

ABSTRAK

Fikriyah, Hikmah, 2014, *Analisa Konsep Kontrol Diri Umat Beragama (Studi Studi Komparasi Penganut Agama Islam, Kristen, dan Hindu)*, Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing: Dr. H. A. Khudori Soleh, M. Ag

Hidup dan persoalannya menjadi hal yang selalu menyibukkan seseorang, bahkan sering menjadikan manusia putus asa. Kadangkala, permasalahan yang muncul tersebut dapat berasal dari adanya perubahan-perubahan sosial di masyarakat. Banyak manusia yang mengalami kegoncangan dalam hidupnya. Frustrasi, kecewa, bahkan karena putus asa, nekat melakukan tindakan bunuh diri. Itu tidak lain karena ajaran agama yang menjadi pegangan hidupnya tidak seimbang dengan kekuatan akal pikiran yang ada pada dirinya, dan kurang adanya kontrol diri pada diri seseorang.

Berdasarkan latar belakang dan pertanyaan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk (1) Mengetahui konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu, (2) Mengetahui konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu berdasarkan teori Averil, dan (3) Mengetahui perbandingan konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu.

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini bersifat kualitatif, dengan menggunakan analisis deskriptif, sedangkan dalam pengambilan sampel atau sumber datanya menggunakan teknik sampel purposif, sementara metode yang digunakan untuk mendapatkan data-datanya adalah metode observasi non partisipan, wawancara, dan metode dokumentasi. Analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan verifikasi. Adapun teknik pengecekan keabsahan data menggunakan ketekunan pengamatan, triangulasi dan pembahasan sejawat.

Hasil dari penelitian ini menyebutkan bahwa konsep kontrol diri umat beragama memiliki aspek tersendiri. Untuk penganut agama Islam, konsep kontrol diri memiliki aspek memegang *syari'at*, sikap *tawakkal*, dan selalu melakukan *tafakkur* (proses berpikir), *muhasabah* (introspeksi), dan yakin akan ketentuan dari Allah. Konsep kontrol diri yang dimiliki oleh penganut agama Kristen mempunyai aspek kebiasaan menimbang perkara (*problem solving*), obyektif, menghargai hak dan martabat orang lain, rendah hati, menjunjung tinggi tata nilai kehidupan, dan membangun relasi yang baik dengan Tuhan, manusia, dan alam. Sedangkan konsep kontrol diri penganut agama Hindu memiliki aspek ajaran agama atau *religious value* (*Panca Yama Brata*, *Panca Niyama Brata*, *Panca Srada*, dan *Tri Kaya Parisuda*) dan kemampuan mengendalikan pikiran.

Kata kunci: *konsep kontrol diri, umat beragama*