

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Nabi Muhammad diutus oleh Allah ke muka bumi menjadi *rahmatan lil alamin*. Beliau sebagai penggagas serta pelopor dasar-dasar peradaban terkini, sifat kemanusiaannya yang selalu mengajarkan serta memotivasi umatnya untuk selalu belajar, bekerja, bermusyawarah serta menggali potensi yang ada pada dirinya juga yang ada pada alam sekitarnya. Adapun ajaran paling mendasar yang dibawa sang Rasul ialah mengenai kehidupan ruhani (spiritual).<sup>1</sup> Islam menempatkan Allah Swt sebagai sandaran istirahatnya jiwa, tujuan ruhani, sumber kehidupan, mencari inspirasi, dan sebagai sumber kekuatan. Manusia yang selalu diliputi rasa resah, gelisah dan rasa cemas. Karenanya mereka selalu butuh untuk tempat bersandar. Tidak ada tempat yang lebih baik untuk bersandar hanya kepada Allah Swt. Dan hanya jiwa yang dapat selalu mengingatkannya yang akan selalu mendapatkan ketentraman dan ketenangan. Sebagaimana dijelaskan dalam Al-quran, yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”. (QS. Al-Ra’ad [13]: 28)

Salah satu cara untuk mengingat Allah adalah dengan mendirikan shalat. Dalam ajaran agama Islam shalat adalah suatu kegiatan peribadatan atau suatu bentuk ibadah yang utama karena dalam setiap gerakan shalat terdapat kandungan doa dan dzikir kepada sang *Khalik* yakni Allah Swt.<sup>2</sup> Secara makna shalat berarti pujian atau doa. Sedangkan menurut syariat Islam shalat adalah serangkaian aktivitas ibadah seorang hamba yang berupa perkataan serta

---

<sup>1</sup> Abu Sangkan, *Pelatihan Shalat Khusyu' Sebagai Meditasi Tertinggi Dalam Islam* (Jakarta: Baitul Ihsan, 2008), 14.

<sup>2</sup> Sulhan Fitria Abu, *Tuntunan Sholat Khusyu' Sempurna Dan Diterima* (Jakarta: Republik Penerbit, 2013), 3–4.

perbuatan yang diawali takbir dan diakhiri salam dengan menggunakan rukun dan syarat tertentu.<sup>3</sup> Sebagaimana yang telah diketahui shalat terdiri dari dua macam. Yaitu shalat fardhu dan shalat sunnah, shalat fardhu yaitu ibadah yang sudah ditetapkan Allah Swt sebanyak lima waktu dalam sehari diantaranya, Subuh, Dzuhur, Ashar, Maghrib dan Isya. Sedangkan shalat Sunnah adalah ibadah yang ditetapkan Allah Swt dan Rasul kepada umatnya jika ditunaikan mendapatkan suatu pahala dan jika tidak dikerjakan tidak menjadikan dosa.

Dari banyaknya shalat Sunnah salahsatunya yaitu shalat dhuha. Shalat dhuha adalah shalat yang dikerjakan pada saat matahari berada di atas satu tombak atau sekitar pukul tujuh hingga tergelincirnya matahari menjelang waktu shalat dzuhur atau pukul duabelas. Waktu shalat dhuha merupakan peluang emas bagi seorang muslim untuk berserah diri melimpahkan ketidakberdayaan kelemahannya kepada Allah Swt. Serta meyakini bahwasannya Allah akan selalu mendukung semua usahanya untuk meraih kebahagiaan dan kesuksesan baik itu di dunia ataupun di akhirat.<sup>4</sup>

Selain itu shalat juga dapat menjadikan diri lebih bersih. Baik itu bersih jasmani dan ruhani. Karena sebelum melaksanakan shalat seorang muslim diwajibkan untuk membersihkan anggota tubuh yaitu dengan berwudhu. Dengan begitu kebersihan serta kesucian dalam beribadah akan tetap terjaga. Selain itu dalam pelaksanaan ibadah shalat tentunya terdapat suatu kalimat atau bacaan, harapan atau doa-doa yang ditujukan kepada sang pencipta alam semesta guna berserah diri atas apa yang menjadi ketidakberdayaan sebagai manusia yang hanya bisa bergantung kepadanya yaitu Allah Swt. Dengan adanya Shalat ini tentunya akan menimbulkan suatu koneksi ruhani antara seorang hamba dengan tuhan nya sehingga menghasilkan kekhusyuan mengingat tuhan dalam beribadah serta suatu ketenangan didalam jiwa.

Sudah sangat jelas bahwasannya seorang muslim yang ingin memperoleh ketenangan lahir maupun batin yaitu dengan cara mendekati diri kepada Allah Swt. Salah satu pendekatan tersebut yaitu dengan mendirikan shalat.

---

<sup>3</sup> Asep Nurhalim, *Buku Lengkap Panduan Shalat* (Jakarta Pusat: Balanoor, 2010), 70.

<sup>4</sup> Budiman Mustofa, *Tuntunan Praktis Sholat Dhuha* (Solo: Ziyad Visi Media, 2011), 15–16.

Tetapi tak jarang pula bahkan sudah menjadi kebiasaan yang buruk bahwasannya manusia terkadang lalai atas apa yang sudah menjadi kewajibannya sebagai seorang muslim untuk melaksanakan shalat. Walaupun pelaksanaan shalat itu sendiri tidak sampai menyita waktu lama bahkan semua waktu shalat dalam satu hari jika digabungkan tidak sampai satu jam.

Ary Ginanjar mengatakan anugrah terbesar dari Allah Swt kepada manusia adalah shalat. Karena shalat merupakan suatu metode pengulangan spiritual yang mengandung elemen kejiwaan, budi pekerti yang luhur dan agung yang selalu berulang-ulang dilaksanakan sehingga akan ada suatu proses kemanusiaan dengan tuhan yang mengarah menuju perubahan karakter manusia.<sup>5</sup> Sedangkan sesuatu yang terus dilakukan terus berulang-ulang akan menjadikan sebuah kebiasaan. Dengan begitu secara tidak langsung seseorang yang melaksanakan shalat akan membentuk suatu karakter yang baik karena selalu mengagungkan dan memuliakan sifat-sifat Allah Swt dalam setiap gerakan dan rakaat shalat. Berbicara mengenai karakter erat kaitannya dengan *self efficacy*, karena peran *self efficacy* menunjang kualitas karakter seseorang.

*Self efficacy* menurut Bandura adalah sebuah kemampuan dan keyakinan akan keahlian dirinya dengan ini diharapkan dapat meminimalisir bahkan menyelesaikan suatu permasalahan yang sedang dihadapinya sehingga membentuk perilaku yang sejalan dengan keadaan tertentu.<sup>6</sup> *self efficacy* erat kaitannya dengan keyakinan individu dalam melakukan tindakan yang diharapkan. Penilaian terhadap diri yang dapat melakukan tindakan baik buruknya, bisa atau tidak bisanya, tepat atau salahnya, bisa atau tidak bisanya mengerjakan sesuatu yang sesuai dengan tujuan itu juga termasuk *self efficacy*.

Tentunya mampu dan yakin terhadap apa yang terdapat dalam diri itu tidak mudah karena perlunya pembiasaan yang baik. Misalnya suatu motivasi. Karena dengan adanya motivasi seseorang dapat terdorong dan bersemangat

---

<sup>5</sup> Ary Agustian Ginanjar, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power* (Jakarta: Arga, 2001), 277–278.

<sup>6</sup> Bandura Dale. H. Schunk and Albert, “Cultivating Competence, Self Efficacy and Intrinsic Interest Through Proximal Self Motivation,” *Journal of Personality and Social Psychology* Vol 41 No (1981): 37.

dalam memperoleh apa yang menjadi tujuannya. Selain itu lingkungan juga tentunya sangat berpengaruh terhadap tinggi rendahnya *self efficacy*. Karena jika berada pada lingkungan yang mendorong positif akan menumbuhkan *self efficacy* yang kuat dan sebaliknya jika berada pada lingkungan yang kurang baik akan menurunkan *self efficacy* tersebut<sup>7</sup>

Di lihat dari proses mahasiswa beradaptasi dengan suasana belajar di perguruan tinggi yang penuh dengan hal baru bagi mereka, cukup menjadikan masalah bagi mahasiswa dalam menjalaninya apakah bisa atau tidak bisa, baik atau buruk tergantung dari bagaimana cara individu itu yakin terhadap apa yang ada pada dirinya. Tentunya hal tersebut tidak mudah untuk dilakukan sebagaimana hadis yang diriwayatkan oleh Al-Baihaqi dalam *az-Zuhd*, al-Khathib dalam *Tarikh Baghdad*, an-Nasa'i dalam *al-Kuna*

رَجَعْتُمْ مِنَ الْجِهَادِ الْأَصْغَرِ إِلَى الْجِهَادِ الْأَكْبَرِ فَقِيلَ وَمَا جِهَادُ الْأَكْبَرِ يَا رَسُولَ اللَّهِ فَقَالَ جِهَادُ  
النَّفْسِ

“Kalian telah pulang dari sebuah pertempuran kecil menuju pertempuran besar. Lantas sahabat bertanya, “Apakah pertempuran akbar (yang lebih besar) itu wahai Rasulullah? Rasul menjawab, “jihad (memerangi) hawa nafsu.”

Sedangkan shalat dhuha termasuk kedalam *ghanimah* yang artinya keuntungan sebagaimana dari Abdullah bin 'Antr bin 'Ash *radhiyallahu 'anhuma*. ia berkata:

"Rasulullah saw. mengirim sebuah pasukan perang. Nabi saw. berkata: "Perolehlah keuntungan (*ghanimah*) dan cepatlah kembali!. Mereka akhirnya saling berbicara tentang dekatnya tujuan (tempat) perang dan banyaknya *ghanimah* (keuntungan) yang akan diperoleh dan cepat kembali (karena dekat jaraknya). Lalu Rasulullah saw. berkata; "Maukah kalian aku tunjukkan kepada tujuan paling dekat dari mereka (musuh yang akan diperangi), paling banyak *ghanimah* (keuntungan) nya dan cepat kembalinya? Mereka menjawab; "Ya! Rasul berkata lagi:

مَنْ تَوَضَّأَ ثُمَّ غَدَا إِلَى الْمَسْجِدِ لِسَبْحَةِ الضُّحَى، فَهُوَ أَقْرَبُ مَغْزَى وَأَكْثَرُ غَنِيمَةً وَأَوْشَكَ رَجْعَةً

<sup>7</sup> Jaziroatul Khoirida, “Pengaruh Intensitas Shalat Dhuha Terhadap Efikasi Diri Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional Di MI Miftahul Huda Tamansari Kecamatan Mrangen Kabupaten Demak” (Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2017), 3.

*"Barangsiapa yang berwudhu', kemudian masuk ke dalarn masjid untuk melakukan shalat Dhuha, dia lah yang paling dekat tujuannya (tempat perungnya.), lebih banyak ghanimahnya dan lebih ceput kembalinya." (Shahih al-Targhib.*

Dari uraian hadis tersebut mengisyaratkan bahwasannya shalat dhuha memiliki banyak keuntungan bagi orang yang melaksanakannya dia akan mendapatkan lebih banyak keuntungan dari harta rampasan perang baik dari segi kuantitas ataupun keberkahannya.

Hal tersebut sejalan dengan definisi *self efficacy* dimana individu berusaha untuk yakin terhadap apa yang menjadi kemampuan dirinya dengan segala usaha yang ia lakukan untuk mendapatkan suatu tujuan yang ia harapkan. Lalu dengan shalat dhuha ini individu bisa mendapatkan apa yang sudah menjadi usahanya terhadap tujuannya dengan cara mendekatakan diri kepada Allah swt dengan melaksanakan ibadah shalat dhuha. Dengan begitu niscaya Allah swt senantiasa akan memberikan rahmat serta hidayahnya atas apa yang menjadi doa setiap hambanya.

Di lihat dari proses mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2018 UIN Sunan Gunung Djati Bandung beradaptasi dengan suasana belajar di perguruan tinggi yang penuh dengan hal baru bagi mereka, cukup menjadikan mahasiswa tertekan dengan berbagai tugas baik mandiri, kelompok, maupun tugas akhir. Belum lagi mereka harus segera mematangkan konsep yang akan dihadapinya setelah lulus dari perguruan tinggi. Dengan kapasitasnya yang semakin tinggi sebagai mahasiswa diharapkan mampu memahami konsep, dapat memetakan permasalahan dan memilih solusi yang terbaik untuk mengatasi permasalahan tersebut. Dari sinilah keyakinan diri atau *self efficacy* berperan sangat penting guna mencapai semua tujuan yang akan dihadapinya.

Dengan dihadapkan berbagai kondisi masalah yang dihadapinya manusia terkadang tersadarkan bahwasannya tidak ada tempat terbaik baginya untuk berkeluh kesah dan meminta pertolongan selain kepada Allah Swt. Yaitu senantiasa patuh dan taat melaksanakan perintahnya dan menjauhi larangannya. Ada banyak peribadatan yang wajib serta sunnah yang harus

dilaksanakan dalam agama islam. Di antaranya adalah dengan menunaikan shalat dhuha.

Permasalahan yang menjadi topik utama pada penelitian ini yaitu intensitas shalat dhuha dan *self efficacy*. Dengan tidak adanya pembiasaan shalat Sunnah dhuha di UIN Sunan Gunung Djati Bandung pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi serta untuk mengukur skala *self efficacy* yang terdapat dalam diri masing-masing individu menjadikan suatu permasalahan yang akan di ungkap guna mendapatkan hasil pada penelitian ini.

Hal tersebut telah dibuktikan dengan adanya wawancara kepada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018 UIN Sunan Gunung Djati Bandung sebanyak 10 responden dan didapatkan tanggapan mengenai intensitas shalat dhuha tiap individunya. Enam di antaranya menunjukkan hasil skala dalam kategori sedang dan empat di antaranya rendah. Adapun tanggapan mengenai rasa kepercayaan dalam diri tiap individu menunjukkan skala lima di antaranya didapatkan hasil sedang, dua di antaranya tinggi dan tiga di antaranya rendah. Dari hasil tersebut belum bisa dikatakan relevan karena belum memenuhi batas minimum dalam suatu penelitian.<sup>8</sup>

Pada penelitian ini ditunjukan pada mahasiswa. Karena untuk mengetahui intensitas shalat dhuha yang terjadi pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018 ini belum bisa diketahui tinggi atau rendahnya intensitas tersebut karena tidak adanya suatu pembiasaan shalat dhuha dalam kesehariannya. Sedangkan untuk mengetahui *self efficacy* juga tentunya ada pembaharuan dari penelitian terdahulu karena untuk mengetahui tinggi rendahnya *self efficacy* mahasiswa dengan mengamati secara langsung serta menggunakan proses wawancara terhadap salah satu narasumber pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 18 dan untuk lebih jauhnya pada penelitian ini menggunakan uji skala *likert*, dimana dalam skala tersebut terdapat item-item yang berupa pernyataan pernyataan yang ditunjukan kepada mahasiswa agar bisa diketahui tinggi rendahnya *self efficacy* mahasiswa. Dan

---

<sup>8</sup> Wawancara, bersama Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2018 (07-10 Agustus 2022)



apakah ada suatu hubungan antara intensitas shalat dhuha terhadap *self efficacy* tersebut.

Setelah melakukan analisis masalah yang terjadi serta didukung dengan teori-teori dari para ahli dari fenomena tersebut peneliti tertarik untuk mengangkat tema mengenai hubungan antara intensitas shalat dhuha terhadap problematika efikasi diri yang melibatkan mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018 di UIN Sunan Gunung Djati Bandung, sehingga peneliti mengajukan penelitian yang berjudul *Hubungan Intensitas Shalat Dhuha Terhadap Self Efficacy*.

## **B. Rumusan Masalah**

Dalam penelitian ini peneliti berusaha membatasi dengan membuat rumusan masalah. Masalah dirumuskan untuk menentukan batas-batas penelitian, maka dari itu batas-batas penelitian ini kemudian dibuat secara spesifik dalam pertanyaan penelitian. Pertanyaan penelitian yang dimaksud adalah:

1. Bagaimana intensitas shalat dhuha mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018?
2. Bagaimana *self efficacy* mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018?
3. Apakah ada hubungan intensitas shalat dhuha terhadap *self efficacy* pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018?

## **C. Tujuan Penelitian**

Peneliti dalam penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengentahui intensitas shalat dhuha mahasiswa tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018.
2. Mengetahui *self efficacy* mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018.
3. Mengetahui hubungan intensitas shalat dhuha terhadap *self efficacy* pada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018.

## **D. Manfaat Hasil Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Dalam hal teoritis peneliti berharap dengan adanya penelitian ini dapat menjadikan pemahaman lebih bagaimana hubungan *self efficacy* itu terjadi dengan melaksanakan shalat dhuha. Sehingga dengan adanya penelitian ini dapat menjadikan tambahan pemikiran suatu karya ilmiah khususnya Fakultas Ushuluddin Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

### **2. Manfaat Praktis**

Dalam hal manfaat praktis peneliti berharap dapat menjadikan suatu informasi yang tepat dan akurat tentang hubungan shalat dhuha terhadap *self efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir, dan untuk kedepannya menjadikan motivasi bagi pelajar atau mahasiswa dalam menumbuhkan *self efficacy* guna menentukan kualitas hidup yang lebih baik.

## **E. Kerangka Berpikir**

Syech Abdullah mengungkapkan pendapat mengenai shalat Sunnah itu terbagi menjadi dua diantaranya: shalat unnah yang dilaksanakan secara *munfarid* atau sendiri dan shalat Sunnah yang dilaksanakan secara berjamaah yang status hukumnya *muakkad*. Yang termasuk shalat *muakkad* diantaranya shalat Sunnah idul adha, idul fitri, istisqa, terawih, khsuf dan kusuf. Sedangkan shalat Sunnah yang hukumnya *muakkad* yang secara *munfarid* antara lain shalat Sunnah tahajud dan rawatib.<sup>9</sup>

Selain daripada itu ada pula shalat Sunnah yang status hukumnya *ghairu muakkad* atau Sunnah biasa diantaranya. Shalat dhuha, tahiyatul masjid, shalat witir dan lain sebagainya. Semua ibadah shalat yaitu menghubungkan seorang hamba kepada penciptanya, oleh karenanya, shalat dapat dijadikan sebagai

---

<sup>9</sup> Syech bin Abdurrahman Bafadhol Abdullah, *Muqoddimah Al-Hadromiyah* (Malang: ArRoudho, 2010).



metode pertolongan, permohonan dalam menghindarkan dari segala bentuk permasalahan manusia dalam kehidupannya.<sup>10</sup>

Sebagai salah satu mufassir dari nusantara Quraish Shihab juga mengutarakan sesuatu yang amat menarik mengenai hubungan kecerdasan sosial manusia dengan shalat. Beliau mengungkapkan bahwa agama itu berasal dari bahasa sansakerta ialah “A” dalam artian tidak serta “Gama” yang artinya kacau, jadi dapat disimpulkan bahwasannya agama ialah suatu peraturan yang menghindarkan manusia dari kekacauan dan mengantarkan kepada keteraturan dan ketertiban. Sedangkan dalam bahasa arab disebut dengan *din*, yang berarti suatu hubungan yang menggambarkan kedua belah pihak yang lebih tinggi derajatnya dari pihak yang satunya atau pihak yang lain, seperti halnya hutang.<sup>11</sup>

Shalat itu ialah suatu cara guna membersihkan diri. sebab membiasakan shalat itu berarti mendidik hati dan pikiran seorang guna membangkitkan dan menggerakkan amal kebaikan, mendorong serta memberikan semangat agar senantiasa beramal baik, melarang dan mempertakuti dalam berbuat kejahatan. Taharah merupakan salah satu syarat sahnya dalam menunaikan shalat yaitu dengan berwudhu. Hala tersebut harus dilaksanakan sesuai dengan cermat dan sesuai dengan peraturan yang ditetapkan didalam hadis. Dan para sufi pun sangat berhati hati serta sangat cermat dalam berwudhu serta hal tersebut dijadikan sebagai lambang penyucian jiwa.<sup>12</sup>

Shalat yang dilakukan dengan tuma'ninah memberikan didikan terhadap muslim menjadi sabar, karena ada jeda beberapa detik dalam shalat menggambarkan sikap sabar dalam implementasi kehidupan sehari-hari. Adanya tuma'ninah menjadikan shalat tenang, tidak terburu-buru, dan menunaikannya secara benar yang telah disyari'atkan.<sup>13</sup>

---

<sup>10</sup> Abdul Aziz Muhammad Azzam Abdul Wahab Sayyed, *Fiqh Ibadah* (Jakarta: Amzah, 2009), 145.

<sup>11</sup> Anggi Ari wahyu, “Urgensi Shalat Dalam Membentuk Karakter Muslim Menurut Quraish Shihab,” *Jurnal Ulunnuha* Vol.6 No.2 (2016): 43.

<sup>12</sup> *Ibid.*, 47.

<sup>13</sup> *Ibid.*, 49.

Menurut Albert Bandura *self efficacy* yang disebutkannya sebagai keyakinan seseorang tentang kemampuannya, yang kemudian berkembang sehingga ada yang mengartikannya sebagai kompetensi diri seseorang untuk melakukan suatu tugas dan menghadapi kendala yang terjadi, yaitu suatu cara individu berperilaku dalam situasi tertentu, keyakinan untuk melatih sejumlah ukuran pengendalian terhadap fungsi diri, atau keyakinan atas kesanggupan untuk melakukan perilaku tertentu.<sup>14</sup>

Serta menurutnya ada empat sumber penting yang digunakan individu dalam membentuk efikasi diri, yaitu pertama mastery experience (pengalaman keberhasilan), kedua vicarious experience atau modeling (meniru), ketiga verbal persuasion (persuasi verbal) dan keempat tingkat psikologi dan emosi.<sup>15</sup>

Menurut Lauster pada tahun 1988 Efikasi diri atau *Self efficacy* yang dimiliki seseorang berbeda-beda, yang secara umum dibedakan atas dua kelompok, yaitu efikasi diri khusus dan umum. Efikasi diri khusus sangat beragam tergantung pada tugas khusus dan diolah secara kognitif oleh individu sebelum usaha tersebut dikembangkan dan sebaliknya efikasi diri umum merujuk pada keyakinan orang dalam keberhasilan mencapai prestasi hidup.<sup>16</sup>

Menurut Nuri Rahmawati dalam skripsinya tentang “*Pengaruh Intensitas Shalat Dhuha Terhadap Self efficacy Dalam Menyelesaikan Studi Pada Siswa Di MTS Fathahillah Beringin Semarang*”. Pada penelitian tersebut sasaran peneliti adalah siswa MTS dan di sekolah tersebut terdapat suatu program pembiasaan shalat dhuha. Dan diketahui hasil dari penelitian tersebut bahwasannya terdapat suatu pengaruh yang positif serta signifikan dari intensitas shalat dhuha terhadap *self efficacy* dalam menyelesaikan studi siswa.<sup>17</sup>

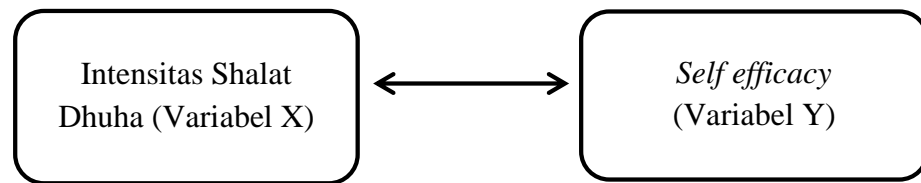
---

<sup>14</sup> Dale. H. Schunk and Albert, “Cultivating Competence, Self Efficacy and Intrinsic Interest Though Proximal Self Motivation.”

<sup>15</sup> Albert Bandura, “Human Agency in Social Cognitive Theory,” *American Psychologist Journal of Personality and Social Psychology* Vol 44 No (1989).

<sup>16</sup> Lauster Peter, *Tes Kepribadian (Terjemahan: D.H Gulo)* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1988).

<sup>17</sup> Rahmawati, “Pengaruh Intensitas Shalat Dhuha Terhadap Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Studi Pada Siswa Di MTS Fathahillah Beringin Semarang,” 84.



Dari pemaparan di atas, diduga bahwa akan adanya hubungan intensitas shalat dhuha dengan problematika *self efficacy* kepada mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi sebagai objek penelitian ini. Serta dengan penelitian ini juga ditemukan dua variabel yaitu, Intensitas Shalat Dhuha dengan *Self Efficacy*. Adapun pembaharuan dari penelitian ini dari penelitian sebelumnya adalah objek penelitian ini kepada mahasiswa yang memiliki problematika *self efficacy* relatif tinggi dan bermacam-macam serta pada penelitian ini juga dalam mengetahui intensitas shalat dhuha terbilang cukup sulit karena untuk mencari intensitas shalat dhuha tersebut harus mencari responden yang melaksanakan shalat dhuha karena tidak adanya suatu pembiasaan shalat dhuha dalam kesehariannya. Adapun dalam mengukur intensitas shalat dhuha serta *self efficacy* mahasiswa tersebut menggunakan skala *Likert* dengan menggunakan item-item yang tentunya berbeda dalam mengukur tinggi rendahnya variabel tersebut.

#### **F. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan sebuah dugaan sementara atau jawaban sementara terhadap rumusan permasalahan yang akan diteliti melalui data yang terkumpul dan yang diteliti. Dalam menguji kebenaran pada penelitian ini, maka dirumuskan hipotesis sebagai berikut.

H<sub>0</sub>:  $\rho = 0$  (Tidak Ada Hubungan Intensitas Shalat Dhuha terhadap *Self Efficacy* Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2018).

H<sub>a</sub>:  $\rho \neq 0$  (Ada Hubungan Intensitas Shalat Dhuha terhadap *Self efficacy* Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2018).

## G. Hasil Penelitian Terdahulu

1. Desriyani, Marlina. (2020). Penerbit, Diniyah Jurnal Pendidikan Dasar. dengan judul : “Pengaruh Salat Duha Terhadap Pembentukan Karakter Siswa di MIN 1 Kendari”. Dengan kesimpulan menunjukkan bahwasannya pembiasaan salat duha terhadap pembentukan karakter siswa di MIN 1 Kendari teradapat pengaruh yang positif dengan signifikansi salat duha terhadap pembentukan karakter siswa dengan lebih besar dari pada (0.55 0.1671) dan uji t signifikansi (6,44 1,66055) maka diterima dan ditolak itu berarti terdapat pgaruh positif dan signifikan salat duha terhadap pembentukan karakter siswa di MIN 1 Kendari.
2. Nuri Rahmawati. (2019). Skripsi Universitas Islam Negeri Walisongo dengan judul : “ Pengaruh Intensitas Shalat Dhuha Terhadap *Self efficacy* Dalam Menyelesaikan Studi Pada Siswa Di MTS Fathahillah Beringin Semarang”. Kesimpulan skripsi ini menjelaskan bahwasannya hasil uji hipotesis menghasilkan koefisien regresi linear sederhana 0,618, dengan nilai  $F=38,845$  dan signifikan  $0.000 < 0,01$  yaitu menunjukkan bahwasannya terdapat pengaruh positif yang begitu signifikan terhadap intensitas salat duha dengan *self efficacy*. Dengan hasil ini, maka hipotesis yang diberikan peneliti diterima.
3. Eni Sri Mulyani, Hunainah. (2021). Jurnal UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten. Penerbit, Qathruna Jurnal Online dengan judul : “ Pembiasaan Shalat Dhuha Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa”. Dengan kesimpulan jurnal ini menunjukkan bahwasannya, dengan diadakannya pembiasaan salat duha peserta didik menjadi lebih beriman terhadap Allah Swt. Serta dengan adanya pembiasaan salat duha ini peserta didik terpacu untuk lebih menghargai waktu dengan selalu datang pagi pagi sebelum dilaksanakannya pembelajar karena sebelum itu harus melaksanakan salat duha terlebih dahulu. Serta dengan adanya pembiasaan salat duha ini peserta didik lebih menghargai dan menerapkan adab yang baik kepada orang yang lebih

tua, kepada guru dan kepada sesama sehingga peserta didik akan terus mengedepankan kedisiplinan dalam hal pembelajaran di sekolah dan besosialisasi di lingkungan maupun di luar sekolah.

4. Krishervina Rani Lidiawati, Nurtaty Sinaga, Ivonne Rebecca. (2020) Jurnal Psikologi Udayana, Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, dengan judul : “Peranan Efikasi Diri Dan Intelegensi Terhadap Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Di Universitas XYZ” dengan kesimpulan penelitian ini bahwasannya Mendapatkan hasil analisis teknik regresi berganda menghasilkan adanya pengaruh efikasi diri dan intelegensi pada prestasi mahasiswa sebanyak 12,9%. Hal ini dapat diamati dari koefisien R sebanyak 0,352 serta nilai F dihitung sebanyak 10,759. Selain itu diamati dari nilai koefisien beta unstandarisasi sebanyak 0,026 dan nilai koefisien beta unstandarisasi intelegensi sebanyak 0,008. Serta hasil menunjukkan efikasi diri dengan IQ berperan penting terhadap peningkatan nilai IPK yang didapatkan mahasiswa terutama ditahun pertama. Dengan adanya suatu efikasi diri atau dorongan dalam diri individu dalam menyiapkan ujian atau mengerjakan suatu tugas kuliah dengan lebih baik sehingga memperoleh hasil IPK semester yang baik. Dengan penelitian sebelumnya juga adanya efikasi diri ini dapat menurunkan kecemasan pada saat mengerjakan ujian sehingga dapat lebih maksimal.
5. Eva Surya Oktaviana, (2018) Skripsi Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Arlangga Surabaya. Dengan Judul : ”Hubungan Interaksi Sosial Dan Self Efficacy Dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia Yang Tinggal Di Panti Weradha” dengan menghasilkan suatu kesimpulan, jika interaksi sosialnya rendah maka kesejahteraan psikologisnya pun akan rendah. Dan begitupun sebaliknya jika interaksi sosialnya tinggi maka kesejahteraan psikologisnya pun akan tinggi. Serta *self efficacy* dan kesejahteraan psikologisnya pun memiliki hubungan yang begitu signifikan jika *self efficacy* nya tinggi maka kesejahteraan psikologisnya pun akan tinggi.

Begitupun sebaliknya jika *self efficacy* lansia rendah maka kesejahteraan psikologisnya pun akan ikut rendah.

