

**PENGARUH *SELF COMPASSION* (WELAS ASIH DIRI) DAN
DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP EFIKASI
DIRI MAHASISWA PENGHAFAL AL-QUR'AN**

SKRIPSI



Disusun Oleh :

PUTRI MEGA NURMARITA FRANSISKA

NIM. 111511133099

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2022

**PENGARUH *SELF COMPASSION* (WELAS ASIH DIRI) DAN
DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP EFIKASI
DIRI MAHASISWA PENGHAFAL AL-QUR'AN**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Universitas Airlangga Surabaya

Disusun Oleh :

PUTRI MEGA NURMARITA FRANSISKA

NIM. 111511133099

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2022



LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya susun ini merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam Skripsi yang saya peroleh dari hasil karya tulis orang lain, telah saya tuliskan sumbernya dengan jelas, sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila pada kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam Skripsi saya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang telah saya sandang, beserta segala konsekuensinya, sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Surabaya, 7 Juli 2022

Menyetujui



Putri Mega Nurmarita Fransiska

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH *SELF COMPASSION* (WELAS ASIH DIRI) DAN
DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP EFIKASI DIRI
MAHASISWA PENGHAFAAL AL-QUR'AN**

Surabaya, 13 Juni 2022

Skripsi ini telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi



Dr. Nono Hery Yoenanto, S.Psi., M.Pd., Psikolog
(NIP. 196706221998021001)

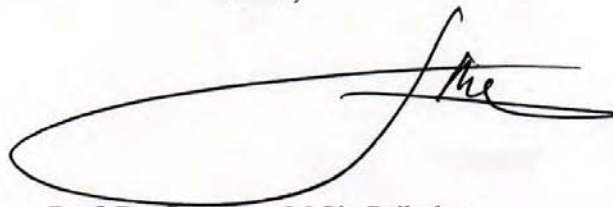
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji

Pada Hari Kamis, 7 Juli 2022

Dengan susunan Dewan Penguji sebagai berikut :

Ketua,



Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog
NIP. 196501221992031002

Sekretaris,



Tino Leonardi, M.Psi., Psikolog
NIP. 197607222003121001

Anggota,



Dr. Nono Hery Yoenanto, S.Psi., M.Pd., Psikolog
NIP. 196706221998021001

HALAMAN MOTTO

“Better an *oops* than a *what if*.”

Unknown

HALAMAN PERSEMBAHAN

Untuk diri saya

Terimakasih karena tidak pernah menyerah walaupun jalannya tidak mudah.

Untuk ibu

Terimakasih. Semoga Allah selalu memberikan kebahagiaan dan menciptakan senyum di wajah ibu.

Untuk kakak, teman-teman dan semua orang yang telah mendukung saya

Terimakasih atas semua kebaikan dan dukungan kalian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Allah SWT, atas berkat, rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi berjudul Pengaruh *Self Compassion* (Welas Asih Diri) dan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Efikasi Diri Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an. Proses penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan banyak pihak, sehingga dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
2. Afif Kurniawan, M.Psi., Psikolog selaku dosen wali yang selalu memberikan semangat dan bimbingan akademis kepada peneliti.
3. Dr. Nono Hery Yoenanto, S.Psi., M.Pd., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi. Terimakasih atas bimbingan dan waktu luang yang senantiasa diberikan, serta setiap saran maupun kritikan selama proses pengerjaan skripsi ini.
4. Tino Leonardi, M.Psi., Psikolog selaku dosen yang bersedia meluangkan waktu dan membantu penulis memperbaiki penelitian.
5. Resi Shaumia Ratu Eka P., S.Psi., M.Si, Widya Puspitasari, M.Psi., Psikolog, dan Fadhilah Ramadhani M.Psi., Psikolog selaku *professional judgement* untuk alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini.

6. Seluruh jajaran dosen dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga atas pengetahuan dan layanan yang diberikan selama penulis menjadi mahasiswa.
7. Seluruh responden yang telah bersedia mengisi kuesioner penelitian ini.
8. Keluarga besar, ibu serta kakak yang selalu mendukung dan memotivasi penulis untuk tetap berjuang menyelesaikan tanggung jawab sebagai mahasiswa.
9. Laksamana Adi Putra yang sudah menerima kekurangan penulis sehingga bersedia untuk selalu berjuang bersama, saling membantu, dan saling mendoakan untuk impian bersama.
10. Sahabat penulis, Dinda, Adel, Selvi, Lilik, Lili, Hawa, Bila, Ina, Aim terimakasih telah membantu, mendukung, dan menguatkan selama proses penyelesaian skripsi ini. Terimakasih juga telah menjadi rekan terbaik selama penulis menempuh masa studi.
11. Terimakasih kepada Merry, Soli, Dhea, Ujeng dan Tiara yang telah bersedia berjuang bersama, berbagi cerita, dan kebersamaan penulis selama proses penyelesaian skripsi.
12. Terimakasih teman-teman Psych15. Selamat berproses!

Surabaya, 13 Juni 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
ABSTRAK	xix
ABSTRACT	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	11
1.3 Batasan Masalah	14
1.3.1 Uji Pengaruh.....	14

1.3.2 Efikasi Diri	14
1.3.3 <i>Self Compassion</i>	14
1.3.4 Dukungan Sosial Keluarga.....	14
1.3.5 Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an.....	15
1.4 Rumusan Masalah.....	15
1.5 Tujuan Penelitian.....	15
1.6 Manfaat Penelitian	15
1.6.1 Manfaat Teoritis	15
1.6.2 Manfaat Praktis.....	16
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	17
2.1 Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an.....	17
2.1.1 Mahasiswa.....	17
2.1.2 Penghafal Al-Qur'an.....	17
2.1.3 Tantangan Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an	18
2.2 Efikasi Diri	19
2.2.1 Definisi Efikasi Diri.....	19
2.2.2 Proses Aktivasi Efikasi Diri.....	20
2.2.3 Aspek-Aspek Efikasi Diri	22
2.2.4 Faktor-Faktor Efikasi Diri.....	23
2.3 <i>Self Compassion</i>	25

2.3.1 Definisi Self Compassion.....	25
2.3.2 Aspek-Aspek Self Compassion	26
2.4 Dukungan Sosial Keluarga.....	27
2.4.1 Definisi Dukungan Sosial	27
2.4.2 Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	28
2.4.3 Definisi Dukungan Sosial Keluarga	29
2.4.4 Aspek-Aspek Dukungan Sosial Keluarga.....	29
2.5 Hubungan <i>Self Compassion</i> dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Efikasi Diri.....	30
2.6 Kerangka Konseptual.....	34
2.7 Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
3.1 Tipe Penelitian.....	36
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	36
3.3.1 Variabel Bebas (X)	37
3.3.2 Variabel Terikat (Y).....	37
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	38
3.3.1 Definisi Operasional Variabel <i>Self Compassion</i> (X ₁).....	38
3.3.2 Definisi Operasional Variabel Dukungan Sosial Keluarga (X ₂)	38
3.3.3 Definisi Operasional Variabel Efikasi Diri (Y).....	39

3.4	Subjek Penelitian	39
3.4.1	Populasi Penelitian.....	39
3.4.2	Sampel Penelitian	40
3.5	Teknik Pengumpulan Data	41
3.5.1	Alat Ukur Self Compassion.....	41
3.5.2	Alat Ukur Dukungan Sosial Keluarga	42
3.5.3	Alat Ukur Efikasi Diri.....	44
3.6	Validitas dan Reliabilitas	45
3.6.1	Validitas	45
3.6.2	Reliabilitas.....	48
3.6.3	Uji Diskriminasi Aitem.....	50
3.7	Teknik Analisis Data	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		52
4.1	Gambaran Subjek Penelitian	52
4.2	Pelaksanaan Penelitian.....	54
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	54
4.2.2	Pengambilan Data.....	55
4.3	Hasil Penelitian.....	55
4.3.1	Hasil Analisis Statistik Deskriptif	55
4.3.2	Kategori Skor Subjek.....	56

4.3.3 Hasil Uji Asumsi	58
4.3.4 Hasil Uji Analisis Data	61
4.4 Pembahasan	65
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	66
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	68
5.1 Simpulan	68
5.2 Saran	68
5.2.1 Saran untuk Peneliti Berikutnya	68
5.2.2 Saran untuk Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an	68
5.2.3 Saran untuk Keluarga dari Penghafal Al-Qur'an	69
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Instrumen <i>Self Compassion</i>	42
Tabel 3.2 Blueprint Alat Ukur Dukungan Sosial Keluarga	43
Tabel 3.3 Blueprint Alat Ukur Dukungan Sosial Keluarga Setelah Uji Coba	44
Tabel 3.4 Blueprint Alat Ukur Efikasi Diri	45
Tabel 3.5 <i>Professional Judgment</i> untuk Alat Ukur <i>Self Compassion</i>	46
Tabel 3.6 <i>Professional Judgment</i> untuk Alat Ukur Efikasi Diri	47
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur <i>Self Compassion</i>	48
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Dukungan Sosial Keluarga pada Penelitian Sebelumnya	49
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Dukungan Sosial Keluarga	49
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Efikasi Diri	50
Tabel 4.1 Sebaran Jenis Kelamin Subjek	52
Tabel 4.2 Sebaran Hafalan Al-Qur'an Subjek	52
Tabel 4.3 Sebaran Asal Perguruan Tinggi Subjek	53
Tabel 4.4 Hasil Analisis Deskriptif	56
Tabel 4.5 Rumus Penormaan	56
Tabel 4.6 Kategori Efikasi Diri	57
Tabel 4.7 Kategori <i>Self Compassion</i>	57
Tabel 4.8 Kategori Dukungan Sosial Keluarga	57
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas <i>One-Sample Kolmogorove-Smirnove</i>	58
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas	59
Tabel 4.11 Hasil Uji Multikolinearitas	60

Tabel 4.12 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	62
Tabel 4.13 Model Anova Regresi Linear Berganda	63
Tabel 4.14 Model Coefficient Analisis Regresi Liner Berganda	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	34
Gambar 3.1 Skema Identifikasi variabel Penelitian	37
Gambar 4.1 Uji Heteroskedastisitas	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Persetujuan Penggunaan Alat Ukur <i>Self Compassion</i>	77
Lampiran 2 Persetujuan Penggunaan Alat Ukur Dukungan Sosial Keluarga	78
Lampiran 3 Persetujuan Penggunaan Alat Ukur Efikasi Diri	79
Lampiran 4 Data penghafal Al-Qur'an di Universitas Airlangga	80
Lampiran 5 Verbatim Wawancara Subjek	81
Lampiran 6 Lembar Modifikasi.....	84
Lampiran 7 Lembar Rater Alat Ukur.....	92
Lampiran 8 Kuesioner Penelitian	95
Lampiran 9 Uji Daya Diskriminasi Aitem Uji Coba Terpakai Alat Ukur Self Compassion	104
Lampiran 10 Uji Daya Diskriminasi Aitem Uji Coba Terpakai Alat Ukur Efikasi Diri	106
Lampiran 11 Reliabilitas Penelitian.....	108
Lampiran 12 Uji Asumsi.....	109
Lampiran 13 Uji Analisis Data.....	111
Lampiran 14 Uji Deskripsi.....	112

ABSTRAK

Putri Mega Nurmarita Fransiska, 111511133099, Pengaruh *Self Compassion* (Welas Asih Diri) dan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Efikasi Diri Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an, *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2022.

xx + 75 halaman, 14 lampiran

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh prediktif *self compassion* dan dukungan sosial keluarga terhadap efikasi diri mahasiswa penghafal Al-Qur'an. Efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuannya untuk mencapai atau menghasilkan performa yang diinginkan (Bandura, 1994).

Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa penghafal Al-Qur'an dari perguruan tinggi negeri maupun swasta dengan jumlah subjek sebanyak 114 orang. Data didapatkan dengan metode survei. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Self Compassion Scale* yang disusun oleh Neff (2003) dengan reliabilitas sebesar 0.893 ($\alpha=0.893$), Skala Dukungan Sosial Keluarga yang disusun oleh Rahmawati (2017) dengan reliabilitas 0.922 ($\alpha=0.922$), dan Skala Efikasi Diri yang disusun oleh Rozaldi (2019) dengan reliabilitas 0.960 ($\alpha=0.960$).

Analisis data yang digunakan adalah uji regresi linear berganda dengan bantuan program *SPSS 22.0 for windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan sumbangan prediktif *self compassion* dan dukungan sosial keluarga terhadap efikasi diri sebesar 32,7% ($R^2 = 0.327$), sedangkan 67,3% diprediksi oleh variabel lain.

Kata kunci: *Self Compassion*, Dukungan Sosial Keluarga, Efikasi Diri, Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an

Daftar Pustaka, 74 (1974-2022)

ABSTRACT

Putri Mega Nurmarita Fransiska, 111511133099, *The Influence of Self Compassion and Family Social Support on the Self-Efficacy of Students Memorizing Al-Qur'an*, Undergraduate Thesis, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2022.

xx + 75 pages, 14 attachments

This study aims to determine the predictive influence of self-compassion and family social support on the self-efficacy of students memorizing Al-Qur'an. Self efficacy is defined as people's beliefs about their capabilities to achieve or produce the desired performance (Bandura, 1994).

This research was conducted on students who were memorizing Al-Qur'an from both the public and private universities with a total of 114 subjects. Data was collected using survey method. The measuring instrument used in this study were Self Compassion Scale by Neff (2003) with a reliability of 0.893 ($\alpha=0.893$), Family Social Support Scale by Rahmawati (2017) with a reliability of 0.922 ($\alpha=0.922$), and Self-Efficacy Scale by Rozaldi (2019) with a reliability of 0.960 ($\alpha=0.960$).

The quantitative data analysis was done by Multiple Linear Regression using SPSS 22.0 for windows program. The result of this study showed that the predictive contribution of self-compassion and family social support to self-efficacy is 32,7% ($R^2 = 0.327$), while 67,3% is predicted by other variables.

Keywords: *Self Compassion, Family Social Support, Self Efficacy, Students Memorizing Al-Qur'an*

References, 74 (1974-2022)