

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Setiap manusia memiliki keyakinan terhadap kualitas dan kemampuan serta penilaiannya terhadap sesuatu atau dirinya sendiri. Dengan begitu mengenali diri sendiri atas pencapaian dengan meningkatkan rasa percaya diri akan lebih yakin atas kemampuan dengan memotivasi untuk terus berusaha dan mencapai tujuan yang lebih besar.<sup>1</sup> Sebaliknya, terdapat manusia yang tidak memiliki sesuatu keinginan, target, tujuan yang diperjuangkan secara sungguh-sungguh. Mereka cenderung tidak memiliki kepercayaan diri dan cenderung mudah berputus asa ketika dihadapkan dengan suatu permasalahan. Akibat dari tidak memiliki kepercayaan tersebut, mereka cenderung memiliki sikap yang mudah frustrasi, kurang sabar dan emosi yang tidak stabil dikarenakan mereka menganggap dirinya tidak memiliki harapan.<sup>2</sup>

Kepercayaan diri mengacu pada keyakinan diri seseorang terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam tugas atau situasi tertentu. Dalam hal ini kepercayaan diri melibatkan kemampuan untuk mengambil risiko dan menghadapi tantangan tanpa takut akan kegagalan atau penolakan, meskipun melibatkan bertindak meskipun ada rasa takut atau keraguan. Kepercayaan diri terbentuk dari pengalaman pribadi kesuksesan dalam menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan dapat meningkatkan kepercayaan diri. Sebaliknya pengalaman kegagalan yang diatasi dengan baik juga dapat memperkuat kepercayaan diri karena menunjukkan kemampuan untuk bangkit dari kesulitan. Kepercayaan diri seseorang tidak dapat diukur secara serta merta. Tingkat kepercayaan diri seseorang dapat dilihat dari seberapa pengalaman pribadi yang dapat dari orang lain, kemudian dilihat dari seberapa realistis dalam mengambil keputusan ketika dihadapkan dengan masalah.<sup>3</sup> Kepercayaan diri juga dikenal sebagai keyakinan diri adalah komponen kepribadian yang membantu seseorang mengaktualisasikan potensinya. Ini adalah

---

<sup>1</sup> Adywibowo dan Inge Pudjiastuti (2010), "Memperkuat Kepercayaan Diri Anak melalui Percakapan Refensial", *Jurnal Pendidikan Penabur*. Vol. 15, No. 9, hlm. 37-49.

<sup>2</sup> Refika Aditama dan T. Hakim (2002), *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri* (Jakarta: Puspa Swara).

<sup>3</sup> S. Rineka cipta. Azwar (2015). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar).

sikap yang yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertindak sesuai dengan harapan dan tidak terpengaruh oleh orang lain.<sup>4</sup>

Pentingnya kepercayaan diri terhadap kehidupan setiap orang kepercayaan diri yang bagus memungkinkan seseorang bekerja lebih baik dan efektif. Percaya pada kemampuan diri biasanya lebih fokus dan berkomitmen untuk menyelesaikan tugas dengan baik dan juga lebih mampu menyampaikan pendapat atau ide secara terbuka, baik dalam pergaulan maupun ditempat kerja membantu membangun hubungan yang lebih baik dan memperkuat jaringan sosial. Dengan kepercayaan diri, seseorang lebih siap menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan cenderung lebih tahan stres dan tidak mudah menyerah dalam situasi sulit.

Menurut Maslow, Pengurus IPNU-IPPNU membutuhkan kepercayaan diri karena adanya bimbingan atau dorongan dari seseorang pemimpin yang dapat mengkoordinasi dan memberi arahan kepada anggotanya. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri cenderung lebih mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sebaliknya mereka yang kurang percaya diri akan cenderung pesimis, ragu-ragu dalam menyampaikan ide, kesulitan membuat keputusan dan sering membandingkan dirinya dengan orang lain.<sup>5</sup>

Dalam sebuah organisasi, pengurus di IAIN Kediri terdapat sebagian pengurus yang merasa kurang percaya diri. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti ketidakpercayaan diri bisa menimbulkan rasa takut akan kegagalan pengurus takut untuk mengambil tanggung jawab atau menghadapi tantangan karena khawatir akan kegagalan atau kritik dari teman sebaya, perlunya bimbingan dan dukungan dari rekan pengurus untuk meningkatkan kepercayaan diri pengurus yang merasa kurang percaya diri membutuhkan dukungan dari rekan-rekan lainnya lingkungan yang saling mendukung dapat membantu merasa lebih aman dan berani untuk berkembang. Dengan mengenali dan menangani masalah kepercayaan diri, organisasi dapat menciptakan lingkungan dimana setiap pengurus merasa berdaya dan siap berkontribusi terlepas dari tingkat kepercayaan diri pada awalnya.

Berdasarkan hasil wawancara awal pada pengurus IPNU-IPPNU masalah yang dihadapi para pengurus adalah masalah yang dihadapi mudah cemas, merasa

---

<sup>4</sup> A. Diananda (2018). "Psikologi Remaja dan Pengertian Kepercayaan Diri", *Istighna*, hlm 116-133.

<sup>5</sup> Alsa, Asmadi dkk. 2006. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik. Semarang". *Jurnal Psikologi*. No.1, hlm 48.

ragu sebagai ketua dan tim koordinator, gugup didepan umum saat menyampaikan pendapat, membandingkan diri sendiri dengan teman yang lebih berpengalaman, merasa tidak dihargai dan merasa tidak mampu untuk sukses.<sup>6</sup>

Menurut loekmono kepercayaan diri sangat penting bagi mahasiswa baru yang bergabung dalam organisasi karena membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan baru, baik akademik maupun organisasi. Rasa percaya diri membuat mahasiswa lebih berani untuk mengambil inisiatif, berpartisipasi aktif dalam kegiatan dan menyampaikan pendapat. Dengan keyakinan terhadap kemampuan diri, mahasiswa dapat menghadapi tantangan dengan lebih tenang, mengembangkan potensi pribadi, serta membangun relasi yang baik dengan sesama anggota.

Kepercayaan diri juga menjadi fondasi penting dalam mengasah keterampilan kepemimpinan dan berkontribusi positif di organisasi IPNU-IPPNU. Sebaliknya, mahasiswa IPNU-IPPNU kurang percaya diri dapat menghambat berbagai aspek perkembangan dalam organisasi mahasiswa yang kurang percaya diri akan merasa ragu mengambil peran kepemimpinan, baik ketua tim atau koordinator kegiatan, karena takut gagal atau dinilai tidak cukup kompeten, merasa lebih sering diam atau menahan pendapat karena merasa khawatir ide tidak dihargai atau dianggap tidak penting oleh anggota lain, merasa kurang mampu dibandingkan dengan orang lain terutama senior yang lebih berpengalaman sehingga merasa kecil dan kurang berdaya dalam forum. Ketidakpercayaan diri sering kali dikaitkan dengan rasa cemas terutama dalam situasi dimana mahasiswa harus berbicara di depan umum, memimpin kelompok atau mengelola proyek.<sup>7</sup>

Pemimpin yang kurang percaya diri bisa melemahkan semangat tim dan produktivitas organisasi. Maka kepercayaan diri yang rendah membuat mahasiswa kurang terlibat dalam kegiatan atau proyek organisasi. Ini bisa berdampak pada kuantitas dan kualitas hasil organisasi, karena partisipasi aktif sangat penting untuk mencapai tujuan bersama. Solusi untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa IPNU-IPPNU harus mengadakan pelatihan soft skills seperti publik speaking,

---

<sup>6</sup> Wawancara pada tanggal 2 Oktober 2024.

<sup>7</sup> W Eka Wahyudi dan Mufarrihul Hazin, *Pedoman Kaderisasi Ikatan Pelajar Nahdlatul Ulama*. (Jakarta: Pimpinan Pusat IPNU, 2018), hlm 59.

manajemen waktu dan ketrampilan interpersonal dapat membantu mahasiswa merasa lebih percaya diri dalam menjalankan perannya dalam organisasi.<sup>8</sup>

Salah satu upaya meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswa IPNU-IPPNU dengan mengembangkan ketrampilan diri melalui latihan dan pengalaman. Ketika seseorang mengasah ketrampilannya dalam bidang tertentu, baik itu ketrampilan akademik, sosial, atau profesional, mereka akan merasa lebih mampu dan percaya diri dalam menghadapi tantangan. Menurut Peter lauster dalam bukunya menuliskan terdapat 5 indikator keyakinan akan kemampuan diri, optimistis, objektif, tanggung jawab, rasional, dan realistis. Para mahasiswa IPNU-IPPNU memiliki sifat tersebut, hal ini dapat dilihat dari perilakunya yang memiliki sikap yakin dan tegar ketika dihadapkan oleh suatu masalah, mereka meyakini dan mempercayai bahwa Allah tidak akan meninggalkan mereka sendiri, Allah akan senantiasa membantu hambanya yang kesulitan.<sup>9</sup>

Relasi antara muhasabah dan kepercayaan diri Mahasiswa IPNU-IPPNU karena muhasabah dapat mempengaruhi bagaimana mahasiswa memandang dirinya sendiri dan keyakinannya terhadap kemampuan pribadi. Muhasabah yang dilakukan dengan seimbang dapat membantu mahasiswa melihat kekuatan dan pencapaian diri yang pada gilirannya meningkatkan kepercayaan diri dengan mengevaluasi tindakan dan keputusan masa lalu secara obyektif mahasiswa bisa mengenali kemampuan dan kelebihan yang mungkin tidak disadari sebelumnya. Melalui muhasabah mahasiswa bisa mengidentifikasi area yang perlu perbaikan tanpa merasa rendah hati dilakukan dengan pola pikir yang positif intropeksi sarana untuk memperbaiki diri secara konstruktif yang kemudian dapat meningkatkan kepercayaan diri karena adanya kejelasan tentang apa yang bisa diperbaiki dan bagaimana cara melakukannya, muhasabah membantu seseorang memahami batasan dan potensi diri dengan memahami ini mahasiswa dapat mengatur ekspektasi pribadi secara lebih realistis yang membantu menjaga keseimbangan antara ambisi dan kemampuan nyata sehingga kepercayaan diri tetap perlu dan tidak berlebihan atau terlalu rendah.<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> Armeini Uha Satari, Organisasi Sosial dan Kepemimpinan, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka, 2006), 9.

<sup>9</sup> Ibid

<sup>10</sup> Fenti Zahara, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan". *Kognisi Jurnal*, Vol. 2 No.2 (2018) hlm 2258-4495.

Dengan muhasabah berperan penting dalam membentuk dan memperkuat kepercayaan diri jika dilakukan dengan bijaksana, dengan refleksi yang positif dan seimbang mahasiswa dapat memperbaiki kekurangan tanpa merusak harga diri serta memperkuat kepercayaan pada kemampuan diri sendiri. Sebaliknya, intropeksi yang terlalu keras bisa mengakibatkan kepercayaan diri yang menurun. Kuncinya adalah keseimbangan antara evaluasi diri yang jujur dan penerimaan diri yang positif.<sup>11</sup>

Semakin banyak melangkah dalam kehidupan maka semakin banyak pula masalah yang dihadapi dan ditemui. Bermuhasabah merupakan salah satu cara yang memiliki peran penting sebagai intropeksi diri atau evaluasi diri secara menyeluruh terhadap perbuatan, ucapan, dan pikiran yang telah dilakukan baik dalam sehari, seminggu, sebulan, setahun, maupun sepanjang hidup. Al-Qur'an QS Al-Hasyr: 18 menjelaskan bahwa dengan bermuhasabah seseorang akan menjadikan rasa tanggung jawab dihadapan Allah SWT, dihadapan manusia dan juga di hadapan jiwa yang dibebani dengan kewajiban-kewajiban yang bersifat perintah dan juga larangan.<sup>12</sup> Dengan bermuhasabah, seorang akan mengetahui bahwa dia telah berbuat sesuatu yang berguna dan akan kembali kepada Allah. Manusia juga merenungkan diri sendiri untuk mengetahui dan memikirkan apa yang telah mereka lakukan sebelum Allah SWT menghisap amal mereka di hari pembalasan. Merenung disini berarti bahwa seseorang berusaha untuk mengubah dirinya dengan melakukan intropeksi diri atau mawas diri.

Menurut Sudirman, Abu Hamid al-Ghazali Pengertian muhasabah adalah proses menghitung dan mengevaluasi amal perbuatan yang telah dilakukan menganjurkan agar seseorang selalu meninjau tindakan-tindakan yang telah dilakukan, baik yang tampak maupun yang tersembunyi untuk memastikan bahwa amal tersebut sesuai dengan ajaran islam dan mendekatkan diri kepada Allah. Dalam *ihya' Ulum al-Din*, menyebutkan bahwa muhasabah adalah kunci untuk mencapai kesadaran diri dan taubat yang tulus. Hal ini bertujuan untuk

---

<sup>11</sup> ibid

<sup>12</sup> M. Quraish Shihab, Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Volume 15 Juz 'Ammah, (Jakarta: Lentera Hati, 2002) hal. 365

mengintropeksi diri, merenungkan apa yang telah dilakukan di masa lalu dan merencanakan apa yang akan dilakukan di masa depan.<sup>13</sup>

Pentingnya muhasabah terhadap setiap individu terutama dalam menjalani kehidupan yang baik dan bermakna dengan muhasabah seseorang bisa mengenali kelemahan dan kesalahan dalam perilaku atau ibadahnya sehingga dapat diperbaiki membantu seseorang untuk terus meningkatkan kualitas dirinya dari waktu ke waktu, sebagai organisasi yang berlandaskan nilai-nilai Nahdlatul ulama (NU), muhasabah membantu pengurus untuk lebih sadar dan memperkuat keimanan serta ketakwaan agar lebih termotivasi untuk menjaga nilai-nilai ajaran NU dan mengimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan rutin melakukan muhasabah dapat menjadi kader-kader yang berkarakter kuat, berintegritas, dan berkontribusi positif bagi agama, bangsa dan masyarakat luas.<sup>14</sup>

Menurut Rahman, Agama Islam sangat mendorong umatnya untuk memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Manusia adalah makhluk ciptaan-Nya yang memiliki derajat yang paling tinggi karena kelebihan akal yang dimiliki, sehingga sepatutnya percaya dengan kemampuan yang dimilikinya. Hubungan muhasabah dengan kepercayaan diri adalah apabila seorang individu melakukan muhasabah, maka pintu kesabaran seseorang akan terbuka untuk dapat mengetahui kekurangan dan kelebihan pada dirinya, sehingga nantinya akan menumbuhkan rasa percaya diri dalam dirinya.<sup>15</sup>

Bermuhasabah merupakan salah satu jalan mahasiswa IPNU-IPPNU untuk bisa meningkatkan kepercayaan diri melalui muhasabah dapat mengevaluasi diri secara menyeluruh termasuk kelebihan, kekurangan, dan potensi yang kita miliki. Pemahaman diri yang baik ini menjadi fondasi penting untuk membangun kepercayaan diri, penerimaan diri penting untuk membangun rasa percaya diri yang kokoh dan tahan lama dan dilandaskan rasa syukur membantu untuk lebih menghargai diri sendiri dan meningkatkan optimisme yang merupakan komponen penting dalam kepercayaan diri.

---

<sup>13</sup> Sudriman Tebba, *Meditasi Sufistik*. (Tangerang: Pustaka Irvan, 2007) hal. 28

<sup>14</sup> M. Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006) hal. 83

<sup>15</sup> Rahman, Y. A. (2014). Implementasi Konsep Muahadah Mujahadah, Muraqabah, Muhasabah Dan Mu'aqabah Dalam Layanan Customer. *Bisnis Islam* |, VIII(2), 123–134

Praktik dalam muhasabah dapat membantu seseorang mengevaluasi diri dan memperbaiki kualitas hidupnya yaitu dengan menentukan waktu khusus setiap hari seperti sebelum tidur untuk merenung dan mengevaluasi diri dengan waktu yang tenang dan bebas dari gangguan akan membantu proses introspeksi, membuat catatan harian tentang pikiran, dan perasaan dapat membantu mengidentifikasi pola perilaku dan emosi, berdoa dan berdzikir dengan memohon petunjuk dan ampunan dari Allah SWT melalui doa dan dzikir dapat menenangkan hati dan membantu dalam proses muhasabah.<sup>16</sup>

Salah satu definisi muhasabah adalah pengaturan diri seseorang merasa tersentuh ketika proses bermuhasabah melakukannya merasa melawan kesalahan yang harus segera diperbaiki, terutama dalam hal akhlak dan prestasi. Adanya muhasabah ini membantu mereka terus mengintrospeksi diri mereka untuk menjadi orang yang lebih baik dan bermanfaat bagi orang lain, dan yang paling penting adalah untuk membanggakan kedua orang tua mereka dan mendapatkan ridho dari Allah SWT.<sup>17</sup>

Dalam kaitannya dengan ada hubungan dengan perilaku koreksi diri dan introspeksi diri dimana mahasiswa bisa memanfaatkan Kesalahan yang mereka lakukan sebagai pelajaran untuk menjadi lebih baik. Jika keberhasilan dicapai mahasiswa akan mengambilnya dan mensyukurinya tetapi jika kegagalan terjadi mahasiswa akan diminta untuk menanggungnya dan menugaskannya dimasa mendatang. Modal hamba dalam agamanya adalah a,alan fardhu yang diwajibkan untuk melakukan apa yang dia lakukan(Al-Ghazali, 2011).

Penelitian ini dilakukan di mabes IPNU-IPPNU IAIN Kediri dikarenakan Sebagian mahasiswa memiliki kepercayaan diri dengan sikap ragu dan takut salah atau terlihat gak percaya diri di depan teman-teman. Hal ini muhasabah sangat penting dikaitkan dengan kepercayaan diri karena intropeksi diri sebagai sarana untuk memperbaiki diri dan memperkuat hubungan dengan Allah sebagai bentuk evaluasi atas kegiatan dan peran yang dijalankan dalam organisasi, baik dalam hal ikhlasan, tanggung jawab, maupun dampak dari masyarakat.

---

<sup>16</sup> M. Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan)* , (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006) hal. 83

<sup>17</sup> Rahman, Y. A. (2014). Implementasi Konsep Muahadah Mujahadah, Muraqabah, Muhasabah Dan Mu'aqabah Dalam Layanan Customer. *Bisnis Islam* |, VIII(2), 123–134

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana gambaran tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri?
2. Bagaimana gambaran tingkat muhasabah pada mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri ?
3. Apakah terdapat hubungan muhasabah dengan kepercayaan diri mahasiswa organisasi pengurus komisariat IPNU-IPPNU IAIN Kediri ?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui gambaran tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri.
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat muhasabah pada mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan muhasabah dengan kepercayaan diri mahasiswa organisasi pengurus komisariat IPNU-IPPNU IAIN Kediri.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Kegunaan Teoritis

Hasil Penelitian ini, diharapkan dapat menjadi khazanah ilmu pengetahuan tasawuf dan psikoterapi khususnya tentang hubungan muhasabah dengan kepercayaan diri mahasiswa organisasi pengurus komisariat IPNU-IPPNU IAIN Kediri.

2. Kegunaan Praktis

Dalam melakukan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis, diantaranya:

- a. Bagi Organisasi

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh organisasi mahasiswa IPNU-IPPNU IAIN Kediri sebagai pertimbangan dalam menentukan kegiatan dan meningkatkan kualitas serta kuantitas dalam program pendidikan organisasi IPNU-IPPNU.

- b. Bagi Subjek Peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu referensi tentang salah satu cara untuk mendapatkan hubungan muhasabah



dengan kepercayaan diri oleh subjek peneliti yaitu mahasiswa organisasi pengurus komisariat IPNU-IPPNU IAIN Kediri

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai media informasi bagi peneliti agar dapat meningkatkan rancangan penelitian yang relevan dengan perkembangan ilmu pengetahuan Tasawuf dan Psikoterapi dengan subjek, waktu, dan tempat yang berbeda.

### E. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian memiliki pengertian sebagai sebuah dasar anggapan terhadap suatu hal yang kemudian akan dijadikan sebagai landasan berpikir maupun bertindak pada saat melakukan penelitian. Asumsi penelitian ini dapat berupa gambaran, prasangka, perkiraan, atau suatu pendapat sementara maupun kesimpulan sementara pada saat teori pada penelitian belum bisa dibuktikan.

### F. Penelitian Terdahulu

Beberapa penelitian terdahulu mengenai muhasabah dan kepercayaan diri akan digunakan dalam penelitian ini dimaksudkan sebagai bahan rujukan dan sebagai gambaran bagi penelitian ini. Selain digunakan sebagai rujukan, penelitian terdahulu ini juga digunakan sebagai pembanding dengan penelitian ini. Penelitian yang telah ada sebelumnya juga membantu penelitian ini dalam penyusunan proposal skripsi yang berpedoman pada langkah-langkah.<sup>18</sup> sehingga penelitian tidak sekedar coba-coba belaka dan dapat dipertanggung jawabkan. Berikut adalah beberapa sumber penelitian sebelumnya mengenai konsep hubungan muhasabah dan kepercayaan diri

1. Skripsi karya Ismi Else Sukaisih mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang yang berjudul *'Hubungan Muhasabah dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Prodi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Fatah Palembang*. Hasil uji hipotesis korelasi pearson (pearson product momet correlation) diperoleh nilai 0.738 dengan nilai signifikan  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima, sehingga dapat diartikan adanya hubungan positif ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa semakin tinggi tingkat muhasabah maka semakin

---

<sup>18</sup> Saifuddin Bachrun, Manajemen Muhasabah Diri (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2011) hal. 36

tinggi tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi fakultas ushuludin UIN Raden Fatah Palembang.

Perbedaan penelitian diatas terletak pada lokasi penelitian yaitu mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi fakultas ushuludin UIN Raden Fatah Palembang, sedangkan penelitian ini terletak pada mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri. Persamaan penelitian diatas dengan penelitian ini adalah variabel bebas yaitu muhasabah dan variabel terikat adalah kepercayaan diri.

2. Jurnal Ilmiah Psikologi Vol.4 No.1 2019 karya Ummu Aiman mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang berjudul *Kepercayaan Diri dan Kecemasan (Hubungan Antara Kepercayaan diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa Psikologi semester VI yang Akan Menghadapi Skripsi)*. Penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui signifikansi hubungan kecemasan dengan kepercayaan diri mahasiswa psikologi semester VI (enam) UIN Malik Ibrahim Malang. Subjek penelitian 57 mahasiswa psikologi semester VI (enam) UIN Malik Ibrahim Malang. Diperoleh hasil ada hubungan negatif yang signifikan antara Kecemasan dan Kepercayaan diri. dengan koefisien korelasi  $r = -0,282$  pada  $p = 0,034 < 0,05$ . Artinya bila ada peningkatan skor kepercayaan diri maka akan diikuti dengan turunya skor kecemasan mahasiswa Psikologi semester VI (enam) yang akan menghadapi skripsi. Bahwa hipotesis penelitian di terima.

Perbedaan penelitian diatas terletak pada lokasi penelitian yaitu di mahasiswa psikologi semester VI UIN Malik Ibrahim Malang sedangkan penelitian ini terletak di mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri. Perbedaan juga terdapat pada kriteria subyek yaitu mahasiswa semester VI sedangkan pada penelitian ini adalah mahasiswa organisasi. Persamaan penelitian diatas dengan penelitian ini adalah variabel bebas yaitu kepercayaan diri dan variabel terikat yakni tingkat kecemasan.

3. Jurnal Ilmiah Psikologi Vol.22 No.2. 2020 karya Nurlita Oktaviani mahasiswa UIN Walisongo Semarang yang berjudul *Hubungan Antara Muhasabah dengan Prokastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang)*. Hasil uji hipotesis Korelasi Pearson

(Pearson Product Moment Correlation) diperoleh nilai  $r_{xy} = -0,685$  dan nilai signifikansi  $p = 0,000 < 0,01$ . Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara muhasabah dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan (Studi terhadap mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang).

Perbedaan penelitian diatas terletak pada lokasi penelitian yaitu di mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang sedangkan penelitian ini terletak di mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri. Persamaan juga terdapat pada kriteria Subyek yaitu mahasiswa sedangkan pada penelitian ini adalah mahasiswa organisasi. Persamaan penelitian diatas dengan penelitian ini adalah variabel bebas yaitu muhasabah dan variabel terikat yakni prokrastinasi akademik.

4. Jurnal riset mahasiswa bimbingan dan konseling volume 4, No 1 januari 2019 karya Ika Atmala Sari mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yang berjudul “Terapi Muhasabah Untuk Meningkatkan Kesadaran Belajar Remaja (Studi Kasus pada salah satu Remaja di Kelurahan Watulea Buton Tengah Sulawesi Tenggara)”. Hasil dari proses bimbingan dan konseling Islam dengan menggunakan terapi muhasabah dalam menangani kurangnya kesadaran belajar remaja di Kelurahan Watulea-Buton Tengah Sulawesi Tenggara ini adalah konseli dapat merubah kebiasaan buruknya yaitu konseli keluar malam hingga larut malam menjadi konseli mengurangi jam keluarnya, mempunyai kemauan belajar, membiasakan diri agar selalu disiplin serta berusaha menjauhi sifat teman-temannya yang membuatnya menjadi pribadi yang negative.

Persamaan dari penelitian ini yaitu membahas muhasabah, sedangkan perbedaan dari penelitian ini yaitu pada kasus peneliti, yakni Meningkatkan Kesadaran Belajar Remaja (Studi Kasus pada salah satu Remaja di Kelurahan Watulea Buton Tengah Sulawesi Tenggara) dan meningkatkan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri. Persamaan penelitian diatas dengan penelitian ini adalah variabel bebas yaitu terapi muhasabah dan variabel terikat yakni kesadaran belajar remaja.

5. Jurnal volume 2, No 3 September 2019 karya Ifdil, Amandha Unzilla Denich, Asmidir Ilyas yang berjudul *Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri* dengan hasil temuan diperoleh korelasi antara body image dengan kepercayaan diri menggunakan bantuan SPSS.<sup>19</sup> Nilai koefisien korelasi sebesar 0.788 dengan taraf signifikansi dua jalur sebesar 0,000 pada tingkat taraf kepercayaan 0,01. Dari hasil perhitungan diperoleh nilai signifikansi dua jalur sebesar  $0,000 < 0,01$ . Maka dapat disimpulkan H1 diterima. Artinya, terdapat hubungan yang signifikan antara body image dengan kepercayaan diri remaja putri. Persamaan dari penelitian ini yaitu membahas kepercayaan diri, sedangkan perbedaan dari penelitian ini yaitu pada kasus peneliti, yakni Body Image Remaja Putri dan bermuhasabah pada mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri. Persamaan penelitian diatas dengan penelitian ini adalah variabel bebas yaitu body image dan variabel terikat yakni kepercayaan diri.  
Perbedaan penelitian diatas terletak pada lokasi penelitian yaitu mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi fakultas ushuludin UIN Raden Fatah Palembang, sedangkan penelitian ini terletak pada mahasiswa organisasi IPNU-IPPNU IAIN Kediri. Persamaan penelitian diatas dengan penelitian ini adalah variabel bebas yaitu muhasabah dan variabel terikat adalah kepercayaan diri.
6. Penelitian oleh I'atul Musthoinah Afifiani pada 2019 yang bertajuk *Hubungan Muhasabah terhadap Peningkatan Rasa Percaya Diri mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat muhasabah terhadap peningkatan rasa percaya diri. Hasil penelitian menggunakan uji Spearman rank menunjukkan nilai p value =  $0,0001 > 0,05$  menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat muhasabah terhadap peningkatan rasa percaya diri mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati. Perbedaan pada penelitian di atas dengan penelitian ini terletak pada lokasi penelitian. Lokasi penelitian di atas terletak di UIN Sunan Gunung Djati sedangkan lokasi pada penelitian ini adalah di IAIN Kediri. Persamaan yang terdapat pada penelitian ini dengan penelitian di atas adalah terletak pada

---

<sup>19</sup> Adywibowo, I. P. (2010). Memperkuat Kepercayaan Diri Anak Melalui Percakapan Referensial. Jurnal Pendidikan Penabur, 37.

variabel bebas yaitu muhasabah dan variabel terikat yang sama yakni percaya diri. Persamaan juga terletak pada pendekatan yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif.

## G. Definisi Operasional

### 1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan, penilaian, dan nilai dirinya sendiri. Ini mencakup rasa yakin bahwa seseorang dapat menghadapi tantangan, membuat keputusan yang tepat dan mengatasi berbagai situasi dengan sukses. Kepercayaan diri memungkinkan individu untuk bertindak dengan tenang, tegas, merasa nyaman dalam mengambil risiko dan tanpa keraguan serta memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan kemampuan mereka.<sup>20</sup>

### 2. Muhasabah

*Muḥāsabah* adalah proses intropeksi atau evaluasi diri dimana seseorang secara sadar menilai dan merenungkan tindakan, pikiran, dan perilakunya. Tujuan dari muhasabah adalah memperbaiki diri, meningkatkan kualitas spritual dan moral, serta mendekatkan diri kepada Allah . Melalui muhasabah seseorang dapat mengidentifikasi kesalahan atau kekurangan yang perlu diperbaiki serta menyadari pencapaian yang telah dilakukan sehingga dapat terus berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> Dr. Arie Ambarwati, *Perilaku kepercayaan diri dan Teori Organisasi*, (Malang: Media Nusa Creative, 2018), 51.

<sup>21</sup> Bachrun, S. (2011). *Manajemen Muhasabah Diri*. Bandung: PT Mizan Pustaka.