

Husnuzhan terhadap Efikasi Diri pada Mahasiswa UIN Antasari dalam Menyusun Skripsi

Desita Kosalia Pratiwi, Muhammad Zainal Abidin, Mahdia Fadhila

Email: desitakosaliapратиwi@gmail.com

ABSTRACT

This research is a field research with quantitative research methods. Aims to determine the effect of husnuzhan on the self-efficacy of UIN Antasari Banjarmasin students in compiling Thesis. The population in this study were active students of UIN Antasari Banjarmasin class of 2016, totaling 651 students. The sampling technique used was purposive sampling, with a total sample of 227 people. Based on the research conducted, the results obtained: 1) The level of self-efficacy in the high category was 62 people (27%), in the medium category as many as 163 people (70.9%), and in the low category as many as 2 people (0,9%). 2) The level of husnuzhan in the high category was 164 people (71,3%), in the medium category as many as 63 people (27,4%), there were no students in the low category. 3) Husnuzhan's contribution to the self-efficacy of UIN Antasari Banjarmasin students in the preparation of Thesis with a significance value of 0.000 ($P < 0.005$) and an effective contribution of 47.2%. H_a is accepted and there is a positive relationship, namely: the higher the husnuzhan, the higher the self-efficacy, and vice versa.

Keywords : *Husnuzhan, Self-Efficacy, Student*

ABSTRAK

Penelitian ini adalah penelitian lapangan (field research) dengan metode penelitian kuantitatif. Bertujuan untuk mengetahui pengaruh husnuzhan terhadap efikasi diri pada Mahasiswa UIN Antasari banjarmasin dalam menyusun skripsi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2016 yang berjumlah 651 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, dengan jumlah sampel 227 orang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan diperoleh hasil: 1) Tingkat efikasi diri pada kategori tinggi sebanyak 62 orang (27%), dikategori sedang sebanyak 163 orang (70,9%), dan dikategori rendah sebanyak 2 orang (0,9%). 2) Tingkat husnuzhan pada kategori tinggi sebanyak 164 orang (71,3%), dikategori sedang sebanyak 63 orang (27,4%), tidak terdapat mahasiswa pada kategori rendah. 3) Kontribusi husnuzhan terhadap efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun Skripsi dengan nilai signifikansi 0,000 ($P < 0,005$) dan sumbangan efektif sebesar 47,2%. H_a diterima dan

terdapat hubungan positif, yaitu: semakin tinggi husnuzzhan maka semakin meningkat efikasi diri, begitu sebaliknya.

Kata Kunci: *Husnuzzhan, Efikasi Diri, Mahasiswa*

Pendahuluan

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi negeri atau swasta, baik itu Sekolah Tinggi, Akademi, Universitas, Politeknik maupun Institut (Rizki, 2018). Mahasiswa berada pada masa transisi dari masa remaja akhir menuju dewasa awal dan berada pada rentang usia 20 - 25 tahun. Di usia ini, perkembangan individu ditandai dengan adanya perubahan fisik, emosional, dan psikologis, pencarian identitas diri, dan pengaruh lingkungan serta pengambilan dan menentukan keputusan tentang diri sendiri, terutama keputusan dalam menentukan karir untuk masa depannya (Bangun, 2018).

Menjadi mahasiswa, mempunyai tanggung jawab pada lingkungan kampus dan lingkungan sekitar tempat tinggalnya. Tanggung jawab tersebut diantaranya, menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen, memfokuskan diri untuk belajar, membuat laporan praktikum, membuat makalah, serta menyusun skripsi sebagai salah syarat kelulusan.

Dalam mengerjakan skripsi tidak selalu berjalan lancar, banyak mahasiswa semester akhir mengalami kesulitan dalam membuat karya tulis ilmiah (skripsi). Kesulitan yang sering kali dialami oleh mahasiswa ialah penemuan dan perumusan masalah, pentapan judul yang sesuai, sistematika penulisan proposal, sistematika penulisan skripsi, sulit menemukan literatur dan bahan bacaan, takut konsultasi kepada dosen pembimbing, aktivitas dosen pembimbing yang padat, tema penelitian ditolak oleh dosen pembimbing (Purnamasari, 2014)

Kesulitan-kesulitan yang dialami mahasiswa saat mengerjakan skripsi dapat memicu berbagai dampak negatif, seperti; cemas, semangat mahasiswa yang naik turun, kurangnya motivasi, depresi, menunda pengerjaan (prokrastinasi) skripsi, ada yang memutuskan untuk berhenti

mengerjakan skripsi, bahkan munculnya perilaku percobaan bunuh diri. Jika hal tersebut terjadi, tentu sangat merugikan mahasiswa yang bersangkutan, mengingat skripsi merupakan langkah terpenting untuk mendapatkan gelar sarjana. Terlebih lagi, upaya dan kerja keras yang telah dilakukan beberapa tahun terakhir akan sia-sia (Purnamasari, 2014).

Dalam penelitian Ifnu Nurhakim pada tahun 2018 ditemukan bahwa tingkat stres mahasiswa jurusan Psikologi Islam rata-rata tergolong sedang. Di mana terdapat 5 orang mahasiswa dalam kategori tingkat stres tinggi, sebanyak 32 orang mahasiswa termasuk ke dalam kategori tingkat stres sedang, dan terdapat 6 mahasiswa masuk dalam kategori tingkat stres rendah (Nurhakim, 2018). Hal tersebut menunjukkan bahwa masih cukup banyak mahasiswa semester akhir yang mengalami stres dalam proses pengerjaan skripsi.

Depresi diketahui terjadi pada semua kelompok umur. Salah satunya yang diketahui paling banyak mengalami depresi adalah mahasiswa. Hal tersebut selaras dengan riset yang dilakukan di Ethiopia, di mana diperoleh hasil bahwa depresi paling banyak dialami oleh mahasiswa dengan prevalensi 40,9%. Hal ini dapat terjadi pada usia produktif yakni pada mahasiswa yang sedang di fase perkuliahan dan dibebani tugas ataupun kegiatan organisasi, yang mana kegiatan tersebut memberi pengaruh untuk kondisi mentalnya, sehingga sering sekali menimbulkan gangguan emosi, stres bahkan depresi. Salah satu tugas yang membebani mahasiswa dan memicu depresi adalah penyusunan skripsi (Dewi, 2019).

Adapun upaya untuk menghindari hal di atas mahasiswa diharapkan mempunyai efikasi diri yang baik, khususnya saat menyusun skripsi. Efikasi diri merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari. Menurut Bandura, efikasi diri berperan sebagai sebuah mekanisme kognitif yang memungkinkan seseorang mengontrol reaksinya terhadap tekanan (Purnamasari, 2014).

Menurut Nuzulia, efikasi diri pada hakikatnya merupakan hasil dari proses kognitif berupa keyakinan, keputusan, dan harapan tentang sejauh

mana seorang individu menilai kemampuannya dalam melakukan sesuatu untuk memperoleh hasil yang diharapkan (Efendi, 2013). Mahasiswa yang mempunyai efikasi diri yang tinggi ialah mereka yang yakin bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan berbagai persoalan yang dihadapinya, lebih gigih dan tidak mudah menyerah dalam upaya mencapai kesuksesan (Kurniawati, 2019), terutama dalam mengerjakan skripsi dan selalu menganggap bahwa tugas yang sulit itu sebagai sebuah tantangan (Muing, 2021).

Ada banyak penelitian yang membahas efikasi diri pada mahasiswa, salah satunya ialah penelitian yang dilakukan oleh Rika Wardani mengenai Hubungan Efikasi Diri terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin dalam Pembuatan Skripsi dengan menunjukkan hasil terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan stres mahasiswa dalam pembuatan skripsi (Wardani, 2016). Semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki oleh seorang mahasiswa maka semakin rendah tingkat stresnya saat mengerjakan skripsi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki seorang mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat stresnya saat mengerjakan skripsi. Efikasi diri juga berpengaruh terhadap stres mahasiswa dalam menghadapi skripsi, meski tidak terlalu besar pengaruhnya (Wardani, 2016). Hal itu menunjukkan bahwa efikasi diri penting dimiliki oleh semua orang terutama oleh mahasiswa.

Selain itu, salah satu usaha untuk meningkatkan efikasi diri, mahasiswa juga harus senantiasa ber*husnuzzhan*, baik itu berprasangka baik kepada Allah, pada diri sendiri maupun terhadap lingkungan (sesama manusia seperti dosen, keluarga, dan teman). Secara etimologis, kata *husnuzzhan* terdiri dari dua kata yakni '*husn*' memiliki arti baik dan '*dzon*' berarti prasangka (Putri, 2018). Maka *husnuzzhan* dapat diartikan sebagai prasangka baik (Ajhari, 2019). *Husnuzzhan* merupakan pola pikir positif dan prasangka baik tentang segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan. Maka dari itu setiap manusia wajib untuk selalu *husnuzzhan* dan menjauhi

sifat *su'udzon*, baik itu kepada Allah Swt, pada diri sendiri, maupun pada sesama manusia.

Terdapat penelitian yang mengkaji mengenai *husnuzzhan* oleh Novi Kartika Sari dengan judul “konseling *rational emotive behavior therapy* berbasis *husnudzhan* guna meningkatkan kepercayaan diri siswa siswa kelas X MAN 1 Madiun” penelitian ini memaparkan bahwa *husnuzzhan* dapat diterapkan sebagai terapi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Sebagaimana yang diketahui bahwa efikasi diri erat kaitannya dengan kepercayaan diri. Hal itu menunjukkan bahwa kemungkinan besar jika *husnuzzhan* juga berkaitan erat dengan efikasi diri (Sari, 2017).

Ada pula penelitian yang mengkaji mengenai *islamic positif self-talk* sebagai upaya peningkatan efikasi diri, yaitu riset yang dilakukan oleh Mahdia Fadhila yang berjudul “Pelatihan *Islamic-Positive Self Talk* sebagai Upaya Meningkatkan *Self-Efficacy* pada Alumni UIN Antasari Banjarmasin (Studi Eksperimen)” penelitian ini memaparkan bahwa *Islami positive self-talk* cukup efektif dalam meningkatkan *self-efficacy* pada para alumni. Jika pelatihan *islamic positive self-talk* dilakukan secara mandiri dan rutin akan memperoleh hasil yang optimal, hal itu juga dapat membuat subjek menjadi terbiasa untuk selalu ber*husnuzzhan*. Dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa *islamic positive self-talk* itu memiliki peran yang cukup baik untuk meningkatkan *self-efficacy* yang mana *islamic positive self-talk* pada penelitian itu sendiri dipadankan dengan *husnuzzhan* (Fadhila, 2015). Berdasarkan beberapa penelitian diatas, dapat menjadi alasan dasar peneliti melakukan penelitian ini terkait apakah *husnuzzhan* dapat meningkatkan efikasi diri pada mahasiswa.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*). Lokasi penelitian sendiri bertempat di UIN Antasari Banjarmasin jalan Ahmad Yani KM. 4,5 Banjarmasin, Kalimantan Selatan (70235). Dalam penelitian ini

terdapat dua variabel, yakni 1) *husnuzzhan* sebagai variabel bebas (X), dan 2) efikasi diri sebagai variabel terikat (Y). Adapun Populasi dalam penelitian ini ialah seluruh mahasiswa aktif UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2016 yang berjumlah 651 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel dengan kriteria tertentu. Jumlah sampel pada penelitian ini ditentukan berdasarkan tabel penentuan sampel oleh Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5% dari jumlah populasi, yakni diperoleh sampel sebanyak 227 orang mahasiswa (Mulyatiningsih, 2011). Adapun kriteria sampel yang telah ditentukan oleh peneliti ialah: (1) mahasiswa/i aktif UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2016, (2) Sedang menyusun skripsi, (3) Bersedia menjadi Responden.

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data yakni skala *husnuzzhan* yang mengacu pada aspek berprasangka baik kepada Allah Swt. dan berprasangka baik kepada sesama manusia (Rusydi, 2012), serta mengacu pada aspek berprasangka baik kepada diri sendiri (Rochmah, 2019). Skala efikasi diri merupakan skala hasil adaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Estorina Br Bangun tahun 2018 berdasarkan aspek-aspek efikasi diri menurut Albert Bandura (Bangun, 2018). Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah menggunakan uji regresi linier sederhana dengan bantuan program *SPSS for Windows 25* untuk mengetahui pengaruh *husnuzzhan* terhadap efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi.

Hasil Penelitian

Tahap pertama dalam penelitian ini ialah membagikan skala *husnuzzhan* dan efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin. Setelah penyebaran skala selesai, selanjutnya ialah mengkategorisasikan hasil data penelitian yang telah diperoleh.

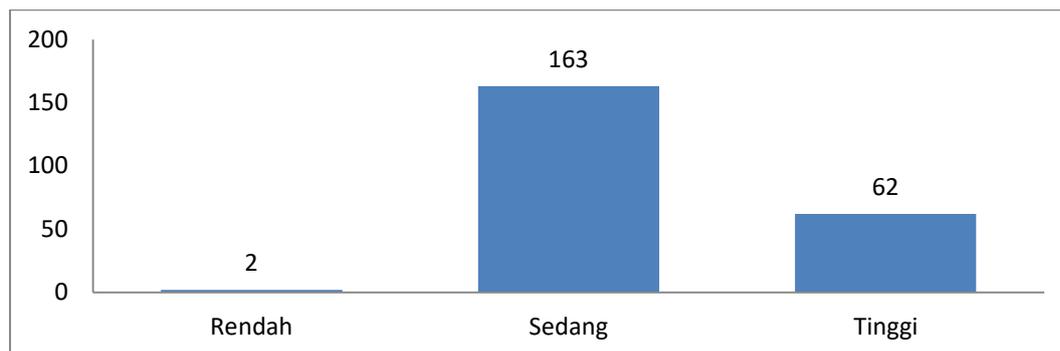
Berikut tabel kategorisasi efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin:

Tabel 1
Tingkat Efikasi Diri

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 132$	2	0,9%
Sedang	$132 \leq X < 198$	163	70%
Tinggi	$198 \leq X$	62	27%
Total		227	100%

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin terdapat 163 mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri sedang dalam mengerjakan skripsi dengan persentase 70,4%. Hal ini bermakna bahwa para mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cukup yakin dengan kemampuan yang dimiliki dan berusaha untuk menyelesaikan mengerjakan skripsi. Selanjutnya terdapat 62 mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi dengan persentase 27%. Hal tersebut bermakna bahwa responden dengan efikasi diri tinggi akan lebih gigih dan tidak mudah menyerah dalam upaya mencapai kesuksesan (Kurniawati, 2016), terutama dalam mengerjakan skripsi dan selalu menganggap bahwa tugas yang sulit itu sebagai sebuah tantangan (Muing 2021). Hal ini bermakna bahwa responden cukup yakin dan berusaha untuk menyelesaikan tugas. Sedangkan terdapat 2 mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah 0,9%. Hal tersebut menunjukkan bahwa para mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cenderung akan mudah menyerah ketika menghadapi tantangan, terutama saat proses penyelesaian skripsinya (Ghufron, 2020). Dilihat dari data tersebut sebagian mahasiswa di UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi memiliki tingkat *efikasi diri* yang sedang.

Adapun diagram batang kategorisasi efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1 Tingkat Efikasi Diri

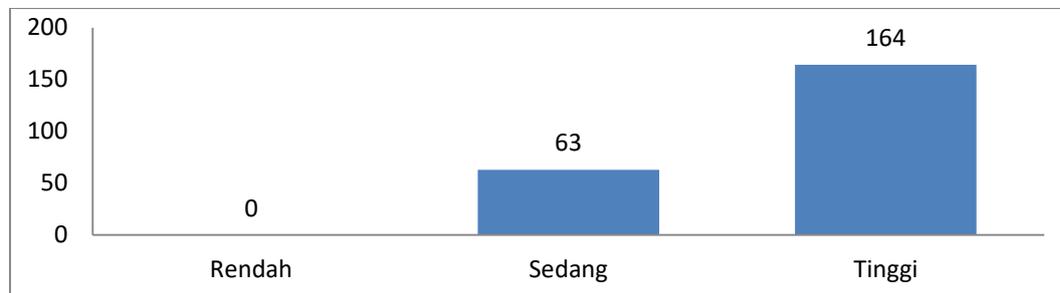
Sementara itu hasil kategorisasi *husnuzzhan* pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2
Tingkat *Husnuzzhan*

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 92$	0	0
Sedang	$92 \leq X < 138$	63	27,4%
Tinggi	$138 \leq X$	164	71,3%
Total		227	100%

Tabel 2 menunjukkan bahwa mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin terdapat 164 mahasiswa yang memiliki tingkat *husnuzzhan* tinggi dalam mengerjakan skripsi dengan persentase 71,3%, di mana mereka mampu untuk menerapkan aspek-aspek *husnuzzhan* pada diri mereka, yaitu meyakini akan potensi yang dimiliki ialah berasal dari Allah Swt. dan menggunakannya untuk menyusun skripsi. Selanjutnya terdapat 63 mahasiswa yang memiliki tingkat *husnuzzhan* sedang dalam mengerjakan skripsi dengan persentase 27,4%, hal ini menunjukkan bahwa responden cukup mampu menerapkan aspek *husnuzzhan*, yaitu berprasangka baik bahwa ia cukup mampu dan berusaha dalam mengerjakan skripsi. Kemudian tidak terdapat mahasiswa yang memiliki tingkat *husnuzzhan* rendah. Dari data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa di UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi memiliki tingkat *husnuzzhan* dominan tinggi.

Adapun diagram batang kategorisasi *husnuzzhan* pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 2 Tingkat *Husnuzzhan*

Setelah melakukan pengkategorisasian, selanjutnya melakukan analisis data. Adapun analisis data dalam penelitian ini terdiri dari (1) uji asumsi dasar (uji normalitas dan uji linearitas), (2) uji hipotesis berupa uji regresi linier sederhana, dan (3) uji sumbangsi.

Berdasarkan uji normalitas yang dilakukan pada 227 mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yang sedang menyusun skripsi, diperoleh nilai uji normalitas sebesar $0,200 > 0,05$. Hal itu menunjukkan bahwa data berasal dari populasi yang terdistribusi normal yakni distribusi nilai mean, median, dan modus berada dipusat. Adapun hasil uji linieritas yang diperoleh dalam penelitian ini bernilai $0,110 > 0,05$. Hal ini bermakna bahwa *husnuzzhan* dan efikasi diri memiliki hubungan yang linier secara signifikan, yakni membentuk satu garis lurus.

Selanjutnya, dilakukan uji regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh *husnuzzhan* terhadap efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi. Adapun hasil yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 3
Uji Regresi

Variabel	R Square	Sig	A	Interpretasi
<i>Husnuzzhan</i> * Efikasi Diri	0,472	0,000	0,05	Regresi

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa sepasang alat uji memiliki nilai signifikansi yang diperoleh sebesar $0,000 < 0,05$. Hal itu bermakna bahwa ada pengaruh variabel bebas (*Husnuzzhan*) terhadap variabel terikat (Efikasi Diri) pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi, maka hipotesis (H_a) diterima.

Adapun nilai besaran pengaruh antara variabel bebas (*Husnuzzhan*) terhadap variabel terikat (Efikasi Diri) dapat dilihat pada nilai R Square, yakni sebesar 0,472. Hal itu bermakna bahwa *husnuzzhan* memiliki pengaruh terhadap tingkat efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi 47,2%, sedangkan 52,8% lainnya dipengaruhi oleh faktor selain *husnuzzhan*.

Selain itu, penelitian ini juga melakukan uji sumbangsih pada tiap aspek *husnuzzhan* terhadap variabel *husnuzzhan*. Berikut hasil uji sumbangsih yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 4
Koefisien Nilai Perhitungan Tiap Aspek *Husnuzzhan* terhadap Variabel *Husnuzzhan*

Aspek <i>Husnuzzhan</i>	B	Cross Product	Regresi	Sumb. Efektif total
Berprasangka Baik kepada Allah Swt.	1,000	18189,837	36566,661	100%
Berprasangka Baik kepada Sesama Manusia	1,000	8041, 480		
Berprasangka Baik kepada Diri Sendiri	1,000	10335,344		

Selanjutnya untuk mengetahui persentase (%) sumbangan tiap-tiap aspek dapat menggunakan rumus berikut ini:

$$SE_{x_i} = \left| \frac{b_{x_i} \cdot CP \cdot R^2}{\text{Regression}} \right|$$

Keterangan:

b_{x_i} = Koefisien b komponen x

CP = Cross Product komponen x

Regression = Nilai regresi

R^2 = Sumbangan efektif Total

Adapun hasil perhitungan nilai sumbangan tiap aspek *husnuzzhan* terhadap efikasi diri pada ahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun Skripsi ialah sebagai berikut:

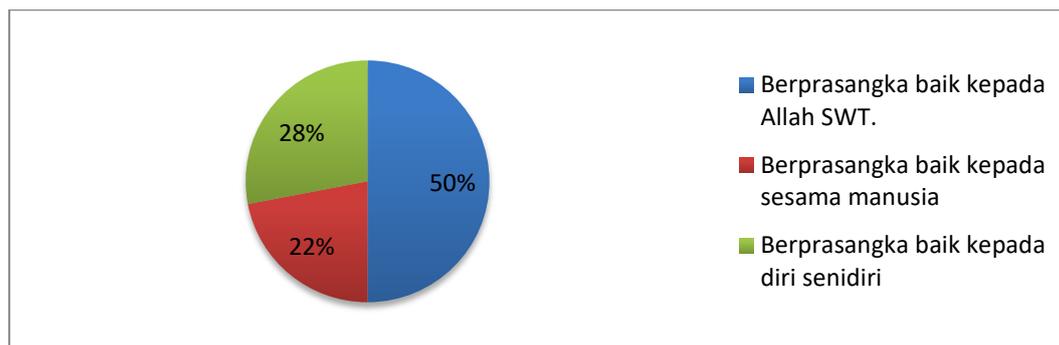
Tabel 5

Hasil Uji Sumbangsih Tiap Aspek *Husnuzzhan* terhadap Variabel *Husnuzzhan*

Aspek <i>Husnuzzhan</i>	Sumbangan Efektif tiap Aspek
Berprasangka Baik kepada Allah Swt.	50%
Berprasangka Baik kepada Sesama Manusia	22%
Berprasangka Baik kepada Diri Sendiri	28%
Total	100%

Berdasarkan tabel 4.13, dapat dilihat bahwa aspek dari *husnuzzhan* yang memberikan sumbangan efektif paling besar terhadap variabel efikasi diri adalah aspek berprasangka baik kepada Allah Swt. dengan persentase sebesar 50%. Pada aspek berprasangka baik kepada sesama manusia memberikan sumbangan efektif sebesar 22%. Sedangkan pada aspek berprasangka baik kepada diri sendiri memberikan sumbangan efektif sebesar 28%. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini berprasangka baik kepada Allah Swt. merupakan aspek yang paling berkontribusi terhadap *husnuzzhan* pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi.

Berikut ini diagram lingkaran sumbangan efektif tiap aspek *husnuzzhan* terhadap variabel *husnuzzhan*, yakni:



Gambar 3 Hasil Uji Sumbangsih Efektif Tiap Aspek *Husnuzzhan* terhadap Variabel *Husnuzzhan*

Sementara itu, dilakukan juga uji sumbangsih pada tiap aspek *husnuzzhan* terhadap variabel efikasi diri. Berikut hasil uji sumbangsih yang diperoleh:

Tabel 6

Koefisien Nilai Perhitungan Tiap Aspek *Husnuzzhan* terhadap Variabel Efikasi Diri

Aspek <i>Husnuzzhan</i>	B	Cross Product	Regresi	Sumb. Efektif total
Berprasangka Baik kepada Allah SWT	0,388	18717,211	67380,437	58%
Berprasangka Baik kepada Sesama Manusia	0,596	8609,458		
Berprasangka Baik kepada Diri Sendiri	3,173	17326,392		

Selanjutnya untuk mengetahui persentase (%) sumbangan tiap-tiap aspek dapat menggunakan rumus berikut ini:

$$SE_{x_i} = \left| \frac{b_{x_i} \cdot CP \cdot R^2}{\text{Regression}} \right|$$

Keterangan:

b_{x_i} = Koefisien b komponen x

CP = Cross Product komponen x

Regression = Nilai regresi

R^2 = Sumbangan efektif Total

Adapun hasil perhitungan nilai sumbangan tiap aspek *husnuzzhan* terhadap efikasi diri pada ahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun Skripsi ialah sebagai berikut:

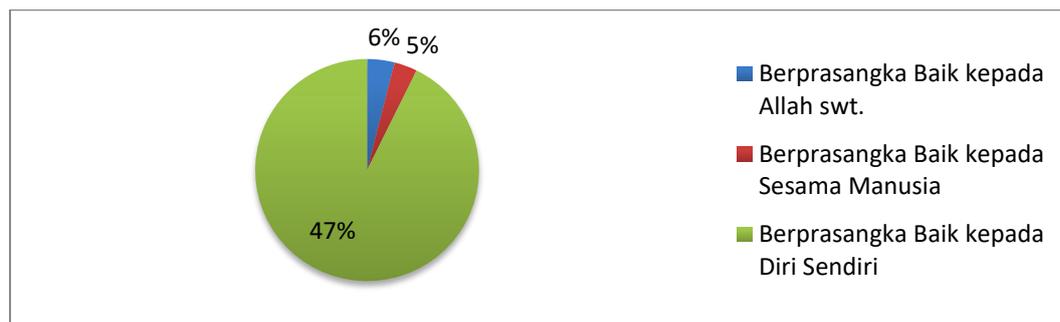
Tabel 7

Hasil Uji Sumbangsih tiap Aspek *Husnuzzhan* terhadap Variabel Efikasi Diri

Aspek Husnuzzhan	Sumbangan Efektif tiap Aspek
Berprasangka Baik kepada Allah SWT	6%
Berprasangka Baik kepada Sesama Manusia	5%
Berprasangka Baik kepada Diri Sendiri	47%
Total	58%

Berdasarkan tabel 7 dapat dilihat bahwa aspek dari *husnuzzhan* yang memberikan sumbangan efektif paling besar terhadap variabel efikasi diri adalah aspek berprasangka baik pada diri sendiri dengan persentase sebesar 47%. Sedangkan aspek berprasangka baik kepada Allah SWT memberikan sumbangan efektif sebesar 6%. Dan pada aspek berprasangka baik kepada sesama manusia memberikan sumbangan efektif sebesar 28%. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini berprasangka baik kepada diri sendiri. merupakan aspek *husnuzzhan* yang paling berkontribusi terhadap efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi.

Berikut ini diagram lingkaran sumbangan efektif tiap aspek variabel *husnuzzhan* terhadap efikasi diri, yakni:



Gambar 4 Hasil Uji Sumbangsih Tiap Aspek *Husnuzzhan* terhadap Variabel Efikasi Diri

Pembahasan

Saat memasuki semester akhir mahasiswa dihadapkan dengan skripsi. Skripsi merupakan tugas akhir berupa karya tulis ilmiah yang harus diselesaikan oleh mahasiswa semester akhir sebagai syarat kelulusan dan memperoleh gelar sarjana. Begitu pula di UIN Antasari Banjarmasin, mahasiswa diwajibkan untuk menyelesaikan skripsi sebagai syarat kelulusan dan memperoleh gelar sarjana.

Banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam merampungkan penyusunan skripsi, baik itu faktor internal maupun faktor eksternal. Di mana kendala dalam menyusun skripsi ditinjau dari faktor internal yakni (kesehatan, motivasi, kesibukan, kemampuan menulis skripsi dan manajemen waktu) serta faktor eksternal (keluarga, teman sebaya, administrasi skripsi, referensi, dan metode bimbingan) (Rusitayanti 2021).

Dengan adanya kendala dalam mengerjakan skripsi, mahasiswa rentan mengalami stres dengan tanda adanya perasaan tidak percaya diri, sulit berkonsentrasi saat mengerjakan skripsi, menurunnya minat untuk mengerjakan skripsi sehingga tertundanya penyelesaian skripsi (Rosidah 2021). Untuk mengatasi hal tersebut mahasiswa dalam mengerjakan skripsi perlu mempunyai keyakinan (efikasi diri) yang tinggi dalam dirinya (Wardani, 2016).

Adapun hasil tingkat efikasi diri yang diperoleh dalam penelitian ini ialah terdapat 163 mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang

sedang dalam mengerjakan skripsi (70,4%). Hal ini bermakna bahwa para mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cukup yakin dengan kemampuan yang dimiliki dan berusaha untuk menyelesaikan mengerjakan skripsi. Kemudian terdapat 62 mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi dalam mengerjakan skripsi (27%), hal tersebut bermakna para mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan efikasi diri tinggi mereka akan lebih gigih, tidak mudah menyerah dalam upaya mencapai kesuksesan (Kurniawati, 2016), terutama dalam mengerjakan skripsi dan selalu menganggap bahwa tugas yang sulit itu sebagai sebuah tantangan (Muing, 2021). Sedangkan terdapat 2 mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah (0,9%). Hal tersebut menunjukkan bahwa para mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cenderung akan mudah menyerah ketika menghadapi tantangan, terutama saat proses penyelesaian skripsinya (Ghufron, 2020). Dilihat dari data tersebut sebagian mahasiswa di UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi memiliki tingkat efikasi diri pada kategori sedang.

Selain efikasi diri, dalam mengerjakan skripsi diperlukan juga sikap *husnuzzhan*. *Husnuzzhan* sendiri berarti berbaik sangka terhadap segala ketentuan dan ketetapan Allah yang diberikan kepada manusia (Yuniasih, 2017). *Husudzon* merupakan cara berpikir seseorang di mana ia berpandangan positif terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan (Putri, 2018). Menurut Yucel, dengan ber*husnuzzhan* akan terbebas dari segala kebencian, prasangka dan emosi negatif lainnya dan memunculkan perilaku positif (Yucel, 2014). Karena *husnuzzhan* adalah salah satu sikap yang dapat membantu individu untuk menyelesaikan masalah, termasuk pada para mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Angriani, 2019).

Adapun hasil tingkat *husnuzzhan* yang diperoleh dalam penelitian ini ialah 164 mahasiswa yang memiliki tingkat *husnuzzhan* yang tinggi (71,3%), hal tersebut bermakna bahwa mahasiswa mampu untuk menerapkan aspek-aspek *husnuzzhan* pada diri mereka, yaitu meyakini akan potensi yang dimiliki ialah berasal dari Allah Swt. dan menggunakannya untuk menyusun skripsi. Kemudian terdapat 63 mahasiswa yang memiliki tingkat

husnuzzhan yang sedang dalam mengerjakan skripsi (27,4%). Hal ini menunjukkan bahwa responden cukup mampu menerapkan aspek *husnuzzhan*, yaitu berprasangka baik bahwa ia cukup mampu dan berusaha dalam mengerjakan skripsi. Sedangkan tidak ada mahasiswa yang memiliki *husnuzzhan* yang rendah. Dari data tersebut menunjukkan bahwa bahwa sebagian besar mahasiswa di UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi memiliki tingkat *husnuzzhan* dominan tinggi.

Husnuzzhan sebagai bentuk evaluasi atau interpretasi seseorang terhadap kehidupan yang dijalaninya. *Husnuzzhan* membuat setiap hari yang dijalaninya merasa tenang dan tentram, karena meyakini bahwa segala sesuatu yang terjadi adalah kehendak Allah SWT entah itu baik atau buruk mereka selalu menyadari bahwa akan ada hikmah dari setiap proses kehidupan (Yuniasih, 2017). Dalam jurnalnya, Rusydi menjelaskan bahwa Islam sangat menghargai *husnuzzhan* cara berpikir positif manusia. Karena dengan berpikir positif manusia akan terbebas dari beban hidup dan pengalaman traumatik yang pernah dialami. Hal ini terjadi karena pola pikir, keyakinan dan prasangka sangat berpengaruh terhadap realita kehidupan. Oleh karna itu, Islam sangat mementingkan *husnuzzhan* dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya ialah *husnuzzhan* dalam mengerjakan skripsi (Rusydi, 2012).

berdasarkan uji regresi linier sederhana, diperoleh hasil nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti $P < 0,05$. Hal ini bermakna bahwa *husnuzzhan* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi. Sehingga H_a dalam penelitian ini dinyatakan diterima dan H_o ditolak.

Kemudian diperoleh skor R Square yang bernilai 0,472. Hal itu bermakna bahwa variabel X (*husnuzzhan*) memiliki pengaruh terhadap variabel Y (efikasi diri) yakni sebesar 47,2%. Sedangkan 52,8% lainnya dipengaruhi oleh faktor selain *husnuzzhan* yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *husnuzzhan* terhadap variabel efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun

skripsi. Jika seseorang memiliki sikap *husnuzzhan* yang tinggi maka akan mudah baginya untuk menerapkan efikasi diri. Hal ini menunjukkan bahwa *husnuzzhan* merupakan salah satu faktor yang memberikan kontribusi terhadap tinggi rendahnya efikasi diri seseorang.

Adapun sumbangan efektif tiap aspek *husnuzzhan* terhadap variabel *husnuzzhan* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa aspek berprasangka baik kepada Allah SWT. merupakan aspek yang paling berkontribusi terhadap variabel *husnuzzhan* pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi dengan persentase sebesar 50%. Sedangkan sumbangan efektif tiap aspek *husnuzzhan* terhadap variabel efikasi diri menunjukkan bahwa aspek berprasangka baik kepada diri sendiri menjadi aspek yang paling berkontribusi terhadap variabel efikasi diri.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data secara statistik pada 227 mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yang sedang menyusun skripsi diperoleh hasil dan disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang sedang yakni ada 62 mahasiswa (27%). Selanjutnya, pada variabel *husnuzzhan* mahasiswa UIN Antasari yang sedang menyusun skripsi berada pada kategori yang tinggi, yakni terdapat 164 mahasiswa (71,3%). Adapun hasil uji regresi linier sederhana dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa *husnuzzhan* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi sebesar 47,2%, sedangkan 52,8% lainnya merupakan faktor selain *husnuzzhan*.

Saran

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari masih terdapat kekurangan pada penelitian ini. Oleh karena itu, saran yang peneliti berikan ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk penyempurna peneliti selanjutnya. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema yang sama dapat melanjutkan

penelitian ini dengan meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh *husnuzzhan* terhadap efikasi diri pada alumni mahasiswa, ditinjau dari jenis kelamin atau usia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajhari, Abdul Aziz, dan dkk. 2019. *Jalan Menggapai Ridho Ilahi*. Cibiru Bandung: Bahasa dan Sastra Arab.
- Angriani, Yosi. 2019. "Hubungan *Husnuzzhan* dengan Penyelesaian Masalah dalam Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau." Skripsi, Riau: Universitas Islam Riau.
- Bangun, Estorina Br. 2018. "Efikasi Diri Mahasiswa Penyusunan Skripsi (Studi Deskripsi Kuantitatif pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Darma Yogyakarta Angkatan 2014)." Skripsi, Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Dewi, Ni Made Betti Retricia Surya, dan dkk. 2019. "Tingkat Depresi Mahasiswa yang Sedang menyusun Skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Tahun 2019." *Arc. Com. Health* Vol. 6. No.2.
- Efendi, Rohmad. 2013. "Self-Efficacy: Studi Indigenous pada Guru Bersuku Jawa." *Journal of Social and Industrial Psychology* 2 (2).
- Fadhila, Mahdia. 2015. "Pelatihan Islamic-Positive Self Talk sebagai Upaya meningkatkan Self-Efficacy pada Alumni UIN Antasari Banjarmasin (studi Eksperimen)." Artikel Penelitian, Banjarmasin: UIN Antasari.
- Ghufron, M. Nur, dan Rini Risnawita S. 2020. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Kurniawati, Devi. 2016. "Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kemandirian Belajar Siswa Kelas V SD Negeri Se-Kecamatan Srandakan Bantul Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016." Skripsi, Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

- Miriyanti, Sri. 2018. "Hubungan Husnuzzhan terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII MTs Al-Ikhwan Banjarmasin." Skripsi, Banjarmasin: Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
- Muing, Ratna Dilla. 2021. "Pengaruh Self-Efficacy terhadap Penyelesaian Tugas Akhir Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Palopo)." Skripsi, Palopo: Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Palopo.
- Mulyatiningsih, Endang. 2011. *Riset Terapan Bidang Pendidikan dan Teknik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Nurhakim, Ifnu. 2018. "Hubungan Tawakal dengan Stres Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dalam Penyusunan Skripsi." Skripsi, Banjarmasin: Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
- Purnamasari, Mega Isvandiana. 2014. "Hubungan Self-Efficacy, dan Motivasi Berprestasi dengan Kecemasan Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi." Skripsi, Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putri, Resha Karina. 2018. "Hubungan antara *Khusnuzzhan* dan Resiliensi Penyintas Bencana Longsor." Skripsi, Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
- Rizki, Avuan Muhammad. 2018. *7 Jalan Mahasiswa*. Jawa Barat: CV. Jejak.
- Rochmah, Siti Ainur. 2019. "Pengaruh Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Husnuzzhan* terhadap Peningkatan Self-Esteem pada SiswaSMP Al-Manshur Candi Sidoarjo." Skripsi, Surabaya: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Rosidah, Ida. 2021. "Hubungan Tingkat Stres Dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Tadris Matematika." Skripsi, Jambi: Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi.
- Rusitayanti, N.W.A. 2021. "Faktor-Faktor Kesulitan Mahasiswa Menyusun Skripsi pada Prodi Penjasokesrek FKIP Universitas PGRI Mahadewa

- Indonesia di Era Adaptasi Kebiasaan Baru Tahun 2021.” *Jurnal Administrasi Pendidikan Indonesia* Vol. 12 No. 2.
- Rusydi, Ahmad. 2012. “Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental.” *Jurnal Proyeksi* Vol. 7 No. 1.
- Sari, Novi Kartika. 2017. “Konseling Rational Emotive Behavior Therapy Berbasis Husnudzhan Guna Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MAN Madiun.” Tesis, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.
- Wardani, Rika. 2016. “Hubungan Efikasi Diri Terhadap Stres Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora IAIN Antasari Banjarmasin dalam Pembuatan Skripsi.” Skripsi, Banjarmasin: Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
- Yucel, Salih. 2014. “The Nationof ‘Husnu’l Zann’ or Positive Thinking in Islam: Medieval Perspective.” *International Jurnal of Humaniora and Social Science* 4 (6).
- Yuniasih, Anggun. 2017. “Pengaruh *Husnuzzhan* terhadap Psychological Well-Being pada Remaja di Panti Asuhan PSM (Pesantren Sabilil Muttaqin) Tulungagung.” Skripsi, Tulungagung: Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Tulungagung.