

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN EFIKASI DIRI
TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA
YANG SUDAH MENIKAH DI STAI AL- HIKAM MALANG**

SKRIPSI



RISMA NAILUL AMALIYA

NIM. 13410211

FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS

ISLAM NEGERI MAULANA MALIK

IBRAHIM MALANG

2018

HALAMAN JUDUL
HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN EFIKASI DIRI
TERHADAP PRESTASI MAHASISWA YANG SUDAH
MENIKAH DI STAI AL- HIKAM MALANG

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim
Malang untuk memenuhi salah satu pesyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana
Psikologi (S.Psi)

Oleh



RISMA NAILUL AMALIYA
NIM. 13410211

FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG

2018

HALAMAN PERSETUJUAN

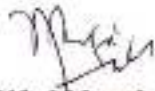
**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN EFIKASI DIRI
TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA
YANG SUDAH MENIKAH DI STAI AL- HIKAM MALANG**

SKRIPSI

oleh

RISMA NALUL AMALIYA
13410211

**Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing**



Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si.
NIP. 197611282002122001

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi**



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

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN EFIKASI DIRI
TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA
YANG SUDAH MENIKAH DI STAI AL- HIKAM MALANG**

Skripsi ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal, 1 Agustus 2018

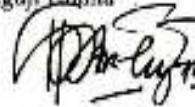
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



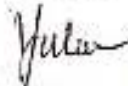
Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si.
NIP. 197611282002122001

Anggota Penguji lain
Penguji Utama



Dr. Iin Tri rahayu, M.Si
NIP. 197207181999032001

Ketua penguji



Dr. Yulia Solichatun, M.Si
NIP. 1970072420050120003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 1 Agustus 2018

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 : Risma Nailul Maliya
NIM : 13410211
Fakultas : Psikologi UIN Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul *HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN EFIKASI DIRI TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA YANG SUDAHMENIKAH DI STAI AL- HIKAM MALANG*, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Univesitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

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

Malang, 28 Juli 2018
Penulis



Risma nailul Amaliya
NIM. 13410211

HALAMAN PERSEMBAHAN

Untuk mereka, kedua orang tuaku (Bapak Afandi. alm & Ibu Umi Niswatin). Ini bukan apa-apa jika dibandingkan dengan do'a yang kalian berdua panjatkan, peluh yang dikeluarkan, dan cinta-kasih mu untuk kedua anak.

Untuk suami dan anakku, terimakasih atas doa, dukungan dan percikan semangat hidup yang luar biasa sampai bisa menyelesaikan tugas ini. Semoga segera kutulis lagi nama kalian berdua di karya berikutnya.

Untuk para Guruku yang sangat berjasa memberikan bimbingan dan keihlasan penyampaian ilmu dan pengalaman yang sangat berharga, tak lupa kepada keluarga, dan teman-temanku yang sangat baik, mencurahkan tenaga, waktu dan pikiran karena sudah senantiasa menemani dan membimbing dalam pengerjaan skripsi ini

Untuk mu, terimakasih banyak.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah robbil alamin, segala puji bagi Allah SWT karena berkat rahmat dan kasihNya sehingga penulisan skripsi yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dan Efikasi Diri Terhadap Prestasi Mahasiswa Yang Sudah Menikah di STAI Al-Hikam Malang” dapat terselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Besar, Muhammad SAW yang telah membawa kebaikan bagi seluruh umat manusia.


Skripsi ini disusun untuk melengkapi salah satu persyaratan kelulusan program studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Adapun skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, dan tidak luput kesalahan. Namun, penulisan ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari semua pihak yang terlibat. Maka, dari itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof.Dr. Abdul Haris, M.Ag selaku rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Dr. Siti Mahmudah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ibu Dr.Hj. Rifa Hidayah, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah memberi banyak masukan, serta bimbingan dalam penulisan skripsi.
4. Bapak Dr.Ali Ridho, M.Si selaku dosen wali bidang akademik yang selalu memberikan motivasi selama menuntut ilmu di Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
5. Seluruh dosen dan staff Fakultas Psikologi yang telah memberikan bantuan akademis selama studi di Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
6. Kedua orang tua saya bapak H. Afandi, S.Pd (alm), dan ibu Hj. Umi Niswatin, S.Pd yang selalu memberikan doa, kasih sayang dan semangat.

7. Suami dan anak saya bapak Ahmad Ibnu Zubad, Abdurrohman Al- Khaseif, yang tak kenal lelah untuk membimbing dan memberi dukungan serta semangat untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman yang baik hati; Eka Lizahara, Destri Rahmawati, Umi Mazidah, Nahdliya Sofia Hamidah yang tak henti- hentinya secara iklas untuk bersedia membantu untuk penyelesaian skripsi ini.
9. Teman-teman Psikologi angkatan 2013 yang telah menginspirasi dan menjadi teman belajar.
10. Seluruh pihak yang secara tidak langsung banyak mendukung terselesaikannya skripsi ini.

Dengan diiringan doa dan ucapan terimakasih, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan membawa keberkahan. Mohon maaf apabila ditemukan kesalahan dalam skripsi ini. Guna kebaikan skripsi ini, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak.

Malang, 28 Juli 2018
Peneliti


Risma Nailul Analiya
NIM. 13410211

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
ABSTRAK	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II	6
KAJIAN TEORI	6
A. Kontrol Diri	6
B. Kontrol diri menurut prespektif islam.....	9
C. Efikasi Diri.....	10
1. Aspek Efikasi Diri.....	12
2. Faktor yang Memengaruhi Efikasi diri	13
3. Efikasi Diri Menurut Perspektif Islam	15
D. Prestasi Belajar.....	16
1. Pengertian Prestasi Belajar.....	16
2. Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar	17
3. Prestasi Belajar Menurut Perspektif Islam.....	24
4. Hubungan Kontrol Diri Terhadap Prestasi Mahasiswa.....	26
5. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa	27
6. Hipotesis.....	28
BAB III.....	29
METODE PENELITIAN	29
A. Rancangan Penelitian	29
B. Identifikasi Variabel.....	29
C. Definisi Operasional.....	30
1. Kontrol Diri.....	30
2. Efikasi Diri	31

3. Prestasi Mahasiswa	31
4. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	32
a. Populasi	32
b. Sampel	32
c. Teknik Pengumpulan Data	33
d. Instrumen Penelitian	36
e. Reliabilitas dan Validitas Alat Ukur	38
BAB IV	1
HASIL DAN PEMBAHASAN	1
A. Pelaksanaan Penelitian	1
B. Hasil Penelitian	3
C. Uji Hipotesis	8
D. Pembahasan	11
BAB V	22
KESIMPULAN DAN SARAN	22
A. Kesimpulan	22
B. Saran	23

ABSTRAK

Amaliya, Risma Nailul. 2018. *Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri Terhadap Prestasi Mahasiswa Yang Sudah Menikah Di STAI Al- Hikam Malang.* Skripsi.

Pembimbing : Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

Kata Kunci : Kontrol Diri, Efikasi Diri, Prestasi Belajar

Prestasi belajar harus dimiliki oleh seluruh mahasiswa STAI Al-Hikam termasuk mereka yang sudah menikah. Di samping mengurus rumah tangga, mereka juga harus mengikuti perkuliahan. Salah satu upaya untuk menunjang prestasi belajar mereka adalah melalui kontrol diri dan efikasi diri. Sehingga tujuan dari penelitian ini adalah 1). Untuk Mengetahui tingkat efikasi diri mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah, 2). Untuk Mengetahui tingkat kontrol diri mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah, 3). Untuk Mengetahui tingkat prestasi mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah, 4). Untuk Mengetahui pengaruh antara Efikasi dan Kontrol Diri terhadap prestasi mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelatif. Sebanyak 49 mahasiswa yang sudah menikah menjadi sampel dalam penelitian ini. Dari hasil uji korelatif diketahui bahwa kontrol diri ($r = 0,573$ p (0,000) < 0,05) dan efikasi diri ($r = 0,570$ p (0,000) < 0,05) memiliki hubungan yang cukup signifikan dengan prestasi belajar mahasiswa. Adapun pengaruh kontrol diri sebesar 35% dan pengaruh efikasi sebesar 33,9%.

ABSTRACT

Amaliya, Risma Nailul. 2018. Relationship Between Self-Control and Self-Efficacy on Married Student Achievement at STAI Al-Hikam Malang Thesis.

Advisor : Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

Keywords : Self Control, Self Efficacy, Learning Achievement

Learning achievement must be owned by all STAI Al-Hikam students, including those who are married. Besides taking care of the household, they also have to attend lectures. One effort to support their learning achievement is through self-control and self-efficacy. So the purpose of this research is 1). To find out the level of self-efficacy of STAI Al-Hikam Malang students who are married, 2). To find out the level of self-control of STAI Al-Hikam Malang students who are married, 3). To find out the achievement level of STAI Al-Hikam Malang students who are married, 4). To find out the effect of Efficacy and Self-Control on the achievement of STAI Al-Hikam Malang students who are married.

This study uses a correlative quantitative approach. A total of 49 married students were sampled in this study. From the results of the correlative test it is known that self-control ($r = 0.573$ $p (0.000) < 0.05$) and self-efficacy ($r = 0.570$ $p (0.000) < 0.05$) have a significant relationship with student achievement. The effect of self control is 35% and the effect of efficacy is 33,9%.

عمالية ، ريسما نيل. 2018. العلاقة بين ضبط النفس والكفاءة الذاتية في تحصيل الطلاب المتزوجين في المدرسة العالية "الحكم" مالانج المرشد: د. ريفا هداية، الماجستير الكلمات المفتاحية: ضبط النفس ، الكفاءة الذاتية ، التحصيل العلمي

يجب أن يكون التحصيل التعليمي مملوگًا لجميع طلاب في المدرسة العالية "الحكم" مالانج، بما في ذلك المتزوجون. إلى جانب رعاية الأسرة ، يتعين عليهم أيضًا حضور المحاضرات. تتمثل إحدى الجهود لدعم تحصيلهم التعليمي في ضبط النفس والفعالية الذاتية. ولذلك ان الغرض من هذا البحث هو (1) لمعرفة مستوى الكفاءة الذاتية لطلاب في المدرسة العالية "الحكم" مالانج المتزوجين ، (2) لمعرفة مستوى ضبط النفس لدى طلاب في المدرسة العالية "الحكم" مالانج المتزوجين ، (3). لمعرفة مستوى تحصيل طلاب في المدرسة العالية "الحكم" مالانج المتزوجين ، (4). لمعرفة تأثير الفاعلية وضبط النفس على تحصيل طلاب في المدرسة العالية "الحكم" مالانج المتزوجين.

تستخدم هذه الدراسة منهجًا كميًا مترابطًا. تم أخذ عينة من إجمالي 49 طالبًا متزوجًا في هذه الدراسة. من نتائج اختبار الارتباط ، من المعروف أن ضبط النفس ($r = 0.573$; $p < 0.05$) والكفاءة الذاتية ($r = 0.570$; $p < 0.05$) لهما علاقة معنوية بتحصيل الطالب. تأثير ضبط النفس 35٪ وتأثير النجاعة 33.9٪.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sudah tidak diragukan lagi bahwasannya mahasiswa yang sudah berumah tangga tentunya mempunyai tanggung jawab yang lebih banyak dan besar di banding mahasiswa yang belum berumah tangga, karena selain ia harus menyelesaikan tugas perkuliahannya sampai ia meyandang gelar sarjana ia juga harus mampu meyesuaikan diri dengan berbagai kesibukan seperti bekerja dan mengurus urusan rumah tangga. Tentunya dengan berbagai kesibukan tersebut tidak bisa berkonsentrasi penuh terhadap perkuliahannya.

Pastinya mereka mempunyai kontrol diri dan efikasi diri yang bisa di buktikan dengan tetap bertahan untuk menyelesaikan kuliah dan yakin bahwasannya bisa menyelesaikan perkuliahannya sampai mereka bisa menyandang gelar sarjana yang di harapkan.

“Saya senang bisa mempertahankan kuliah saya ini, karena saya mempunyai minat yang kuat untuk mencari ilmu dan untuk kedepannya saya ingin mengembangkan keilmuan saya untuk anak saya sendiri dan murid- murid saya yang nantinya saya ingin mengajar di salah satu instansi sekolah seperti Madrasah Tsanawiyah/ SMP ataupun Madrasah Aliyah/ SMA, maka dari itu, saya tidak mau hanya sebagai lulusan SMA saja, meskipun saya tidak bisa maksimal untuk melakukan kegiatan perkuliahan maupun tugas perkuliahan karena urusan saya selain menjadi ibu rumah tangga dan harus mengurus kedua anak saya tetapi niatan saya untuk bisa menjadi sarjana dan bisa mengembangkan karir saya itu yang membuat saya harus menyelesaikan kuliah. (Nurul, 2018)”

Perlu di ketahui bahwa kontrol diri berkaitan dengan mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya (Hurlock, 1990). Menurut konsep ilmiah, pengendalian emosi berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial.

Ada dua kriteria yang menentukan apakah kontrol emosi dapat diterima secara sosial atau tidak. Kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun reaksi positif saja tidaklah cukup. Karenanya perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis. Kontrol emosi seharusnya tidak membahayakan fisik dan psikis individu. Artinya, dengan mengontrol emosi kondisi fisik dan psikis individu harus membaik (Hurlock, 1990).

Hurlock (1990) menyebutkan tiga kriteria emosi yang masak sebagai berikut :

- a. Dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial.
- b. Dapat memahami seberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
- c. Dapat menilai situasi secara kritis sebelum meresponnya dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku melalui pertimbangan kognitif sehingga dapat membuat keputusan yang diinginkan dan diterima oleh masyarakat.

Sedangkan menurut Bandura (1997: 3) efikasi diri sebagai keyakinan akan kemampuan individu untuk dapat mengorganisasi dan melaksanakan serangkaian

tindakan yang dianggap perlu untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan. Secara kontekstual, Bandura memberikan definisi bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimilikinya untuk menghasilkan tingkatan performa yang terencana, dimana kemampuan tersebut dilatih, digerakkan oleh kejadian-kejadian yang berpengaruh dalam hidup seseorang. Bagaimana individu itu bersikap, bertindak, dan memotivasi diri dapat menjadi salah satu sumber kekuatan individu dalam memunculkan efikasi diri, sehingga dijelaskan pula oleh Wicaksono (2008) efikasi diri adalah sebuah unsur yang bisa mengubah getaran pemikiran biasa dari pikiran yang terbatas, menjadisuatu bentuk padanan yang masuk ke dalam koridor spiritual dan merupakan dasar dari semua "mukjizat", serta misteri yang tidak bisa dianalisis dengan cara-cara ilmu pengetahuan. Keyakinan itu merupakan sebuah media tunggal dan satu-satunya, yang memungkinkan untuk membangkitkan suatu kekuatan dari sumber energi tanpa batas di dalam diri dan mengendalikannya untuk dimanfaatkan demi kebaikan manusia itu sendiri, serta merupakan suatu keadaan pikiran, yang bisa dirangsang atau diciptakan oleh perintah peneguhan secara terus menerus lewat pikiran dan perkataan positif, sampai akhirnya meresap ke dalam pikiran bawah sadar. Berangkat dari asumsi-asumsi di atas bahwa efikasi diri seseorang dapat mengarahkan tindakan-tindakan seseorang bukan hanya dengan orang lain tetapi juga dengan lingkungan yang lebih luas. Efikasi diri memiliki fungsi adaptif yang memungkinkan individu memenuhi persyaratan-persyaratan sosio kultural dan tuntutan kognitif.

Efikasi diri juga memungkinkan Individu untuk dapat mengorganisasikan dunianya dalam cara-cara yang konsisten secara psikologis, melakukan prediksi,

menemukan kesamaan, dan menghubungkan pengalaman-pengalaman baru dengan pengalaman-pengalaman masa lalu, bahkan memunculkan kekuatan pikiran yang dapat dibawa hingga kedalam alam bawah sadarnya. Dari hal-hal tersebut McGillicuddy-DeLisi (Maryati, 2008: 49) mendefinisikan efikasi diri sebagai alat dalam menetapkan prioritas, mengevaluasi kesuksesan, maupun alat untuk memelihara efikasi diri.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa inti dari efikasi diri adalah keyakinan atas kemampuan diri. Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang untuk mengkoordinir kemampuan dirinya sendiri yang dimanifestasikan dengan serangkaian tindakan dalam memenuhi tuntutan-tuntutan dalam hidupnya.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kontrol diri mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah?
2. Bagaimana tingkat efikasi diri mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah?
3. Bagaimana tingkat prestasi mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah?
4. Bagaimana pengaruh antara Kontrol diri dan Efikasi diri terhadap prestasi mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk Mengetahui tingkat efikasi diri mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah
2. Untuk Mengetahui tingkat kontrol diri mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah
3. Untuk Mengetahui tingkat prestasi mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah
4. Untuk Mengetahui pengaruh antara Efikasi dan Kontrol Diri terhadap prestasi mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Manfaat teoritis

Menambah literatur terkait dengan kontrol diri, efikasi diri, dan prestasi mahasiswa yang sudah menikah pada Psikologi Sosial.

Manfaat praktis

1. Sebagai masukan atau informasi kepada mahasiswa yang sudah menikah terkait kontrol diri, efikasi diri, dan prestasi mahasiswa.
2. Memberi gambaran kepada masyarakat mengenai kontrol diri, efikasi diri terkait prestasi mahasiswa yang sudah menikah

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kontrol Diri

Kontrol diri diartikan Papalia (2004) sebagai kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Wallston (dalam Sarafino, 2006) menyatakan bahwa kontrol diri adalah perasaan individu bahwa ia mampu untuk membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk mendapatkan hasil yang diinginkan dan menghindari hasil yang tidak diinginkan.

Ketika berinteraksi dengan orang lain, individu akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi diri individu. Calhoun dan Acocella (1990), mengemukakan dua alasan yang mengharuskan individu untuk mengontrol diri secara kontinyu. Pertama, individu hidup dalam kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Sehingga dalam rangka memenuhi tuntutan tersebut dibutuhkan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.

Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya (Hurlock, 1990). Menurut konsep ilmiah, pengendalian emosi berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial.

Ada dua kriteria yang menentukan apakah kontrol emosi dapat diterima secara sosial atau tidak. Kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun reaksi positif saja tidaklah cukup. Karenanya perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis. Kontrol emosi seharusnya tidak membahayakan fisik dan psikis individu. Artinya, dengan mengontrol emosi kondisi fisik dan psikis individu harus membaik (Hurlock, 1990).

Hurlock (1990) menyebutkan tiga kriteria emosi yang masak sebagai berikut:

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

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku melalui pertimbangan kognitif sehingga dapat membuat keputusan yang diinginkan dan diterima oleh masyarakat.

Jenis dan Aspek Kontrol Diri

Block dan Block (dalam Lazarus, 1976) menjelaskan ada tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu over control, under control, dan appropriate control.

Over control merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam beraksi terhadap stimulus. Under control merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang masak. Appropriate control merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

Berdasarkan Konsep Averill (dalam Sarafino, 1994), terdapat 3 aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (behavior control), Kontrol kognitif (cognitive control), dan mengontrol keputusan (decisional control).

a. Behavioral control

Merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini terbagi menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (regulated administration) dan kemampuan memodifikasi stimulus (stimulus modifiability). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Individu yang kemampuan mengontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang

waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan mengatasi intensitasnya.

b. Cognitive control

Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (information gain) dan melakukan penilaian (appraisal). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. Decisional control

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

B. Kontrol diri menurut perspektif islam

kontrol diri (mujahadah al-nafs) adalah perjuangan sungguh- sungguh atau jihad melawan ego atau nafsu pribadi. Perjuangan ini dilakukan karena nafsu diri memiliki

kecenderungan untuk mencari berbagai kesenangan, masa bodoh terhadap hak- hak yang harus ditunaikan, serta mengabaikan terhadap hak- hak yang harus ditunaikan, serta mengabaikan terhadap kewajiban- kewajiban. Kontrol diri, pengendalian diri atau penguasaan diri (*self regulation*) merupakan sikap, tindakan atau perilaku seseorang secara sadar baik direncanakan atau tidak untuk mematuhi nilai dan norma sosial yang berlaku di masyarakat. Dalam literatur Islam, pengendalian diri dikenal dengan istilah as-saum, atau puasa. Puasa adalah salah satu sarana mengendalikan diri.

Hal tersebut berdasarkan hadis Rasulullah saw. yang artinya:

“Wahai golongan pemuda, barangsiapa dari antaramu mampu menikah, hendaklah dia nikah, kerana yang demikian itu amat menundukkan pandangan dan amat memelihara kehormatan, tetapi barangsiapa tidak mampu, maka hendaklah dia puasa, kerana (puasa) itu menahan nafsu baginya.” (HR. Bukhari)

C. Efikasi Diri

Menurut Bandura tahun 2001 (Feist & Feist, 2011), efikasi diri yaitu keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Berdasarkan definisi yang diajukan Bandura, Feist & Feist (2011) berpendapat bahwa efikasi diri yaitu keyakinan manusia bahwa mereka mampu untuk melakukan suatu tindakan yang akan menghasilkan dampak yang diharapkan. Bandura tahun 1994 (Feist & Feist, 2011), mengatakan bahwa efikasi diri memengaruhi bentuk tindakan yang akan mereka pilih untuk dilakukan, sebanyak apa usaha yang akan mereka berikan ke dalam aktivitas ini, selama apa mereka akan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, serta

ketangguhan mereka mengikuti adanya kemunduran. Seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi lebih cenderung memutuskan mencoba tugas yang sulit, bertahan dalam upaya mereka, tenang sepanjang melaksanakan tugas, dan cenderung mengorganisasi pemikiran mereka secara analitis. Sebaliknya seseorang yang memiliki efikasi diri rendah mungkin akan gagal untuk melakukan aktivitas yang berharga, menyerah ketika yang dilakukan menjadi berat, cenderung menjadi panik sepanjang pelaksanaan tugas, dan gagal untuk berpikir dan bertindak dengan analitis dan tenang (Pervin, Cervone, & John, 2010).

Efikasi diri yang disadari ini berbeda dari apa yang tampak sebagai beberapa konsep yang sama (Pervin, Cervone, & John, 2010). Pertama, perbedaan harga diri (*self-esteem*) yang merujuk kepada evaluasi keseluruhan individu terhadap kelayakan personal mereka sedangkan efikasi diri merujuk kepada penilaian individu terhadap apa yang mampu mereka selesaikan dalam kondisi yang ada (Pervin, Cervone, & John, 2010). Kedua, perbedaan antara ekspektasi hasil (*outcome expectations*) yang merujuk pada prediksi dari kemungkinan mengenai konsekuensi perilaku, sementara efikasi diri merujuk pada keyakinan diri seseorang bahwa orang tersebut memiliki kemampuan untuk melakukan suatu perilaku tersebut (Feist & Feist, 2011). Ketiga, efikasi tidak merujuk pada kemampuan untuk melakukan aktivitas motoric dasar, seperti berjalan, meraih, atau memegang (Pervin, Cervone, & John, 2010). Keempat, efikasi tidak mengimplikasikan bahwa individu dapat melakukan perilaku tertentu tanpa adanya kecemasan, stres, atau rasa takut, hal tersebut hanyalah penilaian seseorang mengenai apakah individu dapat atau tidak menilai tindakan yang diperlukan (Pervin, Cervone,

& John, 2010). Kelima, efikasi diri berbeda dengan tidak sama dengan level ambisi (Pervin, Cervone, & John, 2010).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu akan kemampuannya menghadapi suatu kondisi tertentu. Seseorang dapat memiliki efikasi diri tinggi disuatu kondisi tertentu, tapi rendah dikondisi lain. Selain itu, seseorang dapat menentukan bentuk tindakan, usaha, bertahan dalam menghadapi hambatan yang ada, tenang sepanjang melaksanakan tugas, dan cenderung mengorganisasi pemikiran mereka secara analitis untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

1. Aspek Efikasi Diri

Bandura (Ghufron & Risnawati, 2011) menyebutkan bahwa efikasi diri akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga dimensi, yaitu:

a. Tingkat (*level*)

Dimensi ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang dirasakannya.

b. Kekuatan (*strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang menunjang. Dimensi ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi level, yaitu makin tinggi level taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

c. Generalisasi (*generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuannya dirinya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

Ketiga dimensi tersebut menjadi aspek dalam pengukuran efikasi diri seseorang (Bandura, 2006). Penelitian lebih lanjut oleh Aristi Born, Ralf Schwarzer & Matthias Jerusalem mengembangkan *General Efikasi diri* pada tahun 1995 dengan landasan teori *sosial cognitive* milik Albert Bandura.

2. Faktor yang Memengaruhi Efikasi diri

Menurut Bandura tahun 1997 (Feist & Feist, 2011), terdapat beberapa faktor yang memengaruhi efikasi diri, yaitu:

a. *Mastery experience*

Sumber yang paling memengaruhi efikasi diri adalah pengalaman akan menguasai sesuatu di masa lalu atau performa masa lalu. Menurut Alwisol

(2011) semakin sulit tugas seseorang, keberhasilan akan membuat efikasi semakin tinggi. Apabila suatu tugas dikerjakan sendiri akan lebih meningkatkan efikasi dibanding kerja kelompok atau dibantu orang lain. Efikasi akan menurun apabila seseorang mengalami kegagalan setelah ia berusaha sebaik mungkin dalam mengerjakan tugasnya. Kegagalan dalam suasana emosional, dampaknya tidak seburuk kalau kondisinya optimal. Kegagalan sesudah orang memiliki keyakinan efikasi yang kuat, dampaknya tidak seburuk kalau kegagalan itu terjadi pada orang yang keyakinan efikasinya belum kuat. Orang yang biasa berhasil, sesekali gagal tidak memengaruhi efikasi diri orang tersebut.

b. *Modelling sosial*

Sumber kedua yang memengaruhi efikasi diri yaitu modeling sosial (*vicarious experiences*). Pencapaian orang lain yang mempunyai kompetensi sama dalam melakukan suatu tugas akan meningkatkan efikasi diri individu, dan efikasi diri individu akan menurun ketika melihat orang lain tersebut gagal dalam melakukan suatu tugas. Dengan mengamati perilaku dan cara berpikir model tersebut akan dapat memberi pengetahuan dan pelajaran tentang strategi dalam menghadapi berbagai tuntutan lingkungan (Tjiong, 2014).

c. *Persuasi Sosial*

Menurut Bandura tahun 1997 (Feist & Feist, 2011), efikasi diri dapat diperoleh atau dilemahkan melalui persuasi sosial. Persuasi sosial memiliki pengaruh dalam efikasi diri yang cukup terbatas, yakni apabila beberapa

kondisi ini terjadi maka akan sangat berpengaruh terhadap efikasi diri individu, yaitu memercayai pihak yang melakukan persuasi, hal tersebut dalam jangkauan perilaku seseorang, sugesti dari status atau otoriter yang terkait, dan juga persuasi dilakukan saat dikombinasikan dengan performa yang sukses (Feist & Feist, 2011).

d. Kondisi fisik dan emosional

Emosi yang kuat biasanya akan mengurangi performa seseorang, seperti takut yang kuat, kecemasan akut, stress level tinggi, akan mempunyai ekspektasi efikasi yang rendah (Feist & Feist, 2011). Dalam meningkatkan performa demi meningkatnya efikasi diri, individu dipengaruhi oleh informasi mengenai keadaan fisiknya dan juga memperhatikan keadaan psikisnya seperti emosi untuk menghadapi suatu tugas.

3. Efikasi Diri Menurut Perspektif Islam

Menurut Bandura tahun 2001 (Feist & Feist, 2011), efikasi diri yaitu keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu. Dalam Al- Quran, Allah berfirman dalam berbagai surah memerintahkan kepada hambanya untuk senantiasa yakin, teguh, dan tidak bersikap lemah dalam menyelesaikan tugas atau mencapai sesuatu. Keyakinan terburu disandarkan pada keimanan pada Allah serta mengharap pertolongan dari-Nya. Dalam ayat- ayat yang lain juga, Allah memerintahkan hambanya untuk berserah diri, pasrah pada ketentuan yang yang ditakdirkan oleh Allah bersyukur atas kesuksesan yang diperoleh dan bersabar terhadap kegagalan yang didapat.

Seperti yang di tegaskan dalam Al- Qur'an surah ar-ra'd ayat 11 tersebut mengisyahkan bahwasannya manusia diberi kesempatan untuk mengubah kondisinya dengan cara mengubah dalam keadaan diri mereka (Al- qur'an, 13:11).

D. Prestasi Belajar

1. Pengertian Prestasi Belajar

Saifudin Azwar mengatakan prestasi belajar merupakan dapat dioperasionalkan dalam bentuk indikator-indikator berupa nilai raport, indeks prestasi studi, angka kelulusan dan predikat keberhasilan.

Prestasi adalah hasil yangtelah dicapai (dari yang telah dilakukan, dikerjakan, dan sebagainya). (KBBI, hlm. 895).

Menurut Ma'sum Abdul Qohar, prestasi adalah apa yang diciptakan, hasil pekerjaan, hasil yang menyenangkan hati, yang diperoleh dengan jalan keuletan kerja. (Syaiful Bahri, hlm. 21).

Hintzman mendefinisikan belajar adalah suatu perubahan yang terjadi dalam didi organisme (manusia atau hewan) disebabkan oleh pengalaman yang dapat mempengaruhi tingkah lau organisme tersebut. Chaplin dalam Dictionary of Psychology membatasi belajar dengan dua macam rumusan. Rumusan pertama, belajar adalah perolehan perubahan tingkah laku yang relatif menetap sebagai akibat latihan dan pengalaman. Rumusan kedua, belajar ialah proses memperoleh respon- respon akibat adanya latihan khusus. (Muhibbin Syah, hlm. 132)

Menurut Drs. H. Abu Ahmadi menjelaskan Pengertian Prestasi Belajar sebagai berikut: Secara teori bila sesuatu kegiatan dapat memuaskan suatu

kebutuhan, maka ada kecenderungan besar untuk mengulanginya. Sumber penguat belajar dapat secara ekstrinsik (nilai, pengakuan, penghargaan) dan dapat secara ekstrinsik (kegairahan untuk menyelidiki, mengartikan situasi). Disamping itu siswa memerlukan/ dan harus menerima umpan balik secara langsung derajat sukses pelaksanaan tugas (nilai raport/nilai test).

Definisi diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian prestasi belajar ialah hasil usaha bekerja atau belajar yang menunjukkan ukuran kecakapan yang dicapai dalam bentuk nilai. Sedangkan prestasi belajar hasil usaha belajar yang berupa nilai-nilai sebagai ukuran kecakapan dari usaha belajar yang telah dicapai seseorang, prestasi belajar ditunjukkan dengan jumlah nilai raport atau test nilai sumatif.

Belajar dapat membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Perubahan ini merupakan pengalaman tingkah laku dari yang kurang baik menjadi lebih baik. Pengalaman dalam belajar merupakan pengalaman yang dituju pada hasil yang akan dicapai siswa dalam proses belajar di sekolah. Prestasi belajar adalah hasil yang dicapai (dilakukan, dikerjakan), dalam hal ini prestasi belajar merupakan hasil pekerjaan, hasil penciptaan oleh seseorang yang diperoleh dengan ketelitian kerja serta perjuangan yang membutuhkan pikiran.

2. Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Prestasi belajar yang dicapai seorang merupakan bukti interaksi berbagai faktor yang mempengaruhi baik dari dalam diri (faktor internal) maupun dari luar diri (faktor eksternal) individu. (Abu Ahmadi, hlm: 138).

Prestasi belajar siswa didapatkan guru berdasarkan hasil belajar dari seluruh mata pelajaran. Hasil belajar yang dicapai siswa dipengaruhi oleh dua faktor utama yakni faktor dari dalam siswa itu dan faktor yang datang dari luar diri siswa terutama kemampuan yang dimilikinya. Faktor kemampuan siswa besar sekali pengaruhnya terhadap hasil belajar yang dicapai. Seperti yang dikemukakan Clark, bahwa hasil belajar siswa disekolah 70% dipengaruhi oleh kemampuan siswa dan 30% dipengaruhi oleh lingkungan. (Nana Sudjana, hlm.

39)

1) Faktor Internal

Faktor yang berasal dari diri siswa sendiri berasal dari dua aspek, yakni.

a) Faktor Fisiologis

Kondisi umum jasmani dan tonus (tegangan otot) yang menandai tingkat kebugaran organ- organ tubuh dan sendi- sendinya, dapat mempengaruhi semangat dan intensitas siswa dalam mengikuti pelajaran. Kondisi organ tubuh yang lemah, apalagi jika disertai pusing- pusing misalnya, dapat menurunkan kualitas ranah kognitif sehingga materi yang dipelajarinya pun kurang atau tidak berbekas. Kondisi organ- organ khusus siswa, seperti tingkat kesehatan indera pendengar dan penglihat, juga sangat mempengaruhi kemampuan siswa dalam menyerap informasi dan pengetahuan, khususnya yang disajikan di kelas.

b) Faktor Psikologis

Belajar pada hakikatnya adalah proses psikologis. Oleh karena itu semua keadaan dan fungsi psikologis tentu saja mempengaruhi belajar seseorang, ini berarti belajar bukanlah berdiri sendiri, terlepas dari faktor lain seperti faktor dari luar dan dari dalam. Faktor psikologis sebagai faktor dari dalam menentukan identitas belajar seorang anak. Meski faktor luar mendukung, tetapi faktor psikologis tidak mendukung, maka faktor luar itu akan kurang signifikan. Oleh karena itu minat, kecerdasan, bakat, motivasi, dan kemampuan- kemampuan kognitif adalah faktor psikologis yang utama mempengaruhi proses dan hasil belajar anak didik. (Syaiful Bahri, hlm. 157)

1) Minat

Menurut Slameto minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat. Suatu minat dapat diekspresikan melalui suatu pernyataan yang menunjukkan bahwa anak didik lebih menyukai suatu hal daripada lainnya, dapat pula dimanifestasikan melalui partisipasi dalam suatu aktifitas. Minat yang besar artinya untuk mencapai/ memperoleh benda atau tujuan yang diminati itu. Dalam konteks itu diyakini bahwa minat mempengaruhi proses dan hasil belajar.

2) Intelegensi

M. Dalyono mengatakan bahwa intelegensi diakui ikut menentukan keberhasilan belajar seseorang. Misalnya secara tegas mengatakan bahwa seseorang yang memiliki intelegensi baik umumnya mudah belajar dan hasilnya pun cenderung baik. Sebaliknya, orang yang intelegensinya rendah cenderung mengalami kesukaran dalam belajar, lambat berfikir, sehingga prestasi belajarnya rendah. Noehi Nasution menyatakan bahwa dari berbagai hasil penelitian telah menunjukkan hubungan yang erat antara IQ dengan hasil belajar di sekolah. Dijelaskan dari IQ, sekitar 25% dengan hasil belajar disekolah dapat dijelaskan dengan IQ, yaitu kecerdasan sebagaimana yang diukur dengan tes IQ. . (Syaiful Bahri, hlm. 157).

3) Bakat

Disamping intelegensi (kecerdasan) bakat merupakan faktor yang besar pengaruhnya terhadap proses dan hasil belajar seseorang. Hampir tidak ada yang membantah bahwa belajar pada bidang yang sesuai dengan bakat akademik, mereka cenderung menguasai mata pelajaran tertentu dan kurang menguasai mata pelajaran lain. Seorang anak menguasai mata pelajaran matematika dan fisika, belum tentu menguasai mata pelajaran lain. . (Syaiful Bahri, hlm. 160)

4) Motivasi

Menurut Noehi Nasution motivasi adalah kondisi psikologis yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Jadi motivasi untuk belajar adalah kondisi psikologis yang mendorong seseorang untuk belajar. Penemuan- penemuan penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar pada umumnya meningkat jika motivasi belajar bertambah. M. Dalyono mengatakan kuat lemahnya motivasi belajar seseorang turut mempengaruhi keberhasilan belajar. Karena itu motivasi belajar perlu diusahakan terutama yang berasal dari dalam diri dengan cara senantiasa memikirkan masa depan yang penuh tantangan dan harus dihadapi untuk menanggapi cita- cita. Selalu memasang tekad bulat dan selalu optimis bahwa cita- cita dapat dicapai dengan belajar. (Ibid, hlm. 167)

5) Kemampuan kognitif

Dalam dunia pendidikan ada tiga tujuan pendidikan yang dikenal dan diakui oleh para ahli pendidikan, yaitu ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Ranah kognitif merupakan kemampuan dituntut kepada anak didik untuk dikuasai. Karena penguasaan kemampuan pada tingkatan ini menjadi dasar bagi penguasaan ilmu pengetahuan. . (Syaiful Bahri, hlm. 167)

Faktor Eksternal

Noehi Nasution dan kawan- kawan mengemukakan faktor eksternal yang mempengaruhi prestasi siswa terdiri dari dua macam, yakni. (Syaiful Bahri, hlm.141)

a) Lingkungan

Lingkungan merupakan bagian dari anak didik. Dalam lingkungan anak didik hidup dan berinteraksi dalam mata rantai kehidupan yang disebut ekosistem. Selama hidup anak didik tidak bisa dihindarkan dari lingkungan alami dan lingkungan sosial budaya

1) Lingkungan Alami

Lingkungan hidup adalah lingkungan tempat tinggal anak didik dan berusaha di dalamnya. Kesejukan udara dan ketenangan suasana diakui sebagai lingkungan yang kondusif untuk terlaksananya kegiatan belajar mengajar yang menyenangkan.

2) Lingkungan sosial budaya

Sebagai anggota masyarakat, anak didik tidak bisa melepaskan diri dari ikatan sosial. Sistem sosial yang terbentuk mengikat perilaku anak didik untuk tunduk pada norma- norma sosial, asusila, dan hukum yang berlaku di masyarakat. Lingkungan sosial budaya diluar sekolah ternyata sisi kehidupan yang mendatangkan problem tersendiri bagi kehidupan anak didik di sekolah.

b) Instrumental

Setiap sekolah mempunyai tujuan yang akan dicapai, tujuan tersebut tentu saja pada tingkat kelembagaan. Dalam rangka melicinkan ke

arah itu diperluka seperangkat kelengkapan dalam berbagai bentuk dan jenisnya. Semua dapat diberdayagunakan menurut fungsi masing-masing kelengkapan tersebut. Di antara faktor instrumental yang mempengaruhi belajar siswa antara lain. . (Syaiful Bahri, hlm. 146)

c) Kurikulum

Kurikulum adalah plan of learning yang merupakan unsur substansial dalam pendidikan. Tanpa kurikulum kegiatan belajar mengajar tidak dapat berlangsung. Itu sebabnya, untuk semua mata pelajaran yang dipegang dan diajarkan kepada anak didik. Muatan kurikulum akan mempengaruhi intensitas dan frekuensi belajar anak didik. . (Syaiful Bahri, hlm. 157)

d) Program

Program pendidikan disusun untuk dijalankan demi emajuan psndidikan. Keberhasilan pendidikan disekolah tergantung baik tidaknya program pendidikan yang dirancang.

Program pendidikan disusun berdasarkan potensi sekolah yang tersedia, baik tenaga, finansial, dan sarana prasarana. . (Syaiful Bahri, hlm. 147)

e) Sarana dan Fasilitas

Sarana dan fasilitas mempengaruhi kegiatan balajar mengajar disekolah. Anak didik tentu dapat belajar lebih baik dan menyenangkan bila suatu sekolah dapat memenuhi segala kebutuhan belajar anak didik. Masalah yang anka didik hadapidalam belajar

relatif kecil, hasil belajar anak didik tentu akan lebih baik. . (Syaiful Bahri, hlm. 151)

f) Guru

Sebagai tenaga profesional yang menentukan jatuh bangunnya suatu bangsa dan negara guru harusnya menyadari bahwa tugas mereka sangat berat, bukan hanya sekedar menerima gaji setiap bulan atau mengumpulkan kelengkapan administrasi demi memenuhi kredit angka kenaikan pangkat atau golongan dengan mengabaikan tugas mengajar. Dengan kesadaran itu diharapkan terlahir motivasi untuk meningkatkan kompetensi melalui self study. Kompetensi yang harus ditingkatkan menyangkut tiga kemampuan, yaitu kompetensi personal, profesional, dan sosial.

3. Prestasi Belajar Menurut Perspektif Islam

Prestasi belajar juga merupakan hasil belajar karena berkaitan dengan sesuatu yang diperoleh seseorang setelah melalui proses dalam menimba ilmu pengetahuan. Sebagaimana firman Allah swt. dalam Alquran surat al-Mujadilah ayat 11:

Artinya:

Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: ‘Berlapang-lapanglah dalam majlis, maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu, dan apabila dikatakan: “Berdirilah kamu”, Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi

ilmu pengetahuan beberapa derajat, dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan. (Dep. Agama RI, Al- Qur'an dan terjemahnya, hlm. 543)

Rasulullah saw. juga bersabda sebagaimana yang diriwayatkan oleh Imâm al-Bukhari:

نع ، يسوم يبا نع ، قدرب يبا نع ، الل دب ع نب دبرب نع ، عم اسأ نب دامح انبذح : لاق ، علاعلا نب دمحم انبذح
ن الكف ، اضرا باصرا ربنكلا شغللا لشمك ، ملاعلاو يدعلا نم هب الل ينذعي ام لشم : لاق ملسو هبلع الل يلص يبزللا
اوبرشيد ، سانلا اهب الل عنيد ، عاملا تكسما ، بداجأ انم تناكو ، ربنكلا بشعلاو لكلا تنبأنا ، عاملا تليق ، قنن انم
يد هؤن نم لشم لكذنا ، لك تبين لاو عام لكسم لا ناعنق يه املا ، برخأ قنواط انم تباصأو ، اوعرزو اويسو
هب تلسرا سذلا الل يد لبيؤي ملو ، اسأر لكذب عندي ملا نم لشمو ، ملاعو ملاع هب الل ينذعي ام هعنزو ، الل نيد

Artinya:

Muhammad Ibnu 'Alai telah meriwayatkan kepada kami, beliau berkata Himmad Ibnu Usamah telah meriwayatkan kepada kami, dari Buraid Ibnu Abdillah dari Burdah, dari Abi Musa ra., ia berkata: bahwa Nabi saw. bersabda: perumpamaan petunjuk (hidayah) dan ilmu yang Allah utus dengannya (Rasulullah) seperti hujan lebat yang jatuh ke tanah, di antara tanah itu ada yang baik dan subur, dapat menyerap air sehingga tumbuh berbagai tumbuh-tumbuhan dan rerumputan, di antaranya ada yang dapat menampung air kemudian Allah memberikan manfaat pada manusia dari tanah tersebut sehingga ia bisa minum dengan air tersebut, dan bercocok tanam menyirami tanaman, sebagian air jatuh ke sebidang tanah yang lain yakni tanah yang tandus lagi datar, tanah ini tidak mampu menampung air dan tidak dapat menumbuhkan tumbuhan, maka yang demikian itu adalah perumpaan orang yang paham Agama pada Agama Allah (Islam) dan ia memperoleh manfaat dari petunjuk dan ilmu yang Allah

utus kepadaku (Rasulullah), dan ia pun belajar serta mengajarkannya, perumpamaan seseorang yang tidak peduli dengan perkara itu (ilmu) dan tidak mau menerima petunjuk atau ilmu Allah yang dengannya aku (Rasulullah) di utus seperti tanah yang tandus. Bukhari (Beirut: Lebanon, Dar Al- Fikr, No. 79 jilid 1, 1994. Hlm. 34.)

Hampir sebagian besar dari kegiatan atau perilaku yang diperlihatkan seseorang merupakan hasil belajar. Di sekolah hasil belajar ini dapat dilihat dari penguasaan siswa akan mata pelajaran yang ditempuhnya. Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah hasil yang dicapai siswa sebagai bukti keberhasilan proses belajar mengajar yang dialami siswa dalam pengetahuan, keterampilan, sikap dan nilai.

4. Hubungan Kontrol Diri Terhadap Prestasi Mahasiswa

Menurut konsep ilmiah, pengendalian emosi berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Dalam kata lain, kontrol diri adalah kemampuan individu dalam menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku melalui pertimbangan kognitif sehingga dapat membuat keputusan yang diinginkan dan diterima oleh masyarakat. Papalia (2004) mengartikan kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Wallston (dalam Sarafino, 2006) menyatakan bahwa kontrol diri adalah perasaan individu bahwa ia mampu untuk membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk mendapatkan hasil yang diinginkan dan menghindari hasil yang tidak diinginkan. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik akan berhasil di dalam kehidupan dan

memiliki motivasi untuk terus belajar. Sedangkan, mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang kurang baik, maka dapat merusak kemampuannya untuk memusatkan perhatian pada tugas tugas individu tersebut sebagai mahasiswa. Sehingga kontrol diri memberikan sumbangsih bagi prestasi belajar mahasiswa. Sebagaimana penelitian terdahulu dari studi kasus Denok Sunarsi (2016) yang berjudul *Hubungan Kontrol Diri Dengan Prestasi Belajar Program Studi Manajemen, Universitas Pamulang* bahwa nilai korelasi sebesar 0,655 yang termasuk dalam tingkat hubungan yang kuat antara kontrol diri dengan prestasi belajar Mahasiswa. Adapun peran kontrol diri sebesar 42,90% dan sisanya 57,10% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti.

5. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa

Bandura memberikan definisi bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimilikinya untuk menghasilkan tingkatan performa yang terencana, dimana kemampuan tersebut dilatih, digerakkan oleh kejadian- kejadian yang berpengaruh dalam hidup seseorang. Bagaimana individu itu bersikap, bertingkah laku, dan memotivasi diri dapat menjadi salah satu sumber kekuatan individu dalam memunculkan efikasi diri. Mahasiswa yang mempunyai tingkat efikasi diri tinggi, maka kemungkinan prestasi akademiknya jug akan tinggi, sebaliknya jika tingkat efikasi diri yang dimiliki mahasiswa rendah, maka prestasi akademik yang ia raih kemungkinan akan rendah. Mahasiswa yang memiliki kemampuan untuk memenuhi tuntutan akademiknya, tentunya akan selalu berusaha seoptimal mungkin serta harus memiliki keyakinan akan kemampuannya (efikasi diri) untuk mencapai tujuannya

hingg berhasil. Sebagaimana penelitian terdahulu oleh Robertus Pabiban (2007) Dalam Penelitiannya Yang Berjudul *Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Prestasi Akademik Universitas Sanata Dharma* bahwa hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebanyak 0,42 dengan $p=0,001$. Hal ini menunjukkan hubungan yang positif signifikan antara efikasi diri dengan prestasi akademik. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa semakin tinggi efikasi diri akademik mahasiswa, maka semakin tinggi prestasi akademik yang dicapai mahasiswa yang bersangkutan

6. Hipotesis

Hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara kontrol diri dan efikasi diri dengan prestasi belajar mahasiswa yang sudah menikah di STAI Al- Hikam Malang. Semakin tinggi nilai kontrol diri dan efikasi diri maka semakin tinggi prestasi belajar mahasiswa yang dimiliki.

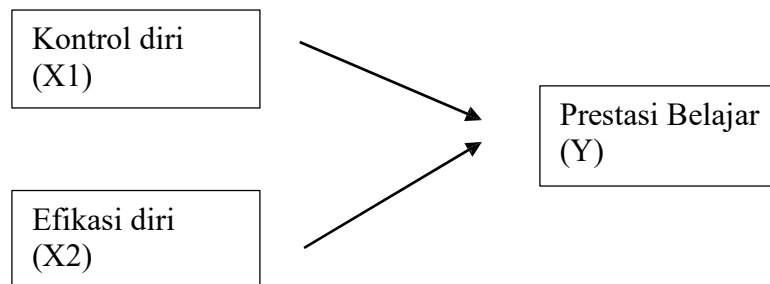
BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, penelitian kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal yang diolah dengan metode statistika. Pendekatan ini digunakan dalam rangka pengujian hipotesis, sehingga dengan metode ini akan diperoleh signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti atau akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok (Azwar 2014).

Setiap penelitian kuantitatif dimulai dengan menjelaskan konsep penelitian yang digunakan, karena konsep penelitian merupakan kerangka acuan peneliti di dalam mendesai instrumen penelitian (Bungin, 2014:67). Melalui teori yang telah di paparkan pada bab sebelumnya, maka peneliti ingin mengetahui tentang hubungan variabel (X1) kontrol diri dengan variabel (X2) efikasi diri terhadap variabel (Y) prestasi mahasiswa.

B. Identifikasi Variabel



Variabel Terikat (Y) : Prestasi mahasiswa

Variabel Bebas (X₁) : Kontrol diri dan (X₂): Efikasi diri

C. Definisi Operasional

Agar penelitian ini lebih jelas dan dapat dipahami dengan sebaik mungkin, maka perlu adanya penafsiran dan pemahaman yang sepadan, maka dari itu penelitian ini memberikan kejelasan definisi operasional dengan sebaik mungkin. Definisi operasional adalah mendeskripsikan variabel penelitian sehingga bersifat spesifik atau tidak berinterpretasi ganda dan terukur atau teramati (Latipun, 2011:35). Dengan demikian dapat mempermudah pembaca untuk memahaminya, selain itu diharapkan tidak adanya kesalahan pahaman penafsiran dalam penelitian ini. Adapun batasan definisi operasional untuk masing-masing variabel penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kontrol Diri

Kontrol diri diartikan Papalia (2004) sebagai kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Wallston (dalam Sarafino, 2006) menyatakan bahwa kontrol diri adalah perasaan individu bahwa ia mampu untuk membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk mendapatkan hasil yang diinginkan dan menghindari hasil yang tidak diinginkan.

Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya (Hurlock, 1990). Menurut konsep ilmiah, pengendalian emosi berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial

2. Efikasi Diri

Bandura (1997) mengatakan, efikasi diri secara eksplisit berhubungan dengan diri dalam arah hubungan kemampuan yang dicapai dalam menyelesaikan tugas khusus, sebagai prediktor kuat tentang perilaku. Dalam Kamus besar bahasa Indonesia kata efikasi (efficacy) diartikan sebagai kemujaraban atau kemandirian. Maka secara harfiah, Efikasi diri dapat diartikan sebagai kemujaraban diri. Secara kontekstual, Bandura dan Wood (1989: 806) menyatakan efikasi diri (self-efficacy) sebagai : beliefs in ones capabilities to mobilize the motivation, cognitive resources, and courses of action needed to meet given situational demands. Efikasi diri adalah keyakinan terhadap kemampuan seseorang untuk menggerakkan motivasi, sumber-sumber kognitif, dan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan-tuntutan dari situasi yang dihadapi.

3. Prestasi Mahasiswa

Istilah prestasi berasal dari bahasa Belanda yaitu prestatie, kemudian dalam bahasa Indonesia menjadi prestasi yang berarti hasil usaha. Prestasi adalah hasil yang dicapai. Prestasi adalah penguasaan pengetahuan/keterampilan yang dikembangkan melalui mata pelajaran, ditunjukkan dengan nilai tes (KBBI, 2008:895). Prestasi adalah hasil dari suatu kegiatan yang telah dikerjakan, diciptakan, baik secara individual maupun kelompok. Prestasi tidak akan pernah dihasilkan tanpa suatu usaha baik berupa pengetahuan maupun berupa keterampilan (Qohar,2000).

Menurut Muhibbin Syah “Prestasi adalah tingkat keberhasilan siswa dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam sebuah program (2010: 141)”.

4. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Arikunto, 2013:173) Sedangkan menurut Sugiyono (2011:80) populasi dapat didefinisikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Berdasarkan paparan di atas maka populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa STAI Al- Hikam Malang angkatan 2015/2016 sebanyak 103 mahasiswa.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2011:81). Sedangkan menurut pendapat lain, yang dimaksud dengan sampel atau contoh adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2013:174).

Penetapan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis metode *random sampling*. Teknik sampling ini diberi nama demikian karena di dalam pengambilan sampelnya, peneliti “mencampur” subjek-subjek di dalam populasi sehingga semua subjek-subjek dalam populasi dianggap sama (Sugiyono, 2011:82). Adapun caranya adalah dengan memberikan kuisioner kepada mahasiswa

STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah atau berumah tangga angkatan 2015/2016 sebanyak 103 mahasiswa.

c. Teknik Pengumpulan Data

Metode atau teknik pengumpulan data adalah cara yang dilakukan seorang peneliti untuk mendapatkan data yang dilakukan. Dengan pengumpulan data yang tepat dalam suatu penelitian akan memungkinkan pencapaian masalah secara valid dan terpercaya. Secara garis besar teknik yang dapat di gunakan sebagai pengumpulan data adalah wawancara, angket dan observasi.

1. Wawancara

Yang dimaksud dengan wawancara menurut Nazir (1988) adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara si penanya atau pewawancara dengan si penjawab atau responden dengan menggunakan alat yang dinamakan interview guide (panduan wawancara). Walaupun wawancara adalah proses percakapan yang berbentuktanya jawab dengan tatap muka, wawancara adalah suatu proses pengumpulan data untuk suatu penelitian.

Beberapa hal yang dapat membedakan wawancara dengan percakapan sehari- hari adalah antara lain:

- a. Pewawancara dan responden biasanya belum saling kenal- mengenal sebelumnya.
- b. Responden selalu menjawab pertanyaan.
- c. Pewawancara selau bertanya.

- d. Pewawancara tidak menjuruskan pertanyaan kepada suatu jawaban, tetapi harus selalu bersifat netral.
- e. Pertanyaan yang ditanyakan mengikuti panduan yang telah dibuat sebelumnya. Pertanyaan panduan ini dinamakan interview guide.

Pada penelitian, wawancara dapat berfungsi sebagai metode primer, pelengkap atau sebagai kriterium (Hadi, 1992). Sebagai metode primer, data yang diperoleh dari wawancara merupakan data yang utama guna menjawab permasalahan penelitian. Sebagai metode pelengkap, wawancara berfungsi sebagai pelengkap metode lainnya yang digunakan untuk mengumpulkan data pada suatu penelitian. Sebagai kriterium, wawancara digunakan untuk menguji kebenaran dan kemandirian data yang diperoleh dengan metode lain. Itu dilakukan, misalnya, untuk memeriksa apakah para kolektor data memang telah memperoleh data dengan angket kepada subjek suatu penelitian, untuk itu dilakukan wawancara dengan sejumlah sampel subjek tertentu. Wawancara adalah suatu proses interaksi dan komunikasi. Dalam proses ini, hasil wawancara ditentukan oleh beberapa faktor yang berinteraksi dan mempengaruhi arus informasi. Faktor-faktor tersebut ialah: pewawancara, responden, topik penelitian yang tertuang dalam daftar pertanyaan, dan situasi wawancara.

Pewawancara diharapkan menyampaikan pertanyaan kepada responden, merangsang responden untuk menjawabnya, menggali jawaban lebih jauh bila dikehendaki mencatatnya. Bila semua tugas ini tidak dilaksanakan sebagaimana mestinya maka hasil wawancara menjadi kurang bermutu.

Syarat menjadi pewawancara yang baik ialah keterampilan mewawancarai, motivasi yang tinggi, dan rasa aman, artinya tidak ragu dan takut untuk menyampaikan pertanyaan. Demikian pula responden dapat mempengaruhi hasil wawancara karena mutu jawaban yang diberikan tergantung pada apakah dia dapat menangkap isi pertanyaan dengan tepat serta bersedia menjawabnya dengan baik.

2. Skala

Skala merupakan perangkat pernyataan yang disusun untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui respon terhadap pernyataan tersebut (Saifuddin Azwar 2015: xvii). Satuan butir dalam pernyataan atau pernyataan sebagai stimulus dalam skala yang memancing respons dari subjek disebut aitem. Jenis yang di gunakan adalah skala *likert*. Skala ini menggunakan sejumlah pernyataan untuk mengukur sikap yang berdasarkan pada rata-rata jawaban. Pernyataan- pernyataan itu dapat bersifat mendukung (*fafourable*) atau tidak mendukung (*unfafourable*). Setelah pernyataan itu dirumuskan, angket bisa dibagikan kepada sejumlah responden yang akan diteliti. Kepada responden diminta untuk menunjukkan tingkatan dimana mereka setuju atau tidak pada pernyataan tersebut (Abu Ahmadi, 1999:186). Skala *likert* menggunakan pengukuran ordinal (M. Nazir: 1985,397). Sehingga, skor untuk masing- masing jawaban pernyataan *unfafourable* adalah 1: Sangat Setuju (SS), 2: Setuju (S), 3: Tidak Setuju (TS), 4: Sangat Tidak Setuju (STS). Sementara untuk jawaban pernyataan *fafourable* skornya adalah 1: Sangat Tidak Setuju (STS), 2: Tidak Setuju (TS), 3: Setuju (S), 4: Sangat Setuju (SS).

Peneliti menggunakan skor 1 sampai 4 karena menghindari jawaban netral, yakni antara sesuai dan tidak sesuai.

d. Instrumen Penelitian

1. Skala Kontrol Diri

Berdasarkan Konsep Averill (dalam Sarafino, 1994), terdapat 3 aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (behavior control), Kontrol kognitif (cognitive control), dan mengontrol keputusan (decisional control). Sebaran aitem *Favourable* sebanyak 22 aitem, sedangkan *Unfavourable* sebanyak 7 aitem.

Tabel 3.1
Blueprint Skala Kontrol Diri

Variable	Aspek	Indikator	F	U
Kontrol diri	Behavior control	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi (dirinya atau sesuatu di luar dirinya). 2. Kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. 	1,4,7,10,16,18,19,24,25,27,28	13,21,22
	Cognitive control	<ol style="list-style-type: none"> 1. Individu dapat mengantisipasi keadaan dengan berbagai pertimbangan. 2. Individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif. 	2,5,8,17,20,23,26,29	11,14

	Decisional control	1. Kemampuan individu untuk memilih hasil suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang di yakini atau disetujuinya.	3,6,9	12,15
Jumlah			22	7
Jumlah			29	

2. Skala Efikasi Diri

Berdasarkan konsep Bandura (Gufon & Risnawati, 2011) menyebutkan bahwa efikasi diri akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga dimensi, yaitu Tingkat (level), Kekuatan (strength), Generalisasi (Generality). Sebaran aitem *Favourable* sebanyak 11 aitem, sedangkan aitem *Unfavourable* sebanyak 9.

Tabel 3.2
Blueprint Skala Efikasi Diri

Variable	Aspek	Indikator	Favourable	Unfavourable
Efikasi Diri	Tingkat (level)	1. Individu dapat memilih/ mampu menentukan perilaku yang dapat atau tidak dapat ia lakukan 2. Mampu menyelesaikan tugas yang sulit sesuai dengan batas kemampuannya	1,10	4,7,13
	Kekuatan (strength)	Keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya	2,5,11	8,14,7
	Generalisasi (generality)	Tingkah laku/ aktifitas individu	3,6,9,12,15,18	16,19,20

		yang merasa yakin akan kemampuan dirinya		
Jumlah			11	9
Jumlah			20	

e. Reliabilitas dan Validitas Alat Ukur

1) Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu instrumen penelitian pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Instrumen yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai instrumen yang memiliki validitas rendah (Azwar, 2014:8).

Dari cara estimasinya yang disesuaikan dengan sifat dan fungsi setiap tes, tipe validitas pada umumnya digolongkan menjadi tiga kategori diantaranya yaitu validitas isi (*content validity*), validitas konstruk (*construct validity*), validitas berdasar kriteria (*criterion-related validity*) (Azwar, 41-50).

Validitas isi (*content validity*) adalah validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi skala dengan analisa rasional atau lewat *professional judgment*. Dari validitas ini akan diketahui sejauhmana aitemaitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur atau sejauhmana isi tes mencerminkan cirri atribut yang hendak diukur.

Validitas konstruk (construct validity) adalah tipe validitas yang menunjukkan sejauhmana tes mengungkap suatu konstruk teoritik yang hendak diukur.

Validitas berdasar kriteria (criterion-related validity) adalah validitas berdasarkan kriteria tertentu yang yang dapat dijadikan dasar pengujian dari hasil sebuah alat ukur.

Skala pola asuh orang tua dan skala perilaku bullying merupakan skala yang sudah terstandar dan sudah melalui uji validitas. Namun, perlu dilakukan uji vailiditas ulang dikarenakan kedua skala tersebut telah dimodifikasi oleh peneliti. Adapun validitas yang digunakan pada penelitian ini yaitu validitas isi dengan cara menggunakan blue print kedua skala, yaitu melakukan analisa rasional yang melibatkan pihak yang mumpuni (professional judgement) dalam bidang ini.

Untuk mengukur keabsahan validitas aitem maka peneliti menggunakan rumus korelasi product moment dari pearson untuk menghitung besarnya koefisien korelasi antar dua variabel. Adapun rumus korelasi product moment sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien Korelasi Product Moment

N = Jumlah Subyek

$\sum x$ = Jumlah Skor Butir (x)

$\sum y$ = Jumlah Skor Variabel (y)

$\sum xy$ = Jumlah Perkalian Butir (x) dan Skor Variabel (y)

$\sum x^2$ = Jumlah Kuadrat Skor Butir (x)

$\sum y^2$ = Jumlah Kuadrat Skor Variabel (y)

Adapun koefisien validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah 0,30. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 akan dianggap valid. Tetapi apabila jumlah aitem yang lolos ternyata tidak mencukupi dari jumlah yang diinginkan, secara otomatis standar akan diturunkan dari batas kriteria 0,30 menjadi 0,25 sehingga aitem yang diinginkan dapat tercapai (Azwar, 2014:149). Dengan demikian aitem yang memiliki r_{xy} dibawah 0,25 akan dinyatakan gugur. Uji keabsahan aitem ini dilakukan dengan bantuan program IBM SPSS versi 20.00 for Windows. Dari kedua instrumen penelitian, tidak ada aitem yang dinyatakan gugur. Seluruh aitem dinyatakan Valid. Dengan demikian, instrumen penelitian yang sudah dibuat dapat digunakan untuk uji selanjutnya.

Tabel 3.3
Uji Validitas Aitem Skala Kontrol Diri

Aitem	Pearson Correlation
Aitem 1	0,345
Aitem 2	0,341
Aitem 3	0,331
Aitem 4	0,289
Aitem 5	0,288
Aitem 6	0,337
Aitem 7	0,308

Aitem 8	0,317
Aitem 9	0,341
Aitem 10	0,371
Aitem 11	0,289
Aitem 12	0,391
Aitem 13	0,309
Aitem 14	0,336
Aitem 15	0,344
Aitem 16	0,345
Aitem 17	0,429
Aitem 18	0,351
Aitem 19	0,339
Aitem 20	0,430
Aitem 21	0,338
Aitem 22	0,311
Aitem 23	0,363
Aitem 24	0,356
Aitem 25	0,383
Aitem 26	0,393
Aitem 27	0,351
Aitem 28	0,371
Aitem 29	0,326

Dari hasil uji validitas skala kontrol diri terdapat 29 aitem dinyatakan valid, karena nilai korelasi pearson diatas 0,25. Adapun nilai terendah yaitu 0,289 dan yang tertinggi 0,430. Dengan demikian seluruh aitem dapat digunakan untuk uji selanjutnya.

Tabel 3.4
Uji Validitas Aitem Skala Efikasi Diri

Aitem	Pearson Correlation
Aitem 1	0,493
Aitem 2	0,458
Aitem 3	0,406
Aitem 4	0,441
Aitem 5	0,483
Aitem 6	0,420
Aitem 7	0,285

Aitem 8	0,287
Aitem 9	0,401
Aitem 10	0,538
Aitem 11	0,523
Aitem 12	0,550
Aitem 13	0,319
Aitem 14	0,284
Aitem 15	0,572
Aitem 16	0,305
Aitem 17	0,331
Aitem 18	0,396
Aitem 19	0,589
Aitem 20	0,547

Dari hasil uji validitas skala efikasi diri terdapat 20 aitem dinyatakan valid, karena nilai korelasi pearson diatas 0,25. Adapun nilai terendah yaitu 0,285 dan yang tertinggi 0,589. Dengan demikian seluruh aitem dapat digunakan untuk uji selanjutnya.

2) Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari reliability yang mempunyai asal kata rely dan ability. Suatu pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel (reliable). Walaupun reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti kepercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar,2014:7).

Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya.

Sebaliknya koefisien yang semakin mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar,2013:33). Untuk mengetahui reliabilitas dari tiap alat ukur, maka penelitian ini menggunakan rumus alpha cronbach. Penggunaan rumus ini dikarenakan skor yang dihasilkan dari instrument penelitian merupakan rentangan skala 1-4, bukan dengan hasil 1 dan 0 melainkan berupa rentang skala (Arikunto,2006:196). Adapun rumus alpha cronbach sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sum \sigma_1^2} \right]$$

Keterangan: r_{11} = Reabilitas instrumen k = Banyaknya butir pertanyaan atau soal

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varians butir

$\sum \sigma_1^2$ = Varians total

Adapun perhitungan reliabilitas dengan menggunakan rumus di atas dilakukan dengan bantuan program IBM SPSS versi 20.00 for Windows.

Hasil Chronbach's Alpha untuk skala kontrol diri sebesar 0,726 dengan 29 aitem yang valid (cukup tinggi reliabilitasnya).

Tabel 3.3
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.726	29

Sedangkan nilai Chronbach's Alpha untuk skala efikasi diri sebesar 0,751 dengan aitem sebanyak 20 aitem yang valid (cukup tinggi reliabilitasnya).

Tabel 3.4
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.751	20

1. Analisis Data

Analisis data merupakan langkah yang digunakan untuk menjawab prumusan masalah dalam penelitian yang tujuannya adalah untuk mendapatkan kesimpulan dari hasil penellitian. Analisis dalam penelitian ini menggunakan pengolahan statistik dengan bantuan Microsoft Excel for Windows versi 2007 dan SPSS for Windows versi IBM 20.00. Adapun langkah-langkah analisa data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Menghitung Mean

Mean diperoleh dari jumlah seluruh nilai dan membaginya dengan jumlah individu (Hadi, 2016:324). Berikut ini merupakan rumus dalam mencari mean:

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M : Mean

X : Jumlah Nilai

N : Jumlah Individu

Menghitung Standar Deviasi

Setelah nilai mean diketahui maka langkah selanjutnya mencari nilai standar deviasi (SD). Untuk lebih jelas rumus mencari standar deviasi sebagai berikut ini:

$$\sigma = \frac{1}{6} (i_{max} + i_{min})$$

Keterangan:

: σ Rerata Standar Deviasi

: i_{max} Skor Maksimal Aitem

: i_{min} Skor Minimal Aitem

Pengkategorian

Setelah menemukan mean dan standar deviasi langkah selanjutnya adalah pengkategorian. Kategori adalah mengelompokkan data-data masing-masing subjek dengan tingkatan tertentu sesuai dengan norma yang ada. Untuk menemukan kategorisasi maka menggunakan klasifikasi sebagai berikut ini:

Tabel 3.5 Pengkategorian

No	Kategori	Rumus
----	----------	-------

1	Tinggi	$X > (M + 1SD)$
2	Sedang	$(M - 1SD) < X \leq (M + 1SD)$
3	Rendah	$X < (M - 1SD)$

2. Uji Hipotesis

a. Uji Korelasi

Analisis korelasi dilakukan untuk menjelaskan derajat hubungan yang terjadi antara satu variabel dengan variabel yang lain. Jika nilai- nilai suatu variabel menaik sedangkan nilai- nilai variabel yang lain menurun, maka kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang negatif. Sebaliknya, jika suatu variabel menaik diikuti dengan meningkatnya variabel lain, maka kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang positif (Nazir, 1993: 521). Untuk kekuatan hubungan, nilai koefisien korelasi dinyatakan dalam positif (+) dan negatif (-). Iqbal Hasan menyajikan interval nilai koefisien korelasi (kk) dan kekurangan hubungan. Nilai korelasi di atas 0,40 menyatakan nilai korelasi cukup atau sedang, sementara nilai korelasi di atas 0,90 menyatakan derajat hubungan yang sangat tinggi.

b. Uji Regresi

Untuk memprediksi hubungan antar- variabel dilakukan Analisis Regresi (ANAREG). Analisis ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana variabel dependent dapat diprediksi melalui variabel independent atau prediktor secara persial atau bersama- sama (Sugiyono & Eri Wibowo, 2001: 190).

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Untuk pelaksanaan pra penelitian dilakukan pada bulan Februari 2018, kemudian penelitian dengan instrumen skala di lakukan pada 6 Juli 2018 dengan menyebarkan angket secara online kepada masing- masing subjek penelitian. Sebanyak 49 mahasiswa STAI Al- Hikam yang sudah menikah mengisi angket.

1. Gambaran Lokasi Penelitian

a. Lokasi Penelitian

Nama : STAI Al- Hikam Malang

Alamat : Jl. Cengger Ayam No.25, Tulusrejo, Kec. Lowokwaru, Kota
Malang

Website : www.staima-alhikam.ac.id

Telp : 082-330-512-288

b. Profil STAI Al- Hikam Malang

Pesantren Mahasiswa Al Hikam resmi berdiri pada 17 Ramadan 1413 bertepatan dengan 21 Maret 1992. Sebagai pelopor pesantren khusus mahasiswa, Al- Hikam ingin menjadi lembaga pendidikan Islam yang mampu memadukan dimensi positif perguruan tinggi yang menekankan pada ilmu pengetahuan dan teknologi dengan

dimensi positif perguruan tinggi yang akan menjadi wahana penempatan kepribadian dan moral yang benar berdasarkan nilai-nilai Islam.

Awal berdirinya pesantren Mahasiswa Al-Hikam digagas oleh Kh. Hasyim Muzadi. Sebagai ulama, ia merasa memiliki tanggungjawab berkhidmat pada umat seperti yang dipesankan oleh para gurunya. Ada tiga dasar pemikiran utama kenapa pondok pesantren harus terwujud:

Pada awal berdiri, Al-Hikam hanya menerima santri dari kalangan mahasiswa perguruan tinggi non-agama di Malang. Sejak tahun 2003, Al Hikam mulai menampung santri lulusan pesantren salaf tradisional dari seluruh pelosok negeri untuk dididik dalam Sekolah Tinggi Agama Islam Al Hikam atau Ma'had Aly Al-Hikam. Adanya perbedaan latar belakang santri ini kemudian dikenal istilah santri, Pesma untuk santri yang mukim di pondok tapi kuliahnya di luar dan santri ma'had al-aly untuk santri yang mukim dan kuliah di Al Hikam. Maka dengan ikhtiyar ini, diharapkan akan terwujud komunikasi antara ilmu agama dan ilmu pengetahuan dalam "learning society" yang tercipta di tengah-tengah pondok pesantren Al Hikam.

c. Gambaran Subjek

Subjek merupakan mahasiswa aktif STAI Al-Hikam Malang yang sudah menikah baik laki-laki maupun perempuan.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dalam penelitian untuk melihat apakah data terdistribusi normal atau tidak. Pengujian ini menggunakan aplikasi SPSS 20.0 dengan teknik *Kolmogorov-Smirnov Test*. Data dianggap normal apabila nilai $p > 0,05$. Berdasarkan hasil uji normalitas, ketiga variabel dinyatakan terdistribusi normal. Nilai normalitas variabel kontrol diri $0,816 > 0,05$, sementara variabel efikasi diri nilai normalitasnya $0,833$. Dengan demikian semua variabel tersebut dapat digunakan untuk uji selanjutnya.

Tabel 4.1
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		IPK	Kontrol Diri	Efikasi Diri
N		49	49	49
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	3.4571	91.0204	60.3878
	Std. Deviation	.29599	6.52077	5.47272
Most Extreme Differences	Absolute	.123	.091	.089
	Positive	.075	.079	.088
	Negative	-.123	-.091	-.089
Kolmogorov-Smirnov Z		.860	.634	.622
Asymp. Sig. (2-tailed)		.450	.816	.833

a. Test distribution is Normal. b. Calculated from data

b. Uji Linearitas

Pengujian linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Uji Linearitas menggunakan aplikasi SPSS 20.0. data dikatakan linear, apabila nilai $p < 0,05$. Berdasarkan hasil uji linearitas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah linear. Hubungan antara kontrol dengan prestasi belajar bersifat linear karena nilai $p (0,000) < 0,05$. Sementara hubungan antara efikasi diri dengan prestasi belajar bersifat linear karena nilai $p (0,000) < 0,05$.

Tabel 4.2
Hasil Uji Linearitas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
IPK * Kontrol Diri	Between Groups	(Combined)	2.547	21	.121	1.975	.048
		Linearity	1.383	1	1.383	22.512	.000
		Deviation from Linearity	1.164	20	.058	.948	.542
	Within Groups		1.658	27	.061		
	Total		4.205	48			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
IPK * Efikasi Diri	Between Groups	(Combined)	2.363	19	.124	1.958	.050
		Linearity	1.365	1	1.365	21.481	.000
		Deviation from Linearity	.998	18	.055	.873	.611
	Within Groups		1.842	29	.064		
	Total		4.205	48			

2. Analisis Deskripsi

a. Analisis Data Kontrol Diri

1). Mean dan Standar Deviasi

Pengolahan data ini menggunakan aplikasi Ms.Excel 2013. Dari hasil pengumpulan data total skor untuk kontrol diri adalah 4460 dari total sampel sebanyak 49 dengan 29 aitem. Dari hasil tersebut didapati nilai rata- rata (mean) adalah 91,020. Selain itu total skor terendah untuk variabel ini adalah 77 dan total skor tertinggi 108. Standar deviasi nya adalah 6,520.

Tabel 4.3

Variabel	Mean	X _{max}	X _{min}	SD
Kontrol Diri	91,020	108	77	6,520

2). Kategorisasi dan Persentase

Berdasarkan rumus kategorisasi yang telah ditetapkan, maka rumus kategorisasi untuk menentukan tingkatan kontrol diri mahasiswa STAI Al- Hikam Malang adalah sebagai berikut.

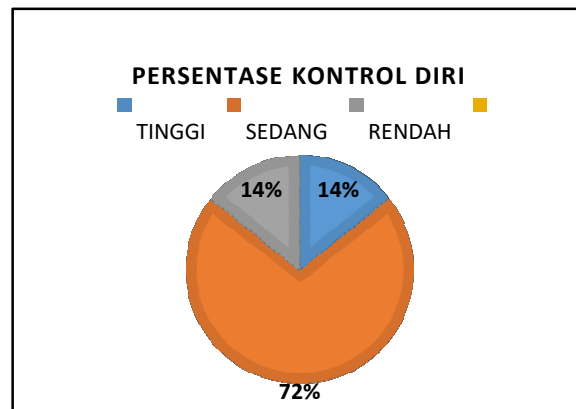
Tabel 4.4
Standar Kategorisasi

Variabel	Kategorisasi		
	Tinggi	Sedang	rendah
Kontrol diri	>97,541	84,500- 97,541	<84,500

Hasil presentase menunjukkan bahwa 72% mahasiswa STAI Al-Hikam memiliki kontrol diri yang sedang. Sisanya masing-masing 14% memiliki kontrol diri yang rendah dan tinggi.

Tabel 4.5
Frekuensi dan Presentase

Variabel	Frekuensi			Presentase		
	T	S	R	T	S	R
Kontrol Diri	7	35	7	14%	72%	14%



Gambar 4.1
Diagram persentase Kontrol Diri

b. Analisis Data Efikasi Diri

1) Mean dan Stanandar Deviasi

Hasil perhitungan mean dan standar deviasi melalui Ms. Excel menunjukkan bahwa rata- rata skor adalah 60,387 dari total skor 2959. Sementara itu skor terendah sebesar 49 dan yang tertinggi 77. Adapun standar deviasi sebesar 5,473.

Tabel 4.6
Mean dan Standar Deviasi

Variabel	Mean	Xmax	Xmin	SD
Efikasi Diri	60,387	77	49	5,473

2). Kategorisasi dan presentase

Berdasarkan rumus kategorisasi yang telah ditetapkan, maka rumus kategorisasi untuk menentukan tingkatan efikasi diri mahasiswa STAI Al- Hikam Malang adalah sebagai berikut.

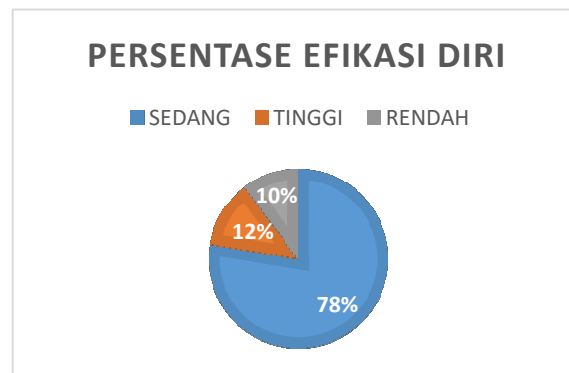
Tabel 4.7
Kategorisasi

Variabel	Kategorisasi		
	Tinggi	Sedang	rendah
Efikasi diri	>65,541	54,916- 65,541	<54,916

Berdasarkan hasil persentase sebagian besar mahasiswa STAI Al- Hikam memiliki Efikasi diri yang sedang (78%). Sedangkan mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi sebesar 12% (6) dan yang memiliki efikasi diri yang rendah sebesar 10% (5).

Tabel 4.8
Tabel Frekuensi dan Presentase

Variabel	Frekuensi			Presentase		
	T	S	R	T	S	R
Efikasi Diri	6	38	5	12%	78%	10%



Gambar 4.2

Diagram Persentase Efikasi Diri

C. Uji Hipotesis

1. Uji Korelasi

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson antara kontrol diri dan efikasi diri dengan prestasi belajar (IPK) mahasiswa STAI Al- Hikam Malang, terdapat hubungan yang signifikan dimana nilai $p(0,00) < 0,050$. Nilai koefisien kontrol diri sebesar 0,573 (hubungan yang cukup baik). Nilai koefisien efikasi diri 0,570 (hubungan yang cukup baik). Artinya semakin tinggi tingkat kontrol diri dan efikasi diri maka semakin tinggi prestasi belajar mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah tingkat kontrol diri dan efikasi diri maka semakin

rendah pula prestasi belajarnya. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

Tabel 4.9
Uji Korelasi Hubungan antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa yang Sudah Menikah di STAI Al- Hikam Malang

		Correlations		
		IPK	Kontrol Diri	Efikasi Diri
IPK	Pearson Correlation	1	.573**	.570**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	49	49	49
Kontrol Diri	Pearson Correlation	.573**	1	.659**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	49	49	49
Efikasi Diri	Pearson Correlation	.570**	.659**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	49	49	49

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

2. Uji Regresi

Berdasarkan hasil uji regresi uji Anova pengaruh kontrol diri terhadap prestasi belajar sebesar 35% (0,350). Sementara pengaruh efikasi diri terhadap prestasi belajar sebesar 33,9% (0,399). Hasil tersebut terbilang signifikan karena nilai $p(0,00) < 0,050$. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri

dan efikasi diri dengan prestasi belajar. Kontrol diri dan efikasi diri memberikan sumbangan yang cukup besar terhadap prestasi belajar.

Tabel 4.10
Hasil Uji Regresi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.627 ^a	.394	.367	.23543

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Kontrol Diri

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	T	Sig.
		B	Std. Error			
1	(Constant)	.905	.483		1.874	.067
	Kontrol Diri	.016	.007	.350	2.291	.027
	Efikasi Diri	.018	.008	.339	2.219	.031

a. Dependent Variable: IPK

Berdasarkan nilai *R Square* diatas, pengaruh kontrol diri dan efikasi diri terhadap prestasi belajar adalah 0,394. Artinya kontrol diri dan efikasi diri memberikan pengaruh terhadap prestasi belajar sebesar 39,4%.

D. Pembahasan

1. Tingkat kontrol diri

Berdasarkan hasil analisis pada skala kontrol diri, tingkat kontrol diri mahasiswa STAI Al- Hikam sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 71% (35). Sisanya 14% (7) berada pada kategori rendah dan tinggi. Wallston (dalam Sarafino, 2006) menyatakan bahwa kontrol diri adalah perasaan individu bahwa ia mampu untuk membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk mendapatkan hasil yang diinginkan dan menghindari hasil yang tidak diinginkan. Seseorang dengan kontrol diri yang tinggi apabila memenuhi kriteria tersebut. Sementara seseorang dengan kontrol diri yang sedang dapat mengambil tindakan yang efektif, namun masih belum bisa menghindari beberapa tindakan yang sia-sia. Sementara kontrol diri yang rendah adalah seseorang yang tidak dapat memilih tindakan yang efektif.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perbedaan tingkat kontrol diri. Menurut Nur gufron dan Rini Risnawati (2011:32). Secara garis besarnya faktor- faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari:

- a. Faktor Internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan untuk mengontrol diri seseorang itu dari diri individu.
- b. Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orangtua menerapkan

disiplin kepada anaknya sikap disiplin secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap konsisten ini akan diinternalisasikan oleh anak dan keugian akan menjadi kontrol diri baginya.

2. Tingkat Efikasi Diri

Efikasi diri yaitu keyakinan manusia bahwa mereka mampu untuk melakukan suatu tindakan yang akan menghasilkan dampak yang diharapkan. Berdasarkan hasil analisis pada skala efikasi diri, tingkat efikasi diri mahasiswa STAI Al- Hikam sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 78% (38 mahasiswa). Sisanya sebanyak 10% (5 mahasiswa) berada pada tingkat yang rendah dan 12% (6) berada pada tingkat efikasi yang tinggi. Efikasi Diri yang tinggi ditunjukkan dengan kemampuan menunjukkan kemampuan sesuai dengan yang diharapkan. Sebaliknya seseorang dengan efikasi yang rendah sulit menunjukkan kemampuan sesuai dengan yang diharapkan. Adapun Efikasi diri yang sedang ditunjukkan oleh seseorang yang masih samar-samar menunjukkan kemampuan yang diharapkan.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perbedaan tingkat efikasi diri. Menurut Bandura tahun 1997 (Feist & Feist, 2011), terdapat beberapa faktor yang memengaruhi efikasi diri, yaitu:

e. *Mastery experience*

Sumber yang paling memengaruhi efikasi diri adalah pengalaman akan menguasai sesuatu di masa lalu atau performa masa lalu. Menurut Alwisol (2011) semakin sulit tugas seseorang, keberhasilan akan membuat efikasi semakin tinggi. Apabila suatu tugas dikerjakan sendiri akan lebih meningkatkan efikasi dibanding kerja kelompok atau dibantu orang lain. Efikasi akan menurun apabila seseorang mengalami kegagalan setelah ia berusaha sebaik mungkin dalam mengerjakan tugasnya. Kegagalan dalam suasana emosional, dampaknya tidak seburuk kalau kondisinya optimal. Kegagalan sesudah orang memiliki keyakinan efikasi yang kuat, dampaknya tidak seburuk kalau kegagalan itu terjadi pada orang yang keyakinan efikasinya belum kuat. Orang yang biasa berhasil, sesekali gagal tidak memengaruhi efikasi diri orang tersebut.

f. *Modelling sosial*

Sumber kedua yang memengaruhi efikasi diri yaitu modeling sosial (*vicarious experiences*). Pencapaian orang lain yang mempunyai kompetensi sama dalam melakukan suatu tugas akan meningkatkan efikasi diri individu, dan efikasi diri individu akan menurun ketika melihat orang lain tersebut gagal dalam melakukan suatu tugas. Dengan mengamati perilaku dan cara berpikir model tersebut akan dapat memberi pengetahuan dan pelajaran tentang strategi dalam menghadapi berbagai tuntutan lingkungan (Tjiong, 2014).

g. *Persuasi Sosial*

Menurut Bandura tahun 1997 (Feist & Feist, 2011), efikasi diri dapat diperoleh atau dilemahkan melalui persuasi sosial. Persuasi sosial memiliki pengaruh dalam efikasi diri yang cukup terbatas, yakni apabila beberapa kondisi ini terjadi maka akan sangat berpengaruh terhadap efikasi diri individu, yaitu memercayai pihak yang melakukan persuasi, hal tersebut dalam jangkauan perilaku seseorang, sugesti dari status atau otoriter yang terkait, dan juga persuasi dilakukan saat dikombinasikan dengan performa yang sukses (Feist & Feist, 2011).

h. Kondisi fisik dan emosional

Emosi yang kuat biasanya akan mengurangi performa seseorang, seperti takut yang kuat, kecemasan akut, stress level tinggi, akan mempunyai ekspektasi efikasi yang rendah (Feist & Feist, 2011). Dalam meningkatkan performa demi meningkatnya efikasi diri, individu dipengaruhi oleh informasi mengenai keadaan fisiknya dan juga memperhatikan keadaan psikisnya seperti emosi untuk menghadapi suatu tugas.

3. Tingkat Prestasi Belajar

Berdasarkan hasil prestasi belajar melalui indeks prestasi akademik mahasiswa STAI Al- Hikam, sebagian besar memiliki IPK antara 3,01-3,50 sebanyak 25 mahasiswa atau 51%. Sementara 12% mahasiswa memiliki IPK antara 2,51- 3,0 sebanyak 6 mahasiswa. Adapun 37% atau 18 mahasiswa memiliki IPK diatas 3,51 (cumlaude). Ada banyak faktor yang mempengaruhi perbedaan hasil belajar mahasiswa karena untuk mendapatkan hasil belajar tersebut, mereka harus menyelesaikan

beberapa tugas kuliah seperti presentasi, ujian tengah semester, ujian akhir semester, PKL, dan keaktifan dikelas.

4. Hubungan antara Kontrol diri dan Efikasi Diri dengan Prestasi Belajar

Sebagaimana hasil dari uji korelasi dan regresi, ditemukan hubungan yang signifikan antar kontrol diri dan efikasi diri dengan prestasi belajar mahasiswa STAI Al- Hikam. Variabel kontrol diri dan efikasi diri memberikan kontribusi terhadap prestasi belajar. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil uji korelasi dimana nilai koefisien kontrol diri sebesar 0,573 dan nilai koefisien efikasi diri 0,570. Hasil tersebut menunjukkan derajat hubungan yang cukup baik. Artinya semakin tinggi tingkat kontrol diri dan efikasi diri maka semakin tinggi IPK yang dimiliki para mahasiswa. Kontrol diri dan efikasi diri dapat menjadi salah satu upaya untuk memaksimalkan prestasi belajar mahasiswa yang sudah menikah.

Adapun pengaruh kontrol diri terhadap prestasi belajar mahasiswa STAI Al- Hikam Malang yang sudah menikah sebesar 35% dan pengaruh efikasi diri sebesar 33,9%. Sisanya di pengaruhi oleh faktor lain diantaranya:

2) Faktor Internal

Faktor yang berasal dari diri siswa sendiri berasal dari dua aspek, yakni.

c) Faktor Fisiologis

Kondisi umum jasmani dan tonus (tegangan otot) yang menandai tingkat kebugaran organ- organ tubuh dan sendi- sendinya, dapat

mempengaruhi semangat dan intensitas siswa dalam mengikuti pelajaran. Kondisi organ tubuh yang lemah, apalagi jika disertai pusing- pusing misalnya, dapat menurunkan kualitas ranah kognitif sehingga materi yang dipelajarinya pun kurang atau tidak berbekas. Kondisi organ- organ khusus siswa, seperti tingkat kesehatan indera pendengar dan penglihat, juga sangat mempengaruhi kemampuan siswa dalam menyerap informasi dan pengetahuan, khususnya yang disajikan di kelas.

d) Faktor Psikologis

Belajar pada hakikatnya adalah proses psikologis. Oleh karena itu semua keadaan dan fungsi psikologis tentu saja mempengaruhi belajar seseorang, ini berarti belajar bukanlah berdiri sendiri, terlepas dari faktor lain seperti faktor dari luar dan dari dalam. Faktor psikologis sebagai faktor dari dalam menentukan identitas belajar seorang anak. Meski faktor luar mendukung, tetapi faktor psikologis tidak mendukung, maka faktor luar itu akan kurang signifikan. Oleh karena itu minat, kecerdasan, bakat, motivasi, dan kemampuan- kemampuan kognitif adalah faktor psikologis yang utama mempengaruhi proses dan hasil belajar anak didik.

e) Minat

Menurut Slameto minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh.

Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat. Suatu minat dapat diekspresikan melalui suatu pernyataan yang menunjukkan bahwa anak didik lebih menyukai suatu hal daripada lainnya, dapat pula dimanifestasikan melalui partisipasi dalam suatu aktifitas. Minat yang besar artinya untuk mencapai/ memperoleh benda atau tujuan yang diminati itu. Dalam konteks itu diyakini bahwa minat mempengaruhi proses dan hasil belajar.

6) Intelegensi

M. Dalyono mengatakan bahwa intelegensi diakui ikut menentukan keberhasilan belajar seseorang. Misalnya secara tegas mengatakan bahwa seseorang yang memiliki intelegensi baik umumnya mudah belajar dan hasilnya pun cenderung baik. Sebaliknya, orang yang intelegensinya rendah cenderung mengalami kesukaran dalam belajar, lambat berfikir, sehingga prestasi belajarnya rendah. Noehi Nasution menyatakan bahwa dari berbagai hasil penelitian telah menunjukkan hubungan yang erat antara IQ dengan hasil belajar di sekolah. Dijelaskan dari IQ, sekitar 25% dengan hasil belajar disekolah dapat dijelaskan dengan IQ, yaitu kecerdasan sebagaimana yang diukur dengan tes IQ.

7) Bakat

Disamping intelegensi (kecerdasan) bakat merupakan faktor yang besar pengaruhnya terhadap proses dan hasil belajar seseorang. Hampir tidak ada yang membantah bahwa belajar pada bidang yang sesuai dengan bakat akademik, mereka cenderung menguasai mata pelajaran tertentu dan kurang menguasai mata pelajaran lain. Seorang anak menguasai mata pelajaran matematika dan fisika, belum tentu menguasai mata pelajaran lain.

8) Motivasi

Menurut Noehi Nasution motivasi adalah kondisi psikologis yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Jadi motivasi untuk belajar adalah kondisi psikologis yang mendorong seseorang untuk belajar. Penemuan- penemuan penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar pada umumnya meningkat jika motivasi belajar bertambah. M. Dalyono mengatakan kuat lemahnya motivasi belajar seseorang turut mempengaruhi keberhasilan belajar. Karena itu motivasi belajar perlu diusahakan terutama yang berasal dari dalam diri dengan cara senantiasa memikirkan masa depan yang penuh tantangan dan harus dihadapi untuk menanggapi cita- cita. Selalu memasang tekad bulat dan selalu optimis bahwa cita- cita dapat dicapai dengan belajar.

9) Kemampuan kognitif

Dalam dunia pendidikan ada tiga tujuan pendidikan yang dikenal dan diakui oleh para ahli pendidikan, yaitu ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Ranah kognitif merupakan kemampuan dituntut kepada anak didik untuk dikuasai. Karena penguasaan kemampuan pada tingkatan ini menjadi dasar bagi penguasaan ilmu pengetahuan.

3) Faktor Eksternal

a. Lingkungan

Lingkungan merupakan bagian dari anak didik. Dalam lingkungan anak didik hidup dan berinteraksi dalam mata rantai kehidupan yang disebut ekosistem. Selama hidup anak didik tidak bisa dihindarkan dari lingkungan alami dan lingkungan sosial budaya.

3) Lingkungan Alami

Lingkungan hidup adalah lingkungan tempat tinggal anak didik dan berusaha di dalamnya. Kesejukan udara dan ketenangan suasana diakui sebagai lingkungan yang kondusif untuk terlaksananya kegiatan belajar mengajar yang menyenangkan.

4) Lingkungan sosial budaya

Sebagai anggota masyarakat, anak didik tidak bisa melepaskan diri dari ikatan sosial. Sistem sosial yang terbentuk mengikat perilaku

anak didik untuk tunduk pada norma- norma sosial, asusila, dan hukum yang berlaku di masyarakat. Lingkungan sosial budaya diluar sekolah ternyata sisi kehidupan yang mendatangkan problem tersendiri bagi kehidupan anak didik di sekolah.

b. Instrumental

Setiap sekolah mempunyai tujuan yang akan dicapai, tujuan tersebut tentu saja pada tingkat kelembagaan. Dalam rangka melicinkan ke arah itu diperluka seperangkat kelengkapan dalam berbagai bentuk dan jenisnya. Semua dapat diberdayagunakan menurut fungsi masing-masing kelengkapan tersebut. Di antara faktor instrumental yang mempengaruhi belajar siswa antara lain.

1. Kurikulum

Kurikulum adalah plan of learning yang merupakan unsur substansial dalam pendidikan. Tanpa kurikulum kegiatan belajar mengajar tidak dapat berlangsung. Itu sebabnya, untuk semua mata pelajaran yang dipegang dan diajarkan kepada anak didik. Muatan kurikulum akan mempengaruhi intensitas dan frekuensi belajar anak didik.

2. Program

Program pendidikan disusun untuk dijalankan demi emajuan psndidikan. Keberhasilan pendidikan disekolah tergantung baik tidaknya program pendidikan yang dirancang.

Program pendidikan disusun berdasarkan potensi sekolah yang tersedia, baik tenaga, finansial, dan sarana prasarana.

3. Sarana dan Fasilitas

Sarana dan fasilitas mempengaruhi kegiatan belajar mengajar disekolah. Anak didik tentu dapat belajar lebih baik dan menyenangkan bila suatu sekolah dapat memenuhi segala kebutuhan belajar anak didik. Masalah yang anak didik hadapi dalam belajar relatif kecil, hasil belajar anak didik tentu akan lebih baik

4. Guru

Sebagai tenaga profesional yang menentukan jatuh bangunnya suatu bangsa dan negara guru harusnya menyadari bahwa tugas mereka sangat berat, bukan hanya sekedar menerima gaji setiap bulan atau mengumpulkan kelengkapan administrasi demi memenuhi kredit angka kenaikan pangkat atau golongan dengan mengabaikan tugas mengajar. Dengan kesadaran itu diharapkan terlahir motivasi untuk meningkatkan kompetensi melalui self study. Kompetensi yang harus ditingkatkan menyangkut tiga kemampuan, yaitu kompetensi personal, profesional, dan sosial.

Beberapa penelitian terdahulu juga mendapatkan hasil yang tidak jauh beda dengan penelitian ini . Studi kasus Denok Sunarsi (2016) yang berjudul *Hubungan Kontrol Diri Dengan Prestasi Belajar Program Studi Manajemen, Universitas Pamulang* bahwa nilai korelasi sebesar 0,655 yang termasuk dalam tingkat

hubungan yang kuat antara kontrol diri dengan prestasi belajar Mahasiswa. Adapun peran kontrol diri sebesar 42,90% dan sisanya 57,10% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti. Robertus Pabiban (2007) Dalam Penelitiannya Yang Berjudul *Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Prestasi Akademik Universitas Sanata Dharma* bahwa hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebanyak 0,42 dengan $p=0,001$. Hal ini menunjukkan hubungan yang positif signifikan antara efikasi diri dengan prestasi akademik. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa semakin tinggi efikasi diri akademik mahasiswa, maka semakin tinggi prestasi akademik yang dicapai mahasiswa yang bersangkutan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian ini beberapa kesimpulan yang didapat antara lain sebagai berikut:

1. Tingkat Kontrol Diri

Sebagian besar mahasiswa STAI Al- Hikam yang sudah menikah memiliki kontrol diri yang sedang yaitu sebanyak 71%. Sisanya masing- masing 14% memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi dan rendah.

2. Tingkat Efikasi Diri

Sebagian besar mahasiswa STAI Al- Hikam yang sudah menikah memiliki efikasi diri yang sedang yaitu sebanyak 78%. Sisanya masing- masing 12%

memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi dan 10% memiliki tingkat efikasi yang rendah.

3. Prestasi Belajar

Berdasarkan nilai indek prestasi akademik sebagian besar mahasiswa STAI Al- Hikam yang sudah menikah memiliki IPK di bawah cumlaude (3,50). Hanya 37% mahasiswa memiliki IPK diatas 3,50 (cumlaude).

4. Hubungan Antara Kontrol Diri dan Efikasi Diri Terhadap Persti Mahasiswa STAI Al- Hikam Malang Yang sudah menikah

Berdasarkan hasil uji korelasi kontrol diri dan efikasi diri memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi belajar dibuktikan dengan nilai $p(0,00) < 0,050$. Masing- masing memberikan korelasi yang berbeda. Korelasi antara kontrol diri dengan prestasi belajar sebesar 0,573. Korelasi antara efikasi dengan prestasi belajar 0,570. Nilai tersebut menunjukkan hubungna yang cukup baik dengan perstasi belajar. Artinya semakn tinggi kontrol diri dan efikasi diri maka semakin besar prestasi belajar mahasiswa STAI Al- Hikam yang sudah menikah. Pengaruh kontrol diri lebih besar daripada efikasi diri yaitu sebesar 35%. Sementara pengaruh efikasi diri sebesar 33,9%. Secara bersamaan kontrol diri dan efikasi diri memberikan pengaruh sebesar 39,4% terhadap prestasi belajar mahasiswa STAI Al- Hikam Malang. Sisanya 60, 6% dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat dua saran yang dapat diberikan berkaitan dengan proses dan hasil penelitian. Adapun saran-saran penelitian ini antara lain:

1. Bagi mahasiswa STAI Al- Hikam yang sudah menikah

Mengacu pada hasil penelitian diperlukan kontrol diri yang tinggi dan efikasi yang tinggi untuk memaksimalkan prestasi belajar di STAI Al-Hikam Malang.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali informasi secara lebih mendalam dengan skala yang lebih besar agar faktor-faktor dapat diketahui.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ahmadi, Abu. 2007. *Psikologi Sosial*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2014. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Azwar, Saifuddin. 2015. *Penyusunan Skala*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Azwar, Saifuddin. 1996. *Pengantar Psikologi Intelegensi*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Arikunto. 2013. *Prosedur penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Alwisol. 2011. *Psikologi Kepribadian Edisi revisi*. Malang: UMM Press.
- Bandura, A. 1997. *Self Efficacy- The Exercise of Cobtrol (Fifth Printing, 2002)*. New York: W. H Freeman& Company.
- Bungin, Burhan. 2014. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Feist & J. Feist, 2011. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Gufron, M. Nur & S. Rini Risnawati. *Teori- Teori Psikologi 2011*. Jakarta: Pustaka Belajar.
- Hadi, Sutrisno. 1992. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hurlock, Elizabeth 1990. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Eirlangga.
- Latipun.2011. *Psikologi Eksperimen*. Edisi ke 11. Malang: UMM Press
- Maryati, I. 2008. *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Keyakinan Diri (Self Efficacy) Dengan Kreatifitas Pada Siswa Akselerasi*. Skripsi. Surakarta: Universitas Muahmmadiyah Surakarta.
- Nazir, Moh. 1985. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Papalia, D.E. Old, s.w., Feldman, & R.D. 2008. *Human Development (terjemahan A.K. Anwar)*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Pervin, lawrence dkk. 2010. *Psikologi Kepribadian: Teori dan Penelitian (Edisi 9)*. Jakarta: Prenada Media Group.

- Poerwo, Darminto, 1991. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Bina Ilmu.
- Singarimbun & Handayani, 1985. Pembuatan Kuesioner, dalam Masri Singarimbun dan Sofian Efendi (eds). *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: LP3ES.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif dan R& D*. Bandung: Alfabeta.
- Sarafino, E.P. 2006. *Health Psychology: Biopsycosocial Interactions*. Fifth Edition, USA: Jhon Wiley & Sons.
- Tjong. Y.W. 2014. *Hubungan Antara Self- Efficacy dan Pengambilan Keputusan Berkuliah di Lain Kota*. Surabaya: Skripsi fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Qohar. 2000. *Prestasi Belajar Akademik*. Artikel Diunduh Melalui http://www.prestasi+akademik_/belajarnews/235/saq8/html.
- Al- qur'an, 13:11.
- Departemen pendidikan dan kebudayaan. *Kamus besarbahasa indonesia* (jakarta: balai pustaka, 2002), hlm. 895.
- Syaiful Bahri Djamarah, *Prestasi belajar dan kompetensi guru* (Surabaya: Usaha nasional, 1994), hlm. 21
- Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan Suatu Pendekatan Baru* (Bandung: Remaja Rosdakarya. 1995), hlm. 132
- Abu Ahmadi dan Widodo Supriyanto, *Psikologi Belajar* (Jakarta: Rineka Cipta. 2004), hlm 138.
- Nana Sudjana, *Dasar- dasar Proses Belajar Mengajar* (Bandung: PT Sinar Baru Algensindo. 2000), hlm. 39
- Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar* (Jakarta: Rineka Citra. 2002), hlm. 157
- Departemen Agama RI, *Al- Qur'an dan terjemahnya*, hlm. 543
- Imam Abu Abdillah Muhammad bin Ismail al- Bukhari, *Matan Masykul Al- Bukhari*

(Beirut: Lebanon, Dar Al- Fikr), No. 79 jilid 1, 1994. Hlm. 34.

www.staima-alhikam.ac.id