

**HUBUNGAN ANTARA *HUSNUDZON* DENGAN PENYESUAIAN DIRI DI  
TENGAH PANDEMI *COVID-19* PADA MAHASISWA TASAWUF &  
PSIKOTERAPI FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA UIN  
WALISONGO SEMARANG**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Gelar  
Sarjana Strata Satu (S-1) dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora  
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

**NAMA : MUHAMMAD WILDAN MUBAROK**

**NIM : 1504046020**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2021**

## DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Wildan Mubarak

NIM : 1504046020

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Judul Skripsi : Hubungan Antara Husnudzon Dengan Penyesuaian Diri Di Tengah Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora UIN Walisongo Semarang

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak ada karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana pada suatu perguruan tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan saya tidak ada karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali disebutkan secara tertulis dalam naskah ini atau disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian deklarasi ini penulis buat dengan sebenarnya.

Semarang, 22 Desember 2021

Penulis



**Muhammad Wildan Mubarak**

**HUBUNGAN ANTARA *HUSNUDZON* DENGAN PENYESUAIAN DIRI DI  
TENGAH PANDEMI *COVID-19* PADA MAHASISWA TASAWUF &  
PSIKOTERAPI FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA UIN  
WALISONGO SEMARANG**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Gelar  
Sarjana Strata Satu (S-1) dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora  
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

**NAMA : MUHAMMAD WILDAN MUBAROK**

**NIM : 1504046020**

Semarang, 7 Desember 2021

Disetujui Oleh

Pembimbing I

  
**Dr. H. Muh. In'amuzzahidin, M.Ag**

NIP. 19771020 200312 1002

Pembimbing II

  
**Sri Rejeki, S.Sos.I., M.Si**

NIP. 19790304 200604 2001

## Nilai Pembimbing

Hal : Nilai Bimbingan

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin  
dan Humaniora UIN  
Walisongo  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan hormat kami beritahukan, setelah kami membimbing skripsi mahasiswa/mahasiswi :

Nama : Muhammad Wildan Mubarok  
NIM : 1504046020

Judul : Hubungan Antara Husnudzon Dengan Penyesuaian Diri Di Tengah Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Tasawuf & Psikoteapi Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora UIN Walisongo Semarang

Maka nilai naskah skripsinya adalah :**3,5**

Catatan khusus Pembimbing :

Demikian untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Semarang, 24 November 2021

Pembimbing I



**Dr. H. Muh. In'amuzzahidin, M.Ag**

NIP. 19771020 200312 1002

## Nilai Pembimbing

Hal : Nilai Bimbingan

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin  
dan Humaniora UIN  
Walisongo  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan hormat kami beritahukan, setelah kami membimbing skripsi mahasiswa/mahasiswi :

Nama : Muhammad Wildan Mubarak  
NIM : 1504046020

Judul : Hubungan Antara Husnudzon Dengan Penyesuaian Diri Di  
Tengah Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Tasawuf & Psikoteapi Fakultas  
Ushuluddin Dan Humaniora UIN Walisongo Semarang

Maka nilai naskah skripsinya adalah :76

Catatan khusus Pembimbing :

Demikian untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Semarang, 24 November 2021

Pembimbing II



Sri Rejeki, S.Sos.I., M.Si  
NIP. 19790304 200604 2001

## PENGESAHAN

Skripsi Saudara **Muhammad Wildan Mubarak** NIM **1504046020** telah dimunaqasahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang : 22 Desember 2021.

Dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.



Ketua Sidang

Dr. Sulaiman, M.Ag.

NIP. 19700513 199803 2002

Pembimbing I

Dr. H. Muh. In'amuzzahidin, M.Ag

NIP. 19771020 200312 1062

Penguji I

Fitriyati, S.Psi., M.Si.

NIP. 19690725 200501 2002

Pembimbing II

Sri Rejeki, S.Sos.I., M.Si

NIP. 19790304 200604 2001

Penguji II

Komari, S.Sos.I., M.Si.

NIP. 19870308 201903 1 002

Sekretaris Sidang

Ulin Ni'am Masruri, M.A.

NIP. 19770502 200901 1 020

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾ وَإِلَى  
رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٨﴾

*“Karena sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan) tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.”*

## UCAPAN TERIMA KASIH

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Puji syukur kehadiran Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, karena berkat rahmat dan kasih sayang-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak menerima saran dan masukan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

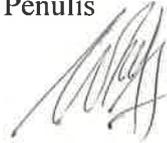
1. Rektor UIN Walisongo Semarang Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag
2. Dr. Hasyim Muhammad, M.Ag selaku dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang beserta staf-stafnya.
3. Ibu Fitriyati, S.Psi., M.Si selaku ketua jurusan Tasawuf & Psikoterapi serta bapak Ulin Ni'am Masruri, Lc. M.A. selaku sekretaris jurusan Tasawuf & Psikoterapi.
4. Bapak Dr. H. Muh. In'amuzzahidin, M.Ag selaku pembimbing I, dan ibu Sri Rejeki, S.Sos.I, M.Si selaku pembimbing II, yang telah bersedia untuk meluangkan waktu, pikiran, dan tenaganya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Sulaiman al-Kumayi, M.Ag selaku wali dosen yang sudah berkenan menjadi pengganti orang tua selama di kampus, atas kesabaran dan pengarahannya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak-bapak dan Ibu-ibu dosen Fakultas Ushuluddin dan Ilmu Budaya UIN Walisongo, atas segala kesabaran dan keikhlasannya dalam membimbing penulis dan memberikan ilmu kepada penulis, dan seluruh pegawai Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo.
7. Kepada kedua orang tuaku, Bapak Muhtar Khudhori dan Ibu Suwaebah, adikku Alifatul Jauharoh, yang selalu mencintai, memotivasi, dan mendukungku, serta sebagai sumber inspirasi, sumber kekuatan, dan sumber segala kebahagiaan dalam hidupku. Semua ini berkat dukungan dan kepercayaan yang selalu memenuhi saya setiap hari.

8. Kepada Rizqi Bagus teman seperjuangan yang sudah menjadi saudara terbaik selama di kampus. Keluarga besar TP 2015 yang sudah menjadi keluarga baru.
9. Kepada adik-adik mahasiswa TP yang sudah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Semua pihak yang tidak bisa disebut satu persatu.

Kepada mereka penulis persembahkan skripsi ini dan penulis ingin mengucapkan terima kasih, semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis sendiri dan bagi para pembaca pada umumnya.

Semarang, 10 Desember 2021

Penulis



Muhammad Wildan Mubarak

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN DEKLARASI KEASLIAN .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN NILAI PEMBIMBING I .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN NILAI PEMBIMBING II.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>vii</b>
<b>HALAMAN DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>HALAMAN ABSTRAK .....</b>	<b>xi</b>
<b>HALAMAN DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Tinjauan Pustaka .....	9
F. Sistematika Penulisan Skripsi .....	10
<b>BAB II: LANDASAN TEORI</b>	
A. Husnudzon.....	12
1. Pengertian Husnudzon .....	12
2. Aspek-aspek Husnudzon.....	13
3. Ciri-ciri Kepribadian Husnudzon.....	15
B. Penyesuaian Diri .....	17
1. Pengertian Penyesuaian Diri .....	17
2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri yang Sehat .....	20
3. Proses Penyesuaian Diri.....	21
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian diri.....	24
C. Hubungan husnudzon dengan penyesuaian diri di tengah	

pandemi covid-19 pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi.....	25
D. Hipotesis.....	27

### **BAB III: METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	29
B. Variabel Penelitian .....	29
C. Definisi Operasional.....	30
D. Populasi dan Sampel .....	31
E. Metode Pengambilan Data .....	32
F. Metode Analisis Data .....	36
G. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	37

### **BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Objek Penelitian .....	40
1. Sejarah Singkat Berdirinya Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang .....	40
2. Program Studi Tasawuf & Psikoterapi.....	41
B. Deskripsi Data Penelitian .....	43
1. Analisis Data Deskripsi Penelitian Variabel Husnudzon.....	44
2. Analisis Data Deskripsi Penelitian Variabel Penyesuaian Diri .....	45
C. Uji Persyaratan Analisis .....	46
1. Uji Normalitas .....	46
2. Uji Linieritas .....	47
D. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	48
E. Pembahasan Hasil Penelitian .....	54

### **BAB V: PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	54
B. Saran .....	55

## ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Hubungan antara *Husnudzon* dengan Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19* pada Mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang” yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *Husnudzon* dengan Penyesuaian diri di Tengah Pandemi *Covid-19* pada Mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Pandemi *covid-19* yang melanda dunia telah memberikan dampak yang signifikan terhadap sistem kehidupan, khususnya dalam dunia pendidikan.

Dalam segi pendidikan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan mengeluarkan surat edaran Nomor 1 Tahun 2020 yang memberikan larangan penyelenggaraan perkuliahan bertatap muka di perguruan tinggi dan melakukan perintah guna penyelenggaraan perkuliahan berbasis online. Perubahan metode pembelajaran yang tiba-tiba ini tentunya berdampak pada mahasiswa. Perubahan pola pembelajaran yang secara signifikan ini dapat menimbulkan stres dan tekanan yang dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi lingkungannya sehingga memerlukan penyesuaian diri dan penyelesaian permasalahan yang ada. Untuk mencapai keberhasilan dalam proses penyesuaian diri, diperlukan usaha yang optimal. Seperti halnya menerapkan sikap *husnudzon* seperti yang diajarkan dalam Islam.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelatif. Sampel yang digunakan pada penelitian tersebut yakni teknik *simple random sampling*. Berdasarkan teknik tersebut diambil sampel 15% dari populasi yaitu 61 mahasiswa angkatan 2015-2020 jurusan Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran dua skala yaitu skala *husnudzon* dan skala penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19*. Analisis data menggunakan korelasi product moment dengan bantuan SPSS (Statistical Program For Social Service) versi 17.00 for windows.

Hasil pengujian hipotesis diperoleh  $r_{xy} = 0,442$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *husnudzon* dan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* di kalangan mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Artinya, semakin tinggi sikap *husnudzon* mahasiswa maka akan semakin tinggi atau baik penyesuaian dirinya. Kategori subjek pada variabel *Husnudzon* diperoleh 52 subjek dari 61 subjek atau 85,25% termasuk dalam kategori sangat tinggi, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang memiliki sikap *husnudzon* yang sangat tinggi. Hasil kategori mata subjek pada variabel penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* diperoleh 33 subjek dari 61 subjek atau 54,10% termasuk dalam kategori tinggi, yang menunjukkan bahwa mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang memiliki penyesuaian diri yang tinggi.

Kata kunci: *husnudzon*. penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19*

## DAFTAR TABEL

Tabel 1: Skor Skala Likert .....	33
Tabel 2: Blue Print Skala <i>Husnudzon</i> .....	33
Tabel 3: Blue Print Skala Penyesuaian Diridi Tengah Pandemi <i>Covid-19</i> .....	34
Tabel 4: Analisis Reliabilitas .....	39
Tabel 5: Deskripsi Data.....	43
Tabel 6: Klasifikasi Hasil Analisis Deskripsi Data.....	46
Tabel 7: Hasil Uji Normalitas .....	47
Tabel 8: Hasil Uji Linieritas.....	48
Tabel 9: Hasil Uji Korelasi .....	49

## DAFTAR LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 : Uji coba Skala *Husnudzon* dan Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19*

Lampiran 2 : Tabulasi Data Uji Coba Skala

Lampiran 3 : Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument

Lampiran 4: Skala Penelitian *Husnudzon* dan Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19*

Lampiran 5: Tabulasi Data Penelitian Skala *Husnudzon*

Lampiran 6: Tabulasi Data Penelitian Skala Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19*

Lampiran 7: Jumlah Skor Nilai Penelitian *Husnudzon* dan Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19*

Lampiran 8: Hasil olah data menggunakan SPSS 17.0 for Windows

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perguruan Tinggi merupakan salah satu lembaga formal yang memiliki tugas membantu mahasiswa dalam mengembangkan diri secara optimal. Perguruan tinggi juga memiliki peran penting dalam mempersiapkan sumber daya manusia Indonesia yang tangguh dan handal. Mahasiswa sendiri sebagai bagian penting dari pendidikan tinggi perlu mempersiapkan diri dan menjalankan perannya seoptimal mungkin. Salah satu indikator keberhasilan seorang siswa dalam menjalankan perannya adalah menyelesaikan studinya dalam waktu sesingkat mungkin disertai dengan hasil belajar yang baik dan memuaskan. Dalam proses belajar mengajar di Perguruan Tinggi, pada umumnya dosen tidak hanya memberikan teori kepada mahasiswanya, tetapi juga memberikan tugas-tugas seperti melakukan praktikum, membuat makalah untuk dipresentasikan, dan membuat tugas-tugas lain yang harus diambil oleh mahasiswa selama mereka kuliah. Setiap mahasiswa yang akan mengakhiri masa studinya di suatu Perguruan Tinggi pada umumnya diwajibkan untuk menulis karya ilmiah berupa skripsi.<sup>1</sup>

Pandemi *covid-19* yang melanda dunia memberikan dampak yang signifikan terhadap sistem kehidupan khususnya di Indonesia. Semakin meningkatnya virus corona yang terjadi di Indonesia ini membuat pemerintah terus berupaya untuk melakukan pencegahan, baik itu di sektor ekonomi, sosial, politik, dan pendidikan yaitu dengan menerapkan *social distancing*. Dalam sektor pendidikan, Kemendikbud mengeluarkan surat edaran Dikti No. 1 tahun 2020 yang telah melarang perguruan tinggi untuk melaksanakan perkuliahan tatap muka (konvensional) dan memerintahkan untuk menyelenggarakan perkuliahan secara daring.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Adhity Wisudaningtyas, "Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Skripsi Ditinjau dari Self Efficacy pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang", *Jurnal Lembaran Ilmu Pendidikan*, Vol. 41, 2012, hlm. 89

<sup>2</sup>Mieke Irmades Aurel, Ayu Annisa, Dimas Agiel Fachriandi, Nurul Aiyuda, Auliya Syaf, "Pengalaman Belajar terhadap Durasi Penyesuaian Diri dalam Pembelajaran Daring (Studi Deskriptif Pada Mahasiswa)", *Proceeding of Inter-Islamic Univesity Convergence on Psychology Articles*, vol. 1, No. 1, hlm. 1

Menurut Firman dan Rahayu, perkuliahan wajib dilakukan dengan cara yang dapat mencegah kontak fisik secara langsung, perkuliahan daring adalah salah satu metode yang tepat untuk digunakan di era pandemi covid-19 ini. Dengan perkuliahan daring sangat efektif untuk menerapkan *social distancing*. Pembelajaran daring adalah metode pembelajaran jarak jauh di mana kegiatan pembelajaran dilakukan secara terpisah.<sup>3</sup>

Menurut Fitriyani, Fauzi, dan Sari pembelajaran daring dianggap lebih fleksibel karena mahasiswa dapat belajar di manapun dan kapanpun.<sup>4</sup> Sedangkan Sadikin, Ali, dan Hamidah menambahkan bahwa mahasiswa merasa lebih mudah menyampaikan ide dan pertanyaan saat *online learning* namun mengalami kesulitan saat memahami materi yang disampaikan<sup>5</sup>

Namun di sisi lain, metode pembelajaran yang berubah secara tiba-tiba ini tentunya memberikan dampak terhadap mahasiswa. Pembelajaran daring ini tentunya bukanlah hal yang mudah bagi sebagian mahasiswa. Perubahan metode pembelajaran ini menjadikan persoalan baru bagi mahasiswa. Mieke dkk. menyebutkan bahwa perubahan pola pembelajaran yang secara signifikan ini dapat menimbulkan stres. Pernyataan tersebut didukung oleh studi yang dilakukan du Plessis yang menegaskan bahwa pembelajaran daring menimbulkan tekanan dan dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi lingkungannya sehingga memerlukan penyesuaian dan penyelesaian permasalahan yang ada.<sup>6</sup>

Peralihan metode pembelajaran ini menjadi daring tidak hanya menimbulkan stres, akan tetapi juga berdampak pada penurunan prestasi akademik, hal ini sesuai dengan pernyataan Rahardjo dkk., mahasiswa yang mengikuti pembelajaran secara *online* rentan mengalami penurunan prestasi akademik. Berdasarkan penelitian, mahasiswa kerap kehilangan fokus dan lebih sering berhayal pada saat perkuliahan online berlangsung yang disebabkan durasi

---

<sup>3</sup>Firman F. & Rahayu S., "Pembelajaran Online di Tengah Pandemi *Covid-19*", *IJES : Indonesian Journal of Educational Science*, hlm. 81

<sup>4</sup>Fitriyani Y., Fauzi I, dan Sari M., 2020, "Motivasi Belajar Mahasiswa pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi *Covid-19*", *Jurnal Kependidikan*, hlm. 6

<sup>5</sup>Sadikin, Ali dan Hamidah, 2020, "Pembelajaran Daring di Tengah Wabah *Covid-19*", *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, hlm 214

<sup>6</sup>Mieke dkk., "Pengalaman Belajar terhadap Durasi Penyesuaian Diri dalam Pembelajaran Daring (Studi Deskriptif pada Mahasiswa), vol 1 No 1 : *Proceeding of Inter-Islamic Univesity Convergence on Psychology Articles*, hlm. 2

pembelajaran yang terlalu lama. Selain itu, keterbatasan teknologi, akses jaringan, dan kuota internet juga menjadi kendala ketika pembelajaran daring.<sup>7</sup>

Allah berfirman,

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ  
وَدَشِّرَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

*Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (QS. Al-Baqoroh : 155)*

Maksud dari tafsir QS. Al-Baqoroh ini adalah bahwa setiap orang akan diberikan ujian dengan sedikit ketakutan yang menimbulkan rasa kecemasan. Kecemasan merupakan gejala normal pada manusia dan disebut patologis apabila gejalanya menetap dalam jangka waktu tertentu dan mengganggu ketentraman individu.<sup>8</sup>

Dengan berbagai dampak yang ditimbulkan akibat peralihan pembelajaran yang semula dilakukan dengan tatap muka menjadi daring, mahasiswa dituntut memiliki penyesuaian diri yang baik. Seorang mahasiswa dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik apabila mahasiswa tersebut telah berhasil memenuhi kebutuhan, tuntutan lingkungan, serta mampu mengatasi setiap persoalan yang muncul, dari penyesuaian diri yang berhasil akan menimbulkan dampak positif terhadap efisiensi psikis dalam proses belajar, menentukan tujuan hidup, dan penyelesaian masalah.<sup>9</sup>

Penyesuaian diri adalah tahap untuk mencapai kebutuhan dan menangani konflik dari permasalahan tertentu dengan cara tertentu. Menurut Scheiders, penyesuaian diri merupakan usaha manusia untuk mengatasi tekanan akibat

<sup>7</sup> Rahardjo, Qomariyah, Mulyani, dan Andriani, "Social Media Fatigue pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19: Peran Neurotisme, Kelebihan Informasi, Invasion of Life, Kecemasan, dan Jenis Kelamin", 2020, hlm. 1

<sup>8</sup> Siti Nurus Syarifah, "Gambaran Tingkat Kecemasan yang Mahasiswa Keperawatan saat Menghadapi Ujian Skill Lab di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta", *Skripsi*, (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2013), hlm. 2

<sup>9</sup> Mieke dkk., "Pengalaman Belajar terhadap Durasi Penyesuaian Diri dalam Pembelajaran Daring (Studi Deskriptif pada Mahasiswa)", vol 1 No 1 : *Proceeding of Inter-Islamic Univesity Convergence on Psychology Articles*, hlm. 2

dorongan kebutuhan, usaha untuk menyeimbangkan antara pemenuhan kebutuhan dan tuntutan lingkungan, dan usaha menyelaraskan hubungan individu dengan realitas. Scheiders juga memberi batasan penyesuaian diri sebagai proses yang melibatkan respon mental dan perilaku manusia dalam mengatasi dorongan dari dalam diri agar diperoleh kesesuaian antara tuntutan dari dalam diri dan dari lingkungan.<sup>10</sup>

Penyesuaian diri merupakan proses untuk mencapai suatu tujuan hidup yang dialami oleh setiap orang. Mahasiswa dengan penyesuaian diri yang baik memiliki persepsi yang baik terhadap realita, mampu membangun hubungan dengan mahasiswa lain dengan baik, memiliki gambaran positif terhadap diri, mampu mengekspresikan diri, serta mampu mengolah tekanan dan kecemasan. Tidak semua mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi mengalami kesulitan dalam proses penyesuaian diri, namun tidak sedikit pula mahasiswa yang mengalami kesulitan. Bagi mahasiswa yang mampu melakukan penyesuaian diri, mereka tidak akan menyerah ketika sedang mengalami kesulitan dan akan terus berjuang untuk mencapai apa yang diinginkan. Sedangkan bagi yang tidak, tentunya kekurangmampuan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang ada dapat menimbulkan tekanan dan akan mempengaruhi kesehatan mental individu yang bersangkutan.

Untuk mencapai keberhasilan dalam penyesuaian diri di tengah pandemi ini, diperlukan usaha yang optimal, memiliki pikiran yang positif, selalu *berhusnudzon*, baik terhadap dirinya, orang lain, maupun keadaan yang sedang dialaminya. Ketika mahasiswa mampu *berhusnudzon*, maka mahasiswa tersebut akan memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu memandang keadaan yang terjadi ini secara positif, dan percaya akan ada hikmah dibalik pandemi *covid-19* yang terjadi.

*Husnudzon* adalah suatu sifat berprasangka baik yang terlahir dari hati yang tenang untuk menerima ketetapan dari Allah sehingga akan dijauhkan dari perasaan gelisah, takut, serta rasa cemas.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> M. Nur Ghufroon & Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi*, (Jakarta : Ar-Ruzz Media), 2016, hlm. 51

<sup>11</sup> A. Rusydi, "Husn Al-Zhann : Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya bagi Kesehatan Mental", *Disertasi*, Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2012, hlm. 14

Menurut Pinandito, *husnudzon* merupakan landasan dasar bagi manusia untuk aktif memikirkan segala peristiwa yang dialaminya. Dalam hal ini, Imam Ja'far Shadiq berkata: "Memiliki sikap yang baik terhadap Allah berarti bahwa kamu tidak perlu takut pada apa pun kecuali dosa yang telah kamu lakukan, dan kamu tidak mengharapkan sesuatu selain kepada-Nya."<sup>12</sup>

Dengan *husnudzon* akan mendatangkan sebuah sikap yakin bahwa setiap kebaikan dan kenikmatan yang diperoleh manusia diperoleh dari Allah SWT., sedangkan keburukan dan musibah yang datang menimpa manusia disebabkan oleh dosa dan perbuatan maksiatnya sendiri. Tidak ada yang bisa lari dari takdir dan ketetapan Tuhan. Tidak ada yang terjadi di alam semesta ini kecuali atas kehendak Allah, dan Allah melarang kekufuran kepada hamba-hamba-Nya. Allah SWT. menganugerahkan kepada setiap hambanya untuk merenung dan berikhtiar. Semua perbuatan yang dilakukan manusia terjadi atas pilihannya dan kelak akan diberi pertanggung jawaban di hadapan Allah SWT.<sup>13</sup>

Dengan *husnudzon* akan memungkinkan mahasiswa dapat mengenal sesuatu yang belum diketahuinya secara lebih baik, dapat melihat ataupun mengamati sesuatu yang belum pernah dilihatnya secara lebih baik pula. selain itu, mahasiswa yang *husnudzon* mampu berprasangka baik kepada Allah SWT, dan kepada sesama manusia. Sehingga individu akan terbebas dari beban hidup.

Menurut Nashori dan Mucharom, religiusitas terdiri dari lima dimensi, yaitu dimensi iman, dimensi ibadah atau ritual, dimensi amal, dimensi ihsan dan dimensi ilmu. *Husnudzon* merupakan contoh arah ibadah yang bermaksud membuat asumsi yang baik atau positif tentang sesuatu yang terjadi dalam hidupnya. Hal ini sesuai dengan hadist yang diriwayatkan oleh Al-Haakim bahwa memiliki prasangka yang baik terhadap segala sesuatu yang terjadi pada individu merupakan bagian dari beribadah kepada Allah SWT. dengan memiliki pemikiran yang positif, individu khususnya mahasiswa dapat mengembangkan pola pikir yang optimis, sehingga akan memunculkan semangat dalam beraktivitas, memiliki

---

<sup>12</sup> Satrio Pinandito, *Husnuzan dan Sabar kunci Sukses Meraih Kebahagiaan Hidup Kiat-kiat Praktis Berpikir Positif Menyasati Persoalan Hidup*, (Jakarta : PT Elex Media Komputindo), 2011, hlm. 13

<sup>13</sup> Roli Abdul Rohman, *Menjaga Akidah dan Akhlak*, (Solo : PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri), 2009, hlm. 88

kepercayaan diri, dan pantang menyerah dalam menghadapi persoalan pada kehidupannya.<sup>14</sup>

Kurangnya *husnudzon* terhadap diri akan menyebabkan lemahnya motivasi yang dapat mendorong tindakan melakukan sesuatu, menimbulkan pertanyaan antara melakukan dan tidak melakukan sesuatu, dan akhirnya dia merasa tidak bisa melakukan sesuatu sebelum mencoba, dia telah kalah sebelum melakukan perlawanan atau perjuangan sedikitpun.<sup>15</sup> Kasus semacam ini bisa terjadi pada diri mahasiswa dalam perjuangannya melakukan penyesuaian diri. Mereka merasa kurang yakin bisa melakukan penyesuaian diri dengan baik.

Allah SWT berfirman,


 وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

*Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman. (QS. Ali Imran : 139)*

Ayat di atas dapat dikategorikan ayat yang berbicara tentang persoalan percaya terhadap kemampuan diri karena berkaitan dengan sikap dan sifat seorang mukmin yang memiliki nilai positif terhadap dirinya dan memiliki keyakinan yang kuat.<sup>16</sup>

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan dengan beberapa mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora memiliki kesulitan yang berbeda-beda dalam proses penyesuaian diri. Hadi mengatakan “Saya mengalami kesulitan dalam melakukan kuliah daring ini, karena kuota yang didapat dari Kemenag hanya bisa digunakan untuk kuota internet saja, sedangkan kuliah saya banyak menggunakan *google meet* dan *zoom video*. Awalnya saya juga bingung dalam menggunakan aplikasinya.”<sup>17</sup>

---

<sup>14</sup> Denan Alifia Fairuzzahra, Diandra Aryandari, Masyita Purwadi, “Hubungan antara Husnudzon dan Kecemasan pada Mahasiswa”, *Jurnal Psikologi Islam*, vol 5, 2018, hlm. 70

<sup>15</sup> Sangkot Nasution, “Rasa Percaya Diri dalam Perspektif Pendidikan Islam”, *Jurnal*, hlm. 2

<sup>16</sup> Nur Huda, “Konsep Percaya Diri dalam Al-Qur’an Sebagai Upaya Pembentukan Karakter Bangsa”, *Jurnal Inovatif*, Vol. 2, 2016, hlm. 66

<sup>17</sup> Wawancara dengan mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora pada tanggal 14 Juni 2021

Siska mengatakan “Saya merasa kurang puas dalam menjalani kuliah daring, kebanyakan tugas yang dikasih dengan materi yang kurang. Penjelasan dari dosen juga kurang dapat dipahami, dan saya merasa sangat kesulitan. Saya berharap pandemi ini segera berlalu sehingga bisa melaksanakan kuliah tatap muka lagi.”<sup>18</sup>

Dila mengatakan “Saya sebenarnya merasa kesulitan, tapi saya tetap berusaha meyakinkan pada diri saya bahwa setiap ujian yang Allah berikan itu tidak melebihi batas dari kemampuan diri kita. Seperti pandemi ini misalnya, saya yakin bahwa semua ini akan segera berlalu, sehingga aktifitas akan kembali normal seperti sedia kala.”<sup>19</sup>

Rizqi mahasiswa tingkat akhir mengatakan “Saya merasa takut tidak bisa menyelesaikan skripsi saya dikarenakan kesulitan mencari referensi, dan merasa kurang optimal dalam bimbingan.”<sup>20</sup>

Sedangkan menurut Laila mahasiswa baru mengatakan bahwa “ Saya merasa kurang optimal dalam belajar daring ini, karena pembelajaran di Perguruan Tinggi ini sangat berbeda dengan pembelajaran yang ada di SMA. Di tambah lagi adanya pandemi *covid-19* membuat saya merasa sulit untuk menyesuaikan diri karena belum tau lingkungan yang sesungguhnya yang ada di kampus.”<sup>21</sup>

Berdasarkan hasil wawancara tersebut terlihat jelas bahwa banyak kendala dalam melakukan kuliah daring di tengah pandemi *covid-19* ini. Peralihan proses belajar membuat mahasiswa menjadi kurang efektif dalam melaksanakan kuliah daring/*online*, mahasiswa menginginkan perkuliahan tatap muka agar lebih efektif. Disinilah penyesuaian diri adalah hal yang harus dilalui dengan tetap menekankan pada sikap *husnudzon*.

Prasangka baik yang dimiliki mahasiswa akan membangun penghargaan di dalam dirinya secara lebih utuh yang akan menghindarkan pada keputusan

---

<sup>18</sup> Wawancara dengan mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora pada tanggal 14 Juni 2021

<sup>19</sup> Wawancara dengan mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora pada tanggal 15 Juni 2021

<sup>20</sup> Wawancara dengan mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora pada tanggal 15 Juni 2021

<sup>21</sup> Wawancara dengan mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora pada tanggal 16 Juni 2021

serta akan menghilangkan keraguan untuk berpikir dan bertindak secara tepat dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya, sehingga pada gilirannya ia akan berprinsip bahwa segala sesuatu merupakan hal yang serba mungkin yang bisa diperoleh dan dicapai. Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “*Hubungan antara husnudzon dengan penyesuaian diri di tengah pandemi covid-19 pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang*”.

### **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang yang telah diuraikan dapat dirumuskan masalah utama dalam penelitian ini adalah adakah hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan penelitian untuk menguji hipotesis hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat bagi segi teoritis maupun praktis. Adapun manfaat yang diharapkan sebagai berikut:

#### a) Manfaat Teoritik

Dari segi ilmiah, penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan tentang hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang dan dapat memberikan kontribusi wacana ilmiah bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang ilmu ushuluddin

#### b) Manfaat Praktis

- 1) Mahasiswa: sebagai bahan pertimbangan informasi dalam usaha melakukan peningkatan *husnudzon* dan peningkatan penyesuaian diri mahasiswa di tengah pandemi *covid-19*

- 2) Peneliti : penelitian ini berguna untuk menambah pengembangan keilmuan dan pengetahuan mengenai *husnudzon* dan peningkatan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19*

#### **E. Tinjauan Pustaka**

Penelitian tentang Hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang belum pernah dilakukan, meskipun demikian terdapat beberapa hasil penelitian atau kajian terdahulu yang ada relevansinya dengan penelitian ini.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Siti Ainur Rochmah tahun 2019, dengan judul penelitian “*Pengaruh Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Husnudzon terhadap Peningkatan Self Esteem pada Siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo*”. Jenis penelitiannya kuantitatif, dengan rumusan masalah adakah pengaruh bimbingan konseling islam dengan terapi *husnudzon* dengan peningkatan *self esteem* pada siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo. Adapun temuan dari penelitian ini adalah ada pengaruh bimbingan konseling islam dengan terapi *husnudzon* dengan peningkatan *self esteem* pada siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo, dengan menggunakan nilai taraf signifikansi 0,05.<sup>22</sup>

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Resha Karina Puteri tahun 2018, dengan judul penelitian “*Hubungan antara Husnudzon dan Resiliensi pada Penyintas Bencana Longsor*”. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan rumusan masalah adakah hubungan antara *husnudzon* dan resiliensi pada penyintas bencana longsor . Adapun temuan dari penelitian ini adalah ada korelasi positif antara *husnudzon* dan resiliensi pada korban bencana longsor. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *husnudzon* yang dimiliki penyintas bencana longsor maka semakin tinggi pula resiliensi pada diri penyintas bencana longsor<sup>23</sup>

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Herni Rovika tahun 2021, dengan judul penelitian “*Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri dalam Menjalankan Metode Pembelajaran Daring/Online di Masa Pandemi Covid-19*

---

<sup>22</sup> Siti Ainur Rochmah, “Pengaruh Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Husnudzon* terhadap Peningkatan Self Esteem pada Siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo” *Skripsi*, (Surabaya, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019)

<sup>23</sup> Resha Karina Puteri, “Hubungan antara *Hunudzon* dan Resiliensi pada Penyintas Bencana Longsor”, *Skripsi*, (Yogyakarta, Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, 2018)

*pada Mahasiswa Baru UIN Ar-Raniry Banda Aceh Asal Simeulue*". Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan rumusan masalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri dalam menjalankan pembelajaran daring/online di masa pandemi covid-19 pada mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh asal Simeulue. Adapun temuan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan di antara hipotesis yang di terima, dengan hasil  $r$ -hitung = 0,644 dan  $p = 0,000$ . Hal ini menunjukkan bahwa apabila dukungan sosial tinggi maka perilaku penyesuaian diri akan meningkat. Sebaliknya, apabila dukungan sosial yang rendah akan mengakibatkan penurunan perilaku penyesuaian diri.<sup>24</sup>

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Ita Maulidya 2021, dengan judul penelitian "*Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang Selama Pembelajaran Daring*". Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif, dengan rumusan masalah adakah hubungan antara kematangan emosi dan penyesuaian diri pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang selama pembelajaran daring. Adapun temuan dari penelitian ini bahwa hipotesa penelitian ditolak yang berarti bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan kematangan emosi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang selama pembelajaran daring.<sup>25</sup>

#### **F. Sistematika Penulisan Skripsi**

Dalam menguraikan pembahasan masalah di atas, maka peneliti berusaha menyusun kerangka penelitian secara sistematis yang memuat tentang halaman judul, persetujuan pembimbing, pengesahan, pernyataan, motto, persembahan, kata pengantar, daftar tabel, daftar lampiran abstrak, transliterasi, dan daftar isi. Sistematika penulisan ini sangat diperlukan guna mengarahkan tulisan supaya runtut, sistematis, dan mengerucut pada pokok-pokok permasalahan yang akan dibahas. Sehingga nantinya pembaca mudah dalam memahami isi dari suatu karya ilmiah. Adapun sistematika penulisan skripsi terdiri dari lima bab, yakni

---

<sup>24</sup> Herni Rovika, "Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri dalam Menjalankan Metode Pembelajaran Daring/Online di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Baru UIN Ar-Raniry Banda Aceh Asal Simeulue", *Skripsi*, (Banda Aceh, UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2021)

<sup>25</sup> Ita Maulidya, "Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang Selama Pembelajaran Daring", *Skripsi*, (Malang : Universitas Muhammadiyah Malang, 2021)

Bab I merupakan bab pendahuluan yang berisi tentang latar belakang permasalahan, dalam hal ini permasalahan yang diangkat berkaitan dengan hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Di mana peneliti ingin mengetahui ada tidaknya hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* mahasiswa, setelah itu terdapat rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat dari penelitian ini, dan kanjian pustaka yang berisi penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian ini, dan yang terakhir yakni sistematika penulisan skripsi.

Bab II berisi tentang landasan teori yaitu tinjauan terhadap sumber kepustakaan yang menjadi sudut pandang bagi peneliti yang menggambarkan tentang *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi. Pada bab ini, peneliti memaparkan secara jelas teori tentang *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi, serta berisi tentang hipotesis yang penulis kemukakan. Hipotesis ini merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang nantinya akan dibuktikan melalui penelitian.

Bab III berisi tentang metodologi dalam penelitian, meliputi jenis penelitian, variabel penelitian, definisi konseptual dan operasional, populasi dan sampel, sumber dan jenis data, teknik pengumpulan data, validitas dan reliabilitas, dan teknik analisis data.

Bab IV berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan yang berisi tentang deskripsi subyek dan data penelitian, pengujian hipotesis, dan pembahasan hasil temuan penelitian.

Bab V merupakan penutup, yaitu bab terakhir yang berisi kesimpulan dari semua pembahasan, saran-saran, dan penutup.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. *Husnudzon*

##### 1. Pengertian *Husnudzon*

*Husnudzon* secara bahasa berasal dari dua kata, yaitu *husn* artinya baik dan *dzon* artinya prasangka, jadi *husnudzon* berarti prasangka baik. Sedangkan secara istilah, *husnudzon* adalah berprasangka baik terhadap segala ketentuan dan ketetapan yang diberikan Allah SWT. kepada manusia.<sup>1</sup> Hukum *berhusnudzon* kepada sesama manusia adalah mubah atau diperbolehkan. Ketika kita *berhusnudzon* kepada orang lain, maka secara tidak langsung kita menganggap orang lain baik. Akan tetapi, apabila kita berprasangka buruk kepada orang lain maka kita beranggapan orang lain tersebut bermasalah.<sup>2</sup>

Allah SWT berfirman dalam QS. Ad-Dhuha ayat 3:

مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ

Artinya : “Tuhanmu tiada meninggalkan kamu dan tiada (pula) benci kepadamu.”

Dari ayat tersebut dapat dapat dipahami bahwa Allah SWT melarang makhluknya untuk berpikiran buruk. Ayat ini juga bisa dijadikan acuan ketika mendapat masalah hendaknya berpikir positif dan percaya bahwa Allah SWT selalu bersama hamba-Nya dan akan membantu siapa pun. Berpikir positif adalah kemampuan cara berpikir seseorang untuk bebas dari kerumitan, kebencian, prasangka, dan berbagai emosi.<sup>3</sup>

Menurut Pinandito, *husnudzon* merupakan landasan dasar bagi manusia untuk aktif memikirkan segala peristiwa yang dialaminya. Dalam hal ini, Imam

---

<sup>1</sup> Roli Abdul Rohman, *Menjaga Akidah dan Akhlak*, (Solo : PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri), 2009, hlm. 86

<sup>2</sup> Shodiq dan Ihwan, *Aqidah Akhlak Madrasah Tsanawiyah Kelas 8*, (Sragen : Akik Pustaka), 2004, hlm. 29

<sup>3</sup> Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, dan Fani Eka Nurtjahjo, “Validasi *Islamic Positive Thinking Scale (Ipts)* Berbasis Kriteria Eksternal, hlm. 56

Ja'far Shadiq berkata: "Memiliki sikap yang baik terhadap Allah berarti bahwa kamu tidak perlu takut pada apa pun kecuali dosa yang telah kamu lakukan, dan kamu tidak mengharapkan sesuatu selain kepada-Nya."<sup>4</sup>

Rusydi (2012) *husn al-zhann* adalah perbuatan baik dari hati dan akhlak yang selalu mendorong manusia untuk berbuat baik sangka terhadap Tuhan dan manusia. Dia juga menjelaskan bahwa timbulnya sikap *husnudzon* berasal dari hati yang tenang dan tentram, serta dapat menerima segala ketetapan Allah sehingga individu tersebut tidak perlu khawatir dan cemas terhadap ketetapanNya. Menurut al-Syaafi'i (dalam Rusdi 2012), secara harfiah, *Al-zhaan* berarti melampaui satu hal di atas hal yang lain dan mewakili kecenderungan antara satu atau dua hal. Sedangkan menurut al-Makky, *al-zhaan* adalah sesuatu antara kepastian dan keraguan. Adapun secara terminologi, menurut al-Kafiy yaitu mengambil sesuatu yang ragu kebenarannya di antara sesuatu yang benar.<sup>5</sup> Yucel (2014), *husnudzon* adalah keadaan pikiran yang bebas dari kerumitan, kebencian dan segala emosi negatif lainnya..<sup>6</sup>

Dengan *husnudzon* akan mendatangkan sebuah sikap yakin bahwa setiap kebaikan dan kenikmatan yang diperoleh manusia diperoleh dari Allah SWT., sedangkan keburukan dan musibah yang datang menimpa manusia disebabkan oleh dosa dan perbuatan maksiatnya sendiri. Tidak ada yang bisa lari dari takdir dan ketetapan Tuhan. Tidak ada yang terjadi di alam semesta ini kecuali atas kehendak Allah, dan Allah melarang kekufuran kepada hamba-hamba-Nya. Allah SWT. menganugerahkan kepada setiap hambanya untuk merenung dan berikhtiar. Semua perbuatan yang dilakukan manusia terjadi atas pilihannya dan kelak akan diberi pertanggung jawaban di hadapan Allah SWT.<sup>7</sup>

## 2. Aspek-aspek *Husnudzon*

---

<sup>4</sup> Satrio Pinandito, *Husnuzan dan Sabar kunci Sukses Meraih Kebahagiaan Hidup Kiat-kiat Praktis Berpikir Positif Menyasati Persoalan Hidup*, (Jakarta : PT Elex Media Komputindo), 2011, hlm. 13

<sup>5</sup> A. Rusydi, "Husn Al-Zhann : Konsep Beripikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya bagi Kesehatan Mental", *Disertasi*, Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2012, hlm. 5

<sup>6</sup> S. Yucel, The nation of "Husnu'I Zann" or positive thinking in Islam: Medieval perspective, *International Journal of Humanities and Social Science*, 2014, hlm. 101

<sup>7</sup> Roli Abdul Rohman, *Menjaga Akidah dan Akhlak*, (Solo : PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri), 2009, hlm. 88

Rusydi menyebutkan *husnudzon* memiliki dua aspek, yaitu <sup>8</sup>

- a) Berprasangka baik kepada Allah (*husn al-zhann bi Allah*)

Menurut al-Nawawy dalam Rusydi (2012), prasangka terhadap Tuhan adalah bahwa Tuhan akan selalu memberikan cinta, kesehatan, dan pengampunan. Lebih lanjut al-Wahhab dalam Rusydi (2012) individu yang berprasangka baik kepada Allah adalah orang yang meyakini bahwa Allah selalu memberikan rahmat, kesehatan dan ampunan, namun tetap takut akan azab Allah (khauf), dan selalu meliki harapan (raja'). Salah satu tanda yang menunjukkan prasangka baik terhadap Allah adalah tawakkal.

Seperti hadist yang diriwayatkan al-Baihaqy :

*“Aku berpendapat bahwa tawakkal adalah sikap berprasangka baik kepada Allah ‘Azza wa Jalla”*

Tawakkal sendiri berarti menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah. Dengan demikian dapat diketahui bahwa individu yang berprasangka baik terhadap Tuhan ditandai dengan memiliki sikap percaya, mampu merasakan kasih, dan ampunan dari Tuhan.

- b) Berprasangka baik kepada sesama manusia (*husn al-zhann bi al-mu'minin*)

Individu yang berprasangka baik terhadap sesamanya dicirikan oleh tidak adanya atau kecenderungan berperilaku seperti *tajassus* dan *tahasus* serta bebas dari kebencian dan kecemburuan. *Tajassus* adalah usaha mencari keburukan orang lain untuk membicarakan keburukan orang lain, sedangkan *tahasus* adalah mencari keburukan orang lain selain keburukan dirinya sendiri.

Yucel (2014) membagi *husnudzon* menjadi tiga aspek, yaitu:

- a) Memiliki prasangka baik terhadap Allah, yaitu meyakini bahwa segala sesuatu yang diciptakan Allah adalah hal positif yang mengandung banyak manfaat dan tidak sia-sia.
- b) Berprasangka baik kepada sesama manusia, berarti percaya bahwa setiap orang selalu memiliki sisi baik di balik sisi buruknya.
- c) Berprasangka baik terhadap alam semesta, yakni menerima segala sesuatu yang ada dan yang sedang terjadi di alam semesta ini, baik itu keadaan

---

<sup>8</sup> A. Rusydi, “Husn Al-Zhann : Konsep Beripikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya bagi Kesehatan Mental”, *Disertasi*, Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2012, h. 5

yang baik maupun keadaan yang buruk, karena di dalamnya mengandung banyak hikmah.<sup>9</sup>

### 3. Ciri-ciri Kepribadian *Husnudzon*

#### 1) *Husnudzon* kepada Allah

Kunci dasar yang harus individu miliki adalah *husnudzon* kepada Allah. Dengan *husnudzon* kepada Allah akan melahirkan pikiran positif dalam diri individu yang berdampak pada setiap penerimaan ketetapan-ketetapan Allah. Setiap muslim wajib memiliki sikap yakin dan percaya dengan adanya Allah dan Allah berkuasa atas kehidupan. Akan tetapi, terkadang di saat kita mendapat cobaan, kita sering berpikir negatif kepada Allah.<sup>10</sup>

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿١٥﴾

Artinya : “*Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.*”

Ayat tersebut menjelaskan bahwa manusia diciptakan oleh Allah dalam bentuk yang terbaik, baik secara lahiriyahnya maupun batiniyahnya.

Al Qushairi menyatakan berbaik sangka kepada Tuhan atas berbagai macam cobaan yang menimpa diri mampu meningkatkan kecintaan yang sifatnya spiritual kepada Allah. Sedangkan menurut Ibnu ‘Arabi bahwa refleksi atas proses penciptaan yang dilakukan Allah merupakan mekanisme untuk merasakan kebesaran Allah. Hal ini juga akan menimbulkan prasangka yang positif (*husnudzon*) kepada Allah. Al Qushairi mengatakan bahwa bersikap baik kepada Allah dalam berbagai cobaan yang terjadi dapat meningkatkan kecintaan yang kepada Allah. Sedangkan menurut Ibn ‘Arabi, merenungkan ciptaan Tuhan merupakan mekanisme untuk merasakan kebesaran Tuhan. Hal ini juga akan menimbulkan prasangka positif (*husnudzon*) terhadap Tuhan.<sup>11</sup>

#### 2) *Husnudzon* pada diri sendiri

Berpikir positif dan percaya pada potensi dan kemampuan diri adalah bentuk rasa syukur atas apa yang telah Tuhan berikan kepada kita. Menurut

<sup>9</sup> S. Yucel, “The nation of “Husnu’I Zann” or positive thinking in Islam . . . .”, hlm 102

<sup>10</sup> Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, (Jakarta : Zaman), 2005. hlm. 256

<sup>11</sup> Uly Gusniarti , Susilo Wibisono, Fani Eka Nurtjahjo, “Validasi *Islamic Positive Thinking Scale (ipts)* Berbasis Kriteria Eksternal”, hlm. 57

Zakiah Djarajah, percaya diri adalah, jika ada hambatan, maka hadapi dengan senang hati, sehingga memperoleh kepercayaan diri yang membuat orang optimis dalam menjalani hidup.<sup>12</sup>

Berikut adalah beberapa manfaat dari berpikir positif pada diri sendiri. *Pertama*, melakukan sesuatu di luar rata-rata. Saat seseorang melihat dirinya secara positif, maka akan terjadi hal yang tidak terduga di dalam dirinya. *Kedua*, potensi diri yang tersimpan akan keluar. Karena setiap orang diberikan bakat dan kemampuannya sendiri-sendiri. Orang yang memandang dirinya secara positif akan mampu menggali bakat yang ia miliki dan berusaha untuk mengembangkannya.

*Ketiga*, menjadi pribadi yang lebih percaya diri. Apatis atau kurang percaya diri merupakan salah satu penyakit yang selalu menghantui orang-orang yang berpikiran negatif tentang dirinya. *Keempat*, dihormati dan dihargai oleh orang lain. Ketika seseorang tidak menghargai dirinya sendiri, dia tidak akan dihormati oleh orang lain..

*Kelima*, punya banyak teman. Orang yang memiliki citra diri positif akan memiliki pemikiran yang terbuka, sehingga akan membuatnya mudah untuk berteman dengan siapa saja. *Keenam*, lebih bahagia dan lebih menyenangkan. Memikirkan semua hal yang berhubungan dengan diri sendiri akan membuka hati dan pikiranmu, sehingga akan membuat tenang dan bahagia. *Ketujuh*, terhindar dari rasa cemas dan stres.<sup>13</sup>

### 3) *Husnudzon* kepada sesama manusia

Individu yang memiliki pola pikir positif terhadap orang lain akan mampu memandang baik hal-hal di sekitarnya, sehingga dapat menjaga hubungan baik dengan orang lain tanpa mengganggu kehidupannya. Selain itu, seseorang yang dapat berpikir positif terhadap orang lain akan memiliki toleransi yang besar.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Zakiah Djarajah, *Kesehatan Mental*, (Jakarta : Haji Masagung), 1990, hlm. 25

<sup>13</sup> Prima Purnama Sari, *Mudahnya Terapi Berpikir Positif*, (Yogyakarta : Psikopedia), 2016, hlm. 9-17

<sup>14</sup> Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, (Jakarta : Zaman), 2015, hlm. 225

Rusydi mengatakan bahwa prasangka baik terhadap orang lain merupakan dimensi *husnudzon* yang ditunjukkan dengan tidak adanya perilaku mengamati orang lain serta menggunjingnya, tidak adanya kebencian terhadap orang lain, dan tidak adanya rasa iri atau dengki terhadap orang lain. Ukuran ini secara nilai mengacu pada Al-Qur'an surah Al Hujurat ayat 12

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا  
وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا ۚ أَتُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا  
فَكَرِهْتُمُوهُ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢﴾

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan prasangka (kecurigaan), karena sebagian dari prasangka itu dosa. dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang.”<sup>15</sup>

## B. Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi Covid-19

### 1. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah kata yang merujuk pada keakraban dan pendekatan dari kesatuan kata. Penyesuaian diri dalam bahasa dikenal dengan istilah *adjustmen* atau *personal adjustmen*. Sedangkan dalam ilmu kejiwaan, penyesuaian diri adalah suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku sehingga terjadi hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dengan lingkungannya.<sup>16</sup>

Menurut Hollander, kualitas penyesuaian diri yang penting adalah dinamisme atau potensi untuk berubah. Penyesuaian diri ini bisa terjadi saat

<sup>15</sup> Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, Fani Eka Nurtjahjo, “Validasi *Islamic Positive Thinking Scale (Ipts)* Berbasis Kriteria Eksternal”, hlm. 58

<sup>16</sup> Musthofa Fahmi, *Penyesuaian Diri Lapangan Implementasi dari Penyesuaian Diri*, (Jakarta : N. V Bulan Bintang), 1983, hlm. 14

individu menghadapi kondisi-kondisi lingkungan baru yang membutuhkan suatu respons.<sup>17</sup>

Menurut Schneiders penyesuaian diri ini dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu :<sup>18</sup>

- 1) Penyesuaian diri sebagai adaptasi,
- 2) Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas,
- 3) Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan.

Tiga sudut pandang tersebut sama-sama memaknai penyesuaian diri. Akan tetapi, pemaknaan tersebut berbeda sesuai dengan istilah dan konsep masing-masing.

Menurut Schneiders, penyesuaian diri memiliki banyak arti, antara lain upaya mengatasi tekanan kebutuhan, upaya menyeimbangkan kebutuhan pemuasan dengan kebutuhan lingkungan, dan upaya individu untuk menjalin hubungan pribadi dengan kenyataan. Adapun batas-batas penyesuaian diri melibatkan suatu proses yang mencakup respons mental dan perilaku manusia dalam upaya mengatasi dorongan internal untuk mencapai kesesuaian antara kebutuhan dari dalam dan dari lingkungan. Ini berarti bahwa penyesuaian diri adalah sebuah proses, bukan keadaan statis.<sup>19</sup>

Menurut Schnieders, penyesuaian diri dikatakan relatif karena :

- 1) Penyesuaian diri dirumuskan dan dievaluasi dalam pengertian kemauan seseorang untuk mengubah dan mengatasi tuntutan yang menggangukannya. Kemampuan ini berubah-ubah sesuai dengan nilai-nilai kepribadian dan tahap perkembangannya
- 2) Kualitas penyesuaian diri berubah-ubah terhadap beberapa hal yang berhubungan dengan masyarakat dan kebudayaan

---

<sup>17</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya), 2009, hlm. 192

<sup>18</sup> Mohammad Ali & Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta : Bumi Aksara), 2006 hlm. 173

<sup>19</sup> M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jakarta : Ar-Ruzz Media), 2016, hlm.51

3) Adanya variasi tertentu pada individu.<sup>20</sup>

Sawrey dan Telford mendefinisikan penyesuaian diri interaksi terus-menerus antara individu dengan lingkungan yang melibatkan sistem behavioral, kognisi, dan emosional. Dalam interaksi tersebut individu maupun lingkungan menjadi agen perubahan. Jadi penyesuaian diri ini dapat diartikan sebagai interaksi yang terus-menerus antara diri, orang lain, dan lingkungan. Ketiga faktor ini secara konsisten mempengaruhi seseorang dan menjadi hubungan yang bersifat timbal balik.<sup>21</sup>

Menurut Sofyan Willis, penyesuaian diri adalah kemampuan seseorang untuk hidup dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya sehingga seseorang merasa puas dengan dirinya dan lingkungannya.<sup>22</sup> Sedangkan menurut Baum, tingkah laku penyesuaian diri diawali dengan stres, yaitu suatu keadaan di mana lingkungan mengancam atau membahayakan keberadaan dan kenyamanan diri seseorang.<sup>23</sup>

Dalam bidang ilmu psikologi, penyesuaian diri merupakan proses perubahan pada diri dan lingkungan, di mana individu harus mampu mempelajari sikap maupun tindakan baru dan mengatasi situasi sehingga tercapai kepuasan diri dalam hubungannya dengan orang lain, dan lingkungan sekitar. Sedangkan dalam Islam, penyesuaian diri telah tertuang dalam Al-Qur'an surat Al-Isra' ayat 15,

مَنْ أَهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۗ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا ﴿١٥﴾

Artinya : “Barangsiapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), Maka Sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan Barangsiapa yang sesat, maka Sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya

<sup>20</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, . . . hlm. 193

<sup>21</sup> Siswanto, *Kesehatan Mental, Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*, (Yogyakarta : CV Andi OFFSET), 2007, hlm 35

<sup>22</sup> Sofyan Willis, *Remaja dan Masalahnya*, (Bandung : Alfabeta), 2005, hlm. 55

<sup>23</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung : Remaja Rosdakarya), 2009, hlm 193

*sendiri. dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan Kami tidak akan meng'azab sebelum Kami mengutus seorang rasul.*"<sup>24</sup>

Dari ayat di atas dapat dijelaskan bahwa Allah SWT mengingatkan hamba-hamba-Nya yang pertama untuk menyelamatkan diri sesuai petunjuk Allah SWT, yang kedua yaitu memperingatkan hambanya yang lebih memilih jalan yang salah akan menemui kesulitan bagi dirinya sendiri. Hal itu sesuai dengan penyesuaian diri yang dilakukan, bahwa setiap individu didorong untuk menyesuaikan diri bagaimanapun keadaannya, sehingga ia akan mendapat ketenangan di masa yang akan datang.

Dalam artian yang lebih luas, penyesuaian diri tidak hanya berarti berubah sesuai dengan keadaan lingkungan, akan tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan diri atau yang kita inginkan. Dalam artian yang pertama disebut dengan penyesuaian diri yang *autoplastis* (dibentuk sendiri), sedangkan dalam artian yang kedua disebut penyesuaian diri yang *aloplastis* (alo = yang lain). Jadi di sini penyesuaian diri dapat disimpulkan ada penyesuaian diri yang pasif, di mana kegiatan kita ditentukan oleh lingkungan, dan ada penyesuaian diri yang aktif di mana diri yang mempengaruhi lingkungan.<sup>25</sup>

Dari semua pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses di mana individu mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada hidupnya dan lingkungan sekitarnya, agar tercapai keadaan yang ia harapkan.

## **2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri yang Sehat**

Penyesuaian diri yang baik berkaitan erat dengan kepribadian yang sehat. Lazarus mengemukakan, penyesuaian diri yang sehat merujuk pada sehatnya kehidupan pribadi seseorang, baik hubungannya dengan dirinya sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitarnya. proses penyesuaian diri adalah keadaan untuk mengembangkan diri secara optimal.<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> Zainal Arifin, *Tafsir Inspirasi*, (Medan : Duta Azhar), 2014, hlm. 314

<sup>25</sup> Gerungan, *Psikologi Sosial*, (Bandung : Refika Aditama), 2004, hlm 59-60

<sup>26</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, . . . hlm. 195

Ada beberapa konsep tentang sehatnya kepribadian individu yang dikemukakan oleh para ahli, seperti kepribadian normal (Cole, 1953), kepribadian produktif (Fromn dan Gilmore, 1974), dan psiko-higiene (Sikun Pribadi, 1971), maka secara garis besar penyesuaian diri yang sehat bisa dilihat dari empat aspek kepribadian, yaitu :<sup>27</sup>

- 1) Kemantapan emosional meliputi:
  - a. Kematangan suasana kehidupan emosional
  - b. Kematangan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain
  - c. Kemampuan untuk santai, gembira, dan menyatakan kejengkelan
  - d. Perasaan dan sikap terhadap kenyataan diri sendiri.
- 2) Kemantapan intelektual meliputi:
  - a. Keahlian mencapai wawasan diri sendiri
  - b. Keahlian memahami orang lain dan keragamannya
  - c. Keahlian mengambil keputusan
  - d. Sikap terbuka dalam mengenal lingkungan.
- 3) Kemantapan sosial meliputi:
  - a. Keterlibatan dalam partisipasi sosial
  - b. Kesiediaan bekerjasama
  - c. Memiliki jiwa kepemimpinan
  - d. Sikap toleransi
  - e. Keakraban dalam pergaulan
- 4) Tanggung jawab meliputi:
  - a. Sikap produktif dalam mengembangkan diri
  - b. Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel
  - c. Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal
  - d. Kesadaran akan etika dan hidup jujur
  - e. Melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai
  - f. Kemampuan bertindak independen

### **3. Proses Penyesuaian Diri**

---

<sup>27</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, . . . hlm. 195-196

Proses penyesuaian diri adalah suatu langkah atau cara yang dilakukan oleh seorang individu seperti mahasiswa dengan tingkat penyesuaian sedang sampai rendah. Proses penyesuaian diri ini terdiri dari tiga faktor, yaitu motivasi, sikap diri terhadap kenyataan, dan pola dasar pengaturan diri. Ketiga faktor tersebut harus dicapai atau dilaksanakan oleh mahasiswa dengan tingkat adaptasi atau penyesuaian yang rendah.

a) Motivasi dan proses penyesuaian diri

Motivasi ini bisa dikatakan sebagai faktor kunci untuk memahami proses penyesuaian diri. Motivasi adalah kekuatan internal yang menyebabkan ketegangan dan ketidakseimbangan dalam diri. Stres dan ketidakseimbangan adalah kondisi yang tidak menyenangkan, jadi harus dihilangkan keduanya.

b) Sikap terhadap realitas dan proses penyesuaian diri

Berbagai aspek penyesuaian diri ditentukan oleh sikap individu terhadap orang disekelilingnya, benda-benda, dan hubungan yang membentuk kenyataan. Sikap yang sehat dan kontak yang baik terhadap kenyataan sangat diperlukan untuk proses penyesuaian diri yang baik dan sehat. Adanya berbagai tuntutan, pembatasan, aturan, dan norma yang ada menuntut individu untuk terus belajar mengatur dan menghadapi suatu proses ke arah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal yang dimanifestikan dalam bentuk sikap dengan tuntutan eksternal dan kenyataan.

c) Pola dasar penyesuaian diri

Dalam kehidupan sehari-hari, terdapat pola dasar penyesuaian diri. Misalnya, seorang anak yang membutuhkan kasih sayang dan perhatian orang tuanya yang sibuk. Dalam situasi ini, anak akan merasa frustrasi dan akan berusaha mencari solusi untuk meredakan ketegangan antara kebutuhan akan cinta dan kekecewaan yang dialaminya. Pada akhirnya, dia akan melakukan aktivitas lain untuk mendapatkan kasih sayang yang dia butuhkan, seperti mengisap jempol. Hal ini sesuai dengan konsep dan prinsip yang mengatur

diri sendiri, orang lain dan lingkungan. Oleh karena itu, menurut Sunarto upaya penyesuaian diri dapat ditunjukkan sebagai berikut.<sup>28</sup>

- 1) Pada tahap awal, individu, di satu sisi, memiliki keinginan untuk memperoleh makna dan eksistensi dalam hidupnya, di sisi lain, ia mungkin menerima peluang atau permintaan eksternal.
- 2) Kemampuan untuk menerima dan mengevaluasi secara objektif realitas lingkungan eksternal menurut penilaian dan perasaan yang wajar.
- 3) Kemampuan bertindak sesuai dengan potensi yang dimiliki dan sesuai dengan kenyataan objektif di luar dirinya.
- 4) Kemampuan untuk bertindak secara dinamis, fleksibel dan tidak kaku untuk menciptakan rasa aman dan tidak dihantui oleh kecemasan atau ketakutan.
- 5) Mampu bertindak sesuai dengan potensi positif yang layak dikembangkan sehingga dapat diterima dan diterima oleh lingkungan, bebas dari pengaruh lingkungan atau terhadap kekuatan lingkungan.
- 6) Menghargai orang lain dan mampu bersikap toleran, selalu menunjukkan perilaku hormat yang sesuai dengan harkat dan martabat manusia, mampu memahami dan menerima keadaan orang lain bahkan ketika mereka sebenarnya kurang serius.
- 7) Kemampuan untuk mengatasi frustrasi, konflik dan stres secara rasional, sehat dan profesional, dengan kemampuan untuk mengendalikan dan memanipulasi mereka untuk keuntungan mereka tanpa menimbulkan kesedihan yang mendalam.
- 8) mampu bertindak secara terbuka dan sanggup menerima kritik dan tindakannya dapat bersifat murni sehingga sanggup memperbaiki tindakan-tindakan yang sudah kurang sesuai lagi.
- 9) Mampu bertindak sesuai dengan standar yang dianut oleh lingkungan dan sesuai dengan hak dan kewajibannya.

---

<sup>28</sup> Muhammad Ali dan Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta : Bumi Aksara), 2005, hlm. 176-178

- 10) Dicitrakan secara positif oleh kepercayaan pada diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu di luar diri sendiri sehingga seseorang tidak pernah merasa dikucilkan dan sendirian.

#### **4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian diri**

Faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri dapat dilihat dari konsep psikogenik dan sosiopsikogenik. Konsep psikogenik menganggap penyesuaian diri dipengaruhi oleh riwayat kehidupan sosial individu, terutama pengalaman khusus yang membentuk perkembangan psikologis.<sup>29</sup>

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kepribadian individu dalam proses penyesuaian diri, baik secara internal maupun eksternal. Adapun faktor-faktor tersebut dapat dikelompokkan sebagai berikut:<sup>30</sup>

- 1) Faktor fisiologis yang berhubungan dengan kesehatan fisik dan penyakit yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri. Kualitas penyesuaian diri yang baik hanya dapat dicapai dengan kesehatan fisik yang baik. Penyakit kronis dapat menyebabkan kurangnya rasa percaya diri, rasa rendah diri, ketergantungan, dan keinginan untuk dicintai.
- 2) Faktor psikologis, ada beberapa faktor psikologis yang dapat berpengaruh terhadap penyesuaian diri individu, seperti pengalaman, hasil belajar, kebutuhan-kebutuhan, aktualisasi diri, frustrasi, depresi, dan sebagainya.
- 3) Faktor perkembangan dan kedewasaan, dalam proses perkembangannya terdapat reaksi yang berkembang dari reaksi naluriah ke reaksi yang merupakan hasil belajar dan pengalaman. Dengan bertambahnya usia, perubahan dan perkembangan reaksi dicapai tidak hanya dalam proses belajar, tetapi juga sebagai hasil dari tindakan orang yang telah matang untuk bereaksi dan menentukan model penyesuaian dirinya.
- 4) Faktor lingkungan, ada beberapa faktor lingkungan yang dianggap dapat menciptakan penyesuaian diri yang sehat bagi individu yakni sebagai berikut:

---

<sup>29</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, . . . hlm. 196

<sup>30</sup> Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (perkembangan peserta didik)*, (Bandung : Pustaka Setia), 2006, hlm 199-203

- a. Lingkungan rumah yang harmonis, yaitu lingkungan keluarga di mana cinta, toleransi, rasa hormat, keamanan dan kehangatan berkuasa. Dalam lingkungan inilah individu akan membuat penyesuaian yang sehat dan baik. Lingkungan rumah juga merupakan tempat untuk mengembangkan keterampilan yang diperoleh melalui permainan, lelucon, dan pengalaman keluarga sehari-hari. Dalam keluarga, individu belajar untuk tidak mementingkan diri sendiri, mereka harus berbagi perasaan dengan anggota keluarga dan belajar untuk menghormati hak-hak anggota keluarga lainnya. Dari lingkungan rumah ini, seorang individu memiliki pengetahuan dasar tentang bagaimana bergaul dengan orang lain.
  - b. Lingkungan teman sebaya, memiliki hubungan yang harmonis dengan teman sebaya sangat penting pada masa remaja. Sulit bagi remaja untuk menjauhi atau ditolak oleh teman-temannya. Perhatian dan nasihat dari teman-teman akan membantunya menerima situasinya dan memahami apa yang membuatnya berbeda dari orang lain. Semakin dia memahami dirinya sendiri, semakin dia menerima dirinya sendiri, semakin dia memahami kekuatan dan kelemahannya. Dengan demikian, ia akan menemukan cara yang tepat untuk mencocokkan potensinya.
  - c. Di lingkungan sekolah, sekolah tidak terbatas pada proses belajar mengajar, tetapi juga mencakup tanggung jawab sosial dan etika yang luas dan kompleks. Dengan demikian, pendidikan adalah proses membuat penyesuaian antarpribadi dan nilai-nilai yang dibutuhkan oleh lingkungan untuk kepentingan pengembangan pribadi.
- 5) Faktor agama dan budaya, proses penyesuaian diri individu dimulai dari lingkungan keluarga, kemudian di lingkungan sekolah dan masyarakat lambat laun dipengaruhi oleh faktor budaya dan agama. Lingkungan budaya di mana seorang individu hidup menentukan cara penyesuaian dirinya.

**C. Hubungan *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi**

Pandemi *covid-19* yang masih berlangsung di Indonesia membuat aktivitas kegiatan belajar mengajar di Indonesia ikut terkena efeknya. Kegiatan belajar mengajar yang biasanya dilakukan secara tatap muka kini harus beralih ke kegiatan belajar secara daring (dalam jaringan) melalui aplikasi. Hal baru dalam perkuliahan daring ini tentunya membuat interaksi antar mahasiswa dan dosen menjadi terbatas. Mau tidak mau mahasiswa harus beradaptasi selama perkuliahannya di tengah pandemi *covid-19* ini. Tidak sedikit mahasiswa yang merasa cemas dan bingung dengan apa yang harus dilakukannya dan harus bertanya kepada siapa tentang apa yang tidak diketahuinya. Keberhasilan mahasiswa menyesuaikan diri di tengah pandemi *covid-19* ini tentunya harus didukung oleh kondisi psikis yang baik yaitu dengan menerapkan sikap *husnudzon* dalam diri. Dengan *berhusnudzon* mahasiswa dapat membangun persepsi positif dan yakin bahwa semua kejadian ini akan ada masanya.<sup>31</sup>

*Husnudzon* adalah suatu bentuk prasangka baik yang terlahir dari hati yang tenang untuk menerima ketetapan dari Allah sehingga akan dihindarkan dari perasaan gelisah, takut, serta rasa cemas.<sup>32</sup> *Husnudzon* artinya berbaik sangka. Jangan berburuk sangka, tidak boleh menyangka-nyangka tanpa bukti dan tanpa diselidiki asal usulnya. Karena akan mengakibatkan permusuhan dan keretakan di dalam hubungan persaudaraan.<sup>33</sup>

Di tengah keadaan normal baru di situasi pandemi *covid-19* ini, penyesuaian diri adalah langkah awal yang harus dijalani, baik oleh mahasiswa baru maupun lama. Sebagai seorang mahasiswa, setiap individu diharapkan mampu menyesuaikan dirinya dengan sistem pembelajaran yang baru. Kekurang mampuan dalam melakukan penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang ada dapat menimbulkan tekanan dalam diri mahasiswa yang bisa menyebabkan stres. Ini sesuai dengan yang dikatakan Baum (1985), bahwa tingkah laku penyesuaian diri dimulai dengan stres, yaitu suatu keadaan dimana lingkungan mengancam atau membahayakan keberadaan atau kesejahteraan atau kenyamanan diri

---

<sup>31</sup> A. Rusydi (2012), Husn Al-Zhann : Konsep beripikir positif dalam . . . , hlm. 2

<sup>32</sup> A. Rusydi (2012), Husn Al-Zhann : Konsep beripikir positif dalam . . . , hlm. 14

<sup>33</sup> Yatimin Abdullah, *Studi Akhlak dalam Perspektif Al-Qur'an*, (Jakarta : AMZAH), 2007, hlm. 219

seseorang.<sup>34</sup> Apabila hal tersebut dibiarkan tanpa adanya penyelesaian yang tepat dapat mempengaruhi kesehatan mental.

Sikap *husnudzon* akan melahirkan sebuah sikap yakin bahwa bahwa setiap kebaikan dan kenikmatan yang diperoleh manusia berasal dari Allah SWT., sedangkan keburukan dan musibah yang menimpa manusia disebabkan oleh dosa dan kemaksiatannya sendiri. Tidak seorangpun bisa lari dari takdir dan ketetapan Allah. Tidak ada yang terjadi di alam semesta ini melainkan apa yang Allah kehendaki, dan Allah tidak meridhai kekufuran untuk hamba-hamba-Nya. Allah SWT. telah menganugerahkan kepada setiap hambanya untuk berpikir dan berikhtiar. Segala perbuatan yang dilakukan manusia terjadi atas pilihannya dan kelak akan diberi pertanggung jawaban di hadapan Allah SWT.<sup>35</sup> Sehingga akan membantu mahasiswa dalam melewati proses penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* dan mencegah mereka untuk putus asa.

Dari pernyataan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa yang memiliki sikap *husnudzon* yang tinggi, maka kemungkinan besar ia bisa melakukan penyesuaian diri dengan baik, karena ia memiliki persepsi positif terhadap keadaan yang sedang terjadi. Begitu sebaliknya, mahasiswa yang memiliki sikap *husnudzon* yang rendah, maka potensi untuk menyesuaikan dirinya akan sulit, karena mereka tidak bisa memandang positif setiap keadaan yang terjadi dan hanya akan menyalahkannya.

#### **D. Hipotesis**

Hipotesis adalah tanggapan sementara terhadap rumusan masalah penelitian dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat tanya. Dianggap sementara karena jawaban yang diberikan hanya didasarkan pada teori yang relevan, bukan pada data empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.<sup>36</sup>

---

<sup>34</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung : Remaja Rosdakarya), 2009, hlm. 193

<sup>35</sup> Roli Abdul Rohman. *Menjaga Akidah dan Akhlak*, (Solo : PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri), 2009, hlm. 88

<sup>36</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)*, (Bandung : Alfabeta), 2015, hlm. 96

Berdasarkan analisis dari teori di atas, maka diajukan hipotesis yaitu ada hubungan yang signifikan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yaitu artinya mahasiswa yang memiliki sikap *husnudzon* yang tinggi, maka akan mudah dalam menyesuaikan dirinya. Begitu sebaliknya, mahasiswa yang memiliki sikap *husnudzon* yang rendah, maka akan kesulitan dalam menyesuaikan dirinya.

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif, yakni penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data *numerikal* (angka-angka) yang diolah dengan metode statistika.<sup>1</sup> Angka yang diperoleh nantinya akan diolah lebih lanjut dalam analisis data. Data diperoleh menggunakan skala yang disusun berdasarkan variabel yang akan diteliti.

Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini, yakni untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, maka metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni menggunakan metode penelitian korelasional. Metode korelasional adalah metode penelitian yang dimaksudkan untuk mencari hubungan antara dua variabel atau lebih.<sup>2</sup>

#### B. Variabel Penelitian

Variabel berasal dari bahasa Inggris yakni *variable* yang berarti faktor tak tetap atau berubah-ubah. Namun, dalam bahasa Indonesia kontemporer, kata variabel sering digunakan dengan arti yang lebih tepat disebut ragam. Dalam arti yang lebih tepat, variabel adalah konsep tingkat rendah, yang referensinya relatif mudah diidentifikasi dan diamati, serta mudah diklasifikasikan, diurutkan, atau diukur.<sup>3</sup> Pada penelitian ini, terdapat dua variabel yaitu :

1. Variabel independen (x) : *Husnudzon*
2. Variabel dependen (y) : Penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19*

---

<sup>1</sup> Mohammad Fauzi, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Semarang : Walisongo Pers), 2009, hlm. 18

<sup>2</sup> Mohammad Fauzi, *Metode Penelitian . . .*, hlm. 25

<sup>3</sup> Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta : Kencana), 2008, hlm. 60-

### C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan pada karakteristik yang dapat diamati dari apa yang didefinisikan atau dikonseptualisasikan dalam bentuk terstruktur dengan kata-kata yang menggambarkan perilaku atau gejala yang dapat diamati yang dapat diperiksa dan dikonfirmasi oleh orang lain.<sup>4</sup> Adapun batasan operasional pada penelitian ini yaitu hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

#### 1. *Husnudzon*

Rusydi (2012) *husn al-zhann* merupakan perilaku hati dan kebaikan akhlak yang senantiasa mendorong manusia untuk baik sangka terhadap Tuhan dan manusia. Sedangkan menurut Sedangkan menurut Yucel (2014), *husnudzon* merupakan pola pikir yang bebas dari kompleksitas, kebencian dan segala emosi negatif lainnya.<sup>5</sup> *Husnudzon* adalah baik sangka terhadap ketentuan Allah sehingga manusia dapat berpikir positif dan menerima kenikmatan maupun kesusahan yang menimpa dalam hidupnya.

Rusydi menjelaskan terdapat dua aspek *husnudzon* yaitu berprasangka baik kepada Allah SWT (*husn al-zhann bi Allah*) dan berprasangka baik kepada sesama manusia (*husn al-zhann bi al-mu'minin*).<sup>6</sup> Sedangkan Yucel, membagi *husnudzon* menjadi tiga aspek, yakni baik sangka kepada Allah SWT, baik sangka kepada sesama manusia, dan berprasangka baik kepada alam semesta.<sup>7</sup>

#### 2. Penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19*

Penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku sehingga terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri dan

---

<sup>4</sup> Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Yogyakarta : Graha Ilmu), 2006, hlm. 67-68

<sup>5</sup> S. Yucel, The nation of "Husnu'I Zann" or positive thinking in Islam: Medieval perspective. *International Journal of Humanities and Social Science*, 2014, h. 101

<sup>6</sup> A. Rusydi, "Husn Al-Zhann : Konsep Beripikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya bagi Kesehatan Mental", *Disertasi*, Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2012, h. 5

<sup>7</sup> S. Yucel, The nation of "Husnu'I Zann" or positive thinking in Islam: Medieval perspective, *International Journal of Humanities and Social Science*, 2014, hlm. 102

lingkungan.<sup>8</sup> Menurut Hollander, kualitas yang penting dalam penyesuaian diri adalah dinamisme atau potensi untuk berubah.<sup>9</sup> Penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* merupakan penyesuaian diri yang bertujuan untuk mengubah perilaku mahasiswa saat menghadapi keadaan di lingkungan baru yang butuh akan suatu respons seperti pada pandemi *covid-19* yang terjadi pada saat ini.

Sementara itu indikator penyesuaian diri meliputi aspek-aspek yang diajukan oleh beberapa ahli yang kemudian dalam penyusunan skala item diintegrasikan dengan pandemi *covid-19*, seperti kepribadian normal (Cole, 1953), kepribadian produktif (Fromm dan Gilmore, 1974), dan psikohigiene (Sikun Pribadi, 1971), di antaranya :

- a) Kematangan emosional
- b) Kematangan intelektual
- c) Kematangan sosial
- d) Tanggung jawab<sup>10</sup>

#### **D. Populasi dan Sampel**

##### 1. Populasi

Populasi berasal dari kata Inggris *population*, yang artinya jumlah penduduk. Dalam metode penelitian, populasi adalah kumpulan (universal) subjek penelitian yang dapat berupa orang, hewan, tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup, dan sebagainya, sehingga objek tersebut dapat menjadi sumber dari data penelitian.<sup>11</sup> Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang mulai angkatan 2015 sampai angkatan 2020 yang berjumlah sekitar 405 mahasiswa.

##### 2. Sampel

---

<sup>8</sup> Musthofa Fahmi, *Penyesuaian Diri Lapangan Implementasi dari Penyesuaian Diri*, (Jakarta : N. V Bulan Bintang), 1983, hlm. 14

<sup>9</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya), 2009, hlm. 192

<sup>10</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya), 2009, hlm. 195-196

<sup>11</sup> Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian . . .*, hlm. 101

Sampel adalah bagian dari jumlah sifat yang dimiliki oleh suatu populasi. Pengambilan sampel disebabkan oleh beberapa faktor seperti kendala biaya, tenaga, dan waktu. Suharsini Arikunto memberikan tolak ukur untuk menentukan jumlah sampel dalam penelitian. Jika subjeknya kurang dari 100, sebaiknya diambil secara keseluruhan, jadi penelitian ini adalah penelitian populasi. Jika lebih dari 100, peneliti dapat mengambil 10-15% atau 20-25% atau lebih.<sup>12</sup> Sampel yang akan peneliti gunakan dalam penelitian adalah mahasiswa mulai dari angkatan 2015-2020 yang berjumlah 405 mahasiswa. Sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 15 % dari populasi, hasilnya yaitu 60,75 yang dibulatkan menjadi 61 mahasiswa dari jumlah populasi.

### 3. Teknik sampling

Teknik sampling adalah cara pengambilan sampel.<sup>13</sup> Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *Simple Random Sampling*. Dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan anggota yang dijadikan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut.<sup>14</sup>

### E. Metode Pengambilan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala Likert. Skala likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.<sup>15</sup> Adapaun skala dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

Kategori pernyataan dalam skala penelitian ini terdiri *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* adalah pernyataan sikap yang mengandung atau

---

<sup>12</sup> Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta : PT Melton Putra), 1991, hlm. 107

<sup>13</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif & R&D*, (Bandung : Alfabeta), 2009, hlm. 81

<sup>14</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif & R&D*, . . . hlm. 81

<sup>15</sup> Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu . . .*, hlm. 93

mengatakan hal-hal positif tentang objek sikap, yaitu kalimat yang bersifat mendukung atau memihak pada objek sikap. Sedangkan unfavorable merupakan ekspresi sikap yang mengandung hal-hal negatif, yaitu hal-hal yang tidak menguntungkan atau bertentangan dengan objek sikap yang akan diungkapkan.<sup>16</sup> Tanggapan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan 4 alternatif jawaban, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 1 : Skor Skala Likert**

Jawaban	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

#### 1. Skala *Husnudzon*

Skala *husnudzon* yang digunakan dalam penelitian ini dikembangkan berdasarkan dari aspek-aspek yang dikemukakan oleh para ahli, seperti, Rusydi (2012) dan Yucel (2014).

**Tabel 2 : Blue Print Skala *Husnudzon***

No	Aspek	Indikator	Nomor Item Pertanyaan			
			Sebelum Uji Skala		Setelah Uji Skala	
			<i>F</i>	<i>UF</i>	<i>F</i>	<i>UF</i>
1.	Berprasangka baik kepada Allah SWT	Memiliki sifat optimis	1, 15, 29	8, 22, 36	9	5, 15, 26
		Menyerahkan diri sepenuhnya	2, 16, 30	9, 23, 37	10, 20	6, 27

<sup>16</sup> Saifudin Azwar, *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar), 1995, hlm. 107

		kepada Allah dan menerima segala ketetapan-Nya				
		Merasakan kasih sayang Allah	3, 17, 31	10, 24, 38	1, 11, 21	7, 16
		Merasakan kemaafan Allah	4, 18, 32	11, 25, 39	2, 12, 22	17, 28
2.	Berprasangka baik kepada sesama manusia	Tidak mencari-cari kesalahan orang lain	5, 19, 33	12, 26, 40	3, 13, 23	18
		Tidak benci dengan orang lain	6, 20, 34	13, 27, 41	4, 14, 24	19
		Tidak mudah iri dengan orang lain	7, 21, 35	14, 28, 42	25	8
	Jumlah		21	21	16	12

## 2. Skala Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19*

Skala penyesuaian diri yang digunakan dalam penelitian ini dikembangkan berdasarkan dari aspek-aspek penyesuaian diri yang dikemukakan oleh para ahli, seperti kepribadian normal (Cole, 1953), kepribadian produktif (Fromn dan Gilmore, 1974), dan psiko-higiene (Sikun Pribadi, 1971).

**Tabel 3 : Blue Print Skala Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19***

No	Aspek	Indikator	Nomor Item Pertanyaan			
			Sebelum Uji Skala		Setelah Uji Skala	
			<i>F</i>	<i>UF</i>	<i>F</i>	<i>UF</i>
1.	Kematangan emosional	a) Kemantapan suasana emosional	1, 33	17, 49	22	12, 35
		b) Kemantapan kehidupan bersama orang lain	2, 34	18, 50	23	13, 36
		c) Kemampuan untuk santai dan bahagia	3, 35	19, 51	1, 24	
		d) Kemampuan menerima kenyataan pada diri	4, 36	20, 52	2, 25	37
2.	Kematangan intelektual	a) Kemampuan mencapai wawasan diri	5, 37	21, 53	3, 26	14, 38
		b) Kemampuan memahami orang lain	6, 38	22, 54	27	39
		c) Kemampuan dalam mengambil keputusan	7, 39	23, 55	4, 28	40
		d) Kemampuan dalam mengenal lingkungan	8, 40	24, 56	5	15
3.	Kematangan	a) Keterlibatan	9, 41	25, 57	6	16, 41

	sosial	dalam kegiatan sosial				
		b) Kemampuan dalam bekerjasama	10, 42	26, 58	7, 29	17, 42
		c) Memiliki sikap toleransi	11, 43	27, 59	8, 30	18
		d) Mudah akrab dan bergaul	12, 44	28, 60	31	43
4.	Tanggung jawab	a) Kesadaran akan etika dan hidup jujur	13, 45	29, 61	9, 32	19, 44
		b) Menanamkan perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai	14, 46	30, 62	10, 33	45
		c) Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel	15, 47	31, 63	11, 34	20
		d) Kemampuan bertindak independen	16, 48	32, 64		21
	Jumlah		32	32	24	21

#### F. Metode Analisis Data

Metode yang digunakan untuk menganalisis data dari penelitian ini adalah analisis statistik, dimana statistik bersifat objektif dan universal sehingga dapat digunakan di hampir semua bidang penelitian. Dengan menggunakan analisis statistik ini diharapkan nantinya dapat menyajikan data yang dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk dapat menarik kesimpulan yang tepat dan mengambil keputusan yang tepat berdasarkan hasil penelitian.

Dalam menganalisis hipotesis dipakai analisis *product moment*. Teknik ini digunakan untuk menguji hubungan antara dua variabel dimana masing-masing variabel berbentuk skor dan untuk menggambarkan hubungan antara dua gejala interval. Adapun alat bantu analisis yang digunakan yaitu menggunakan program SPSS 17.0 for windows.

## **G. Uji Validitas dan Reliabilitas**

### 1) Validitas

Validitas adalah pertanyaan mengenai sejauh mana suatu alat ukur telah mengukur apa yang seharusnya diukur. Suatu alat ukur dapat dikatakan valid atau sah atau sahih apabila alat ukur tersebut telah digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.<sup>17</sup> Uji validitas dilakukan dengan menggunakan teknik validitas konstruk, yaitu validitas yang berhubungan dengan konstruksi teori atau konsep atas faktor-faktor yang diukur. Berdasarkan konstruksi teori atau konsep tersebut peneliti menyusun atau merumuskan definisi atau hukum-hukum yang akan digunakan sebagai standar dalam menentukan valid atau tidaknya suatu alat ukur.<sup>18</sup>

Uji instrumen dilakukan pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi fakultas Ushuluddin dan Humaniora sebanyak 61 mahasiswa non sampel. Uji instrumen dilakukan pada tanggal 22-24 September 2021. Skala yang disebarkan sebanyak 61 dan kembali sebanyak 61. Dengan menggunakan program SPSS 17.0 for windows dan menggunakan korelasi item total dengan signifikansi 5% sehingga diperoleh rtabel 0,252.

---

<sup>17</sup> Jusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta : Mitra Wacana Media), 2012, hlm. 173

<sup>18</sup> Jusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian . . .*, hlm. 175-176

Dari hasil uji validitas yang dilakukan terhadap 42 item skala *husnudzon* dengan menggunakan koefisien validitas minimal rtabel, maka terdapat 28 item yang dikatakan valid dan 14 item yang gugur. Item yang dinyatakan valid adalah nomor 3,4 5, 6, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 24, 25, 26, 27, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39. Adapun koefisiensi korelasi yang valid berkisar antara 0,278 sampai dengan 0,589.

Selanjutnya, berdasarkan uji validitas instrumen yang dilakukan terhadap 64 item skala penyesuaian diri dengan menggunakan koefisien validitas rtabel, terdapat 45 item yang valid dan 19 item yang dinyatakan gugur. Adapun item yang valid adalah nomor 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 17, 18, 21, 24, 25, 26, 27, 29, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 50, 52, 53, 54, 55, 57, 58, 60, 61, 62. Item koefisiensi korelasi yang valid berkisar antara 0,257 sampai 0,704

## 2) Reliabilitas

Reliabilitas atau tingkat ketepatan atau konsistensi atau *kejegan* adalah tingkat kemampuan instrumen penelitian untuk mengumpulkan data atau informasi secara teratur atau konsisten dari individu inti. Suatu alat ukur atau instrument dikatakan reliabel jika digunakan berulang kali oleh peneliti yang sama atau oleh peneliti yang berbeda, tetapi hasilnya menunjukkan hasil yang sama atau adanya kesamaan.<sup>19</sup>

Azwar menjelaskan bahwa reliabilitas dikatakan koefisien apabila nilainya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi nilai koefisien reliabilitas mendekati 1,00 maka semakin tinggi pula reliabilitasnya. Sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati nilai 0 maka semakin rendah reliabilitasnya.<sup>20</sup> Untuk mengukur reliabilitas digunakan rumus *Alfa Cronbach* karena dalam setiap satu skala pada penelitian ini disajikan dalam sekali waktu saja pada sekelompok responden (*single trial administration*).

Reabilitas skala model ini ditunjukkan oleh besaran koefisien *alpha* yang berkaitan dengan kesalahan baku pengukuran. Artinya, semakin besar nilai *alpha* maka akan semakin kecil kesalahan tingkat pengukuran. Proses penghitungan

---

<sup>19</sup> Jusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian . . .*, hlm. 184

<sup>20</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi . . .*, hlm.83

estimasi reabilitas penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS Statistics 17.0 for windows.

Dengan menggunakan program SPSS Statistics 17.0 for windows hasil analisis reliabilitas instrumen ringkasan analisis *alpha* instrumen ditunjukkan pada tabel berikut:

**Tabel 4: Analisis Reliabilitas**

<b>Variabel</b>	<b>Koefisien Reliabilitas Alpha</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Husnudzon</i>	0,868	<i>Reliable</i>
Penyesuaian diri di tengah pandemi <i>covid-19</i>	0,901	<i>Reliable</i>

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Objek Penelitian**

##### **1. Sejarah Singkat Berdirinya Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang**

Waktu berlalu begitu cepat, tak terasa sudah hampir 42 tahun berdirinya Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo Semarang. Dalam rentang waktu yang panjang ini, tidak dapat dipungkiri kehadiran dan kiprahnya dalam dunia pendidikan di Indonesia telah mengundang banyak apresiasi dan simpati atas prestasi dan prestasinya. Begitu pula di balik segudang prestasi, banyak kekurangan dan kelemahan yang kerap mengundang berbagai macam kritik. Namun, satu hal yang lebih penting dan dilupakan banyak orang adalah sejarah yang telah merajut, kapan, di mana, dan siapa yang berperan besar dalam pendirian lembaga ini.

Dalam catatan sejarah, Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang pada awalnya didirikan di Tegal atas prakarsa Drs. M. Chozien Mahmud dkk. Pada awal berdirinya, fakultas ini berada di bawah naungan sebuah yayasan swasta yang bekerja sama dengan IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Beberapa orang yang terlibat aktif di lapangan dan merintis (*the founding fathers*) antara lain Drs. M. Chozien Mahmud (Anggota BPH Seksi D Kabupaten Tegal), Moh Cholid Oesodo (Anggota DPRD Kabupaten Tegal) dan KH. Qosim Tafsir (pengusaha dan tokoh masyarakat).

Secara kronologis, sekitar awal September 1968, ketiga tokoh di atas membicarakan proses pendirian fakultas ini dengan Bupati Kab. Tegal (Letkol Soepardi Yoedodarmo). Dan ternyata, upaya ini mendapat respon yang luar biasa, tidak hanya dukungan moril, tetapi juga finansial. Saat itu bupati memberikan bantuan satu juta rupiah untuk administrasi ke Jakarta. Berawal dari sini, proses pendiriannya terus berlanjut dan tidak mengalami banyak kendala, apalagi yayasan tersebut sudah memiliki sebidang tanah dan gedung perguruan tinggi beserta perlengkapannya di Procot Slawi.

Dalam perjalanan sejarahnya, Fakultas Ushuluddin sebelumnya tidak berdiri sendiri. Saat itu masih di bawah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan memilih Fakultas Tarbiyah sesuai hasil rapat tanggal 6 September 1968. Namun dalam perkembangan selanjutnya dialihkan ke IAIN Walisongo. Hal ini terjadi setelah statusnya berubah menjadi “negara”, yaitu pada tanggal 6 April 1970. Berdasarkan musyawarah para pendiri; Menteri Agama RI (KH. Moh. Dahlan, Rektor IAIN Sunan Kalijaga (Prof. RHA. Soenarjo, SH), Wakil Rektor I IAIN Walisongo (Drs. Soenarto Notowidagdo) dan Direktur Perguruan Tinggi Agama (HA. Timur Jaelani, MA ) setuju untuk dipindahkan Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga bermarkas di IAIN Walisongo Semarang.

Pasca kesepakatan di atas, permasalahan baru kemudian muncul, yaitu karena IAIN Walisongo telah memiliki Fakultas Tarbiyah Salatiga dan Kudus maka beralihlah Fakultas Tarbiyah menjadi Fakultas Ushuluddin. Konversi ini dengan berbagai pertimbangan:

- 1) Jika tetap memilih Fakultas Tarbiyah diperlukan izin khusus Menteri Agama (konsekuensinya memakan waktu lama)
- 2) Sejak semula para pendiri tidak memutuskan jenis fakultas tertentu
- 3) Pertimbangan KH. Saefuddin (Ketua DPRGR) dalam kunjungannya ke Tegal tahun 1970

Maka berdasarkan SK Menteri Agama RI no 254/70 tanggal 30 September 1970 Fakultas Ushuluddin IAIN al-Jami'ah Walisongo cabang Tegal resmi berdiri dan peresmian status ‘negeri’ nya pada tanggal 14 April 1971.

Berdasarkan Keputusan Menteri Agama RI nomor 17/ 1974 tanggal 25 Pebruari 1974 Fakultas Ushuluddin ini pindah ke Semarang dan terhitung sejak tahun 1975, semua proses belajar-mengajar (perkuliahan) nya diadakan di Semarang.<sup>1</sup>

## **2. Program Studi Tasawuf & Psikoterapi**

### **a) Pimpinan**

---

<sup>1</sup> <http://fuhum.walisongo.ac.id/about/sejarah-fakultas-ushuluddin/> diakses pada tanggal 13 Oktober 2021 pukul 08 : 30 WIB

KETUA JURUSAN : FITRIYATI, S.Psi., M.Si.

SEKERTARIS JURUSAN : ULIN NI'AM MASRURI, Lc., M.A.

**b) Visi Misi, Tujuan, dan Profil Lulusan Tasawuf & Psikoterapi  
Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang**

1) Visi

Menjadi Program Studi yang unggul dalam Riset Ilmu-ilmu Tasawuf dan Psikoterapi Berbasis pada Kesatuan Ilmu untuk Kemanusiaan dan Peradaban pada Tahun (2038).

2) Misi

1. Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran ilmu-ilmu tasawuf dan psikoterapi dengan pendekatan kesatuan ilmu
2. Menyelenggarakan riset ilmu-ilmu tasawuf dan psikoterapi untuk kemanusiaan dan peradaban.
3. Menyelenggarakan pengabdian dan pemberdayaan masyarakat berbasis pada riset ilmu-ilmu tasawuf dan psikoterapi.
4. Menggali dan mengembangkan nilai-nilai kearifan lokal.
5. Mengembangkan kerjasama dengan berbagai lembaga dalam skala regional, nasional dan internasional.
6. Mewujudkan tata kelola kelembagaan profesional

3) Tujuan

1. Menghasilkan sarjana ilmu-ilmu tasawuf dan psikoterapi yang profesional dan berakhlak mulia.
2. Menghasilkan riset tasawuf dan psikoterapi yang kontributif bagi penyelesaian masalah kemanusiaan dan kebangsaan.
3. menghasilkan karya pengabdian yang bermanfaat untuk mewujudkan masyarakat yang harmonis religius, sehat jasmani dan rohani
4. mewujudkan internalisasi nilai-nilai kearifan lokal dalam Tridharma Perguruan Tinggi

5. Memperoleh hasil yang positif dan produktif dari kerja sama dengan berbagai lembaga dalam skala regional, nasional, dan internasional
6. Lahirnya tata kelola Program Studi yang profesional berstandar internasional.

**c) Profil Lulusan Program Studi Tasawuf & Psikoterapi**

Profil utama lulusan Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi adalah praktisi dan analis di bidang Tasawuf dan Psikoterapi yang memiliki kepribadian yang baik, berpengetahuan dan up-to-date di bidang Tasawuf dan Psikoterapi serta mampu menerapkan teori, pendekatan dan metode tasawuf dan psikoterapi dalam mengatasi masalah psikologis manusia baik fisik maupun mental. baik secara individu maupun kolektif dalam dunia kerja dan masyarakat serta bertanggung jawab atas pekerjaannya berdasarkan etika, ilmu, dan keahlian Islam.<sup>2</sup>

**B. Deskripsi Data Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang pada tanggal 11 Oktober 2021 dengan mengumpulkan data sebanyak 61 sampel populasi. Berdasarkan hasil analisis deskripsi terhadap data penelitian dengan bantuan program SPSS 17.0 for windows, diperoleh data yang memberikan gambaran mengenai rata-rata data, simpangan baku, nilai minimum, dan nilai maksimum. Berikut adalah hasil deskripsi data penelitian statistik menggunakan program SPSS:

**Tabel 5: Deskripsi Data**

---

<sup>2</sup> <http://fuhum.walisongo.ac.id/about/sejarah-fakultas-ushuluddin/> diakses pada tanggal 13 Oktober 2021 pukul 08 : 30 WIB

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Husnudzon	61	46	64	110	5945	97.46	7.924	62.786
PenyesuaianDiri	61	44	125	169	8943	146.61	9.263	85.809
Valid N (listwise)	61							

Ada cara yang lebih manual untuk menganalisis data deskripsi penelitian ini, yaitu menghitung langsung tanpa bantuan program SPSS.

### 1. Analisis Data Deskripsi Penelitian Variabel *Husnudzon*

Analisis deskriptif dimaksudkan untuk memberikan gambaran suatu subjek penelitian berdasarkan data variabel yang diperoleh dari subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis. Dari data yang ada maka perlu dilakukan perhitungan:

- Nilai batas minimal, dengan asumsi responden menjawab semua pertanyaan pada item jawaban yang memiliki skor terendah atau 1 dengan jumlah item 28. Jadi nilai batas minimal adalah jumlah responden x jumlah pertanyaan x bobot jawaban =  $1 \times 28 \times 1 = 28$
- Nilai batas maksimum adalah dengan asumsi bahwa responden menjawab semua pertanyaan pada item yang memiliki skor tertinggi atau 4 dengan total 28 item. Jadi nilai batas maksimalnya adalah jumlah responden x jumlah pertanyaan x bobot jawaban =  $1 \times 28 \times 4 = 112$
- Jarak antara batas maksimum dan batas minimum =  $112 - 28 = 84$
- Jarak interval merupakan hasil dari jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori =  $84 : 4 = 21$

Dengan perhitungan seperti itu akan diperoleh realitas seperti berikut:

28          49          70          91          112

Gambar tersebut dibaca:

Interval	28 – 49 = Rendah
	50 – 70 = Sedang
	71 – 91 = Tinggi
	92 – 112 = Sangat Tinggi

Dari hasil pengolahan data dapat dikategorikan menjadi tiga yaitu: 1 mahasiswa dengan interval skor 64 pada kondisi *husnudzon* sedang, 8 mahasiswa dengan interval skor 78-91 pada kondisi *husnudzon* tinggi, dan 52 mahasiswa dengan interval skor 92-110 pada kondisi *husnudzon* rendah. sangat tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kondisi *husnudzon* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Usuluddin dan Humaniora tergolong sangat tinggi. Klasifikasi interval ini juga dapat dilihat dari hasil frekuensi dengan bantuan program SPSS 17.0 for windows pada lampiran.

## 2. Analisis Data Deskripsi Penelitian Variabel Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi Covid-19

- Nilai batas minimal, dengan asumsi responden menjawab semua pertanyaan pada item jawaban yang memiliki skor terendah atau 1 dengan jumlah item 45. Jadi nilai batas minimal adalah jumlah responden x jumlah pertanyaan x bobot jawaban =  $1 \times 45 \times 1 = 45$
- Nilai batas maksimum adalah dengan asumsi bahwa responden menjawab semua pertanyaan pada item yang memiliki skor tertinggi atau 4 dengan total 45 item. Jadi nilai batas maksimalnya adalah jumlah responden x jumlah pertanyaan x bobot jawaban =  $1 \times 45 \times 4 = 180$
- Jarak antara bata maksimum dan batas minimum =  $180 - 45 = 135$
- Jarak interval merupakan hasil dari jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori =  $135 : 4 = 33,75$

Dengan perhitungan seperti itu akan diperoleh realitas sebagai berikut

45	78,75	112,5	146,25	180
----	-------	-------	--------	-----

Gambar tersebut dibaca:

Interval	45 – 78,75 = Rendah
	79,75 – 112,5 = Sedang
	113,5 – 146,25 = Tinggi
	147,25 – 180 = Sangat Tinggi

Dari hasil pengolahan data dapat dikategorikan menjadi dua yaitu 33 siswa dengan interval skor 130-147 dalam kondisi penyesuaian diri tinggi, dan 28 siswa dengan interval skor 148-169 dalam kondisi penyesuaian diri sangat tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kondisi penyesuaian diri mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Usuluddin dan Ilmu Budaya tergolong tinggi. Klasifikasi interval ini juga dapat dilihat dari hasil frekuensi dengan bantuan program SPSS 17.0 for windows pada lampiran.

Penggolongan kondisi masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 6: Klasifikasi Hasil Analisis Deskripsi Data**

Kategori	Variabel (61 mahasiswa)	
	<i>Husnudzon</i> (x)	Penyesuaian Diri (y)
Rendah	-	-
Sedang	1 (1,64 %)	-
Tinggi	8 (13,11 %)	33 (54,10 %)
Sangat Tinggi	52 (85,25 %)	28 (45,90 %)

### C. Uji Persyaratan Analisis

Untuk melakukan analisis korelasi product moment dalam pengujian hipotesis diperlukan beberapa asumsi, antara lain sampel yang diambil dari populasi yang berdistribusi normal dan hubungan antar variabel dinyatakan linier.

#### 1) Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran variabel penelitian normal atau tidak. Aturan yang digunakan dalam menentukan apakah distribusi normal atau tidak adalah jika ( $p > 0,05$ ) maka distribusinya normal, tetapi jika ( $p < 0,05$ ) maka distribusinya tidak normal. Data variabel penelitian diuji normalitas sebarannya menggunakan program SPSS 17.0 for windows yaitu dengan menggunakan teknik uji *one sample Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 7: Hasil Uji Normalitas**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			Husnudzon	PenyesuaianDiri
N			61	61
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean		97.46	146.61
	Std. Deviation		7.924	9.263
Most Extreme Differences	Absolute		.134	.090
	Positive		.072	.090
	Negative		-.134	-.077
Kolmogorov-Smirnov Z			1.045	.703
Asymp. Sig. (2-tailed)			.225	.706

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan uji normalitas pada skala *husnudzon*, nilai KS-Z = 1,045 dengan taraf signifikansi 0,225 ( $p > 0,05$ ) menunjukkan bahwa sebaran data Husnudzon berdistribusi normal. Sedangkan uji coba skala penyesuaian diri diperoleh nilai KS-Z = 0,703 dengan taraf signifikansi 0,706 ( $p > 0,05$ ). Hasil ini juga menunjukkan bahwa sebaran data penyesuaian diri memiliki distribusi yang normal.

## 2) Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji linieritas dilakukan dengan bantuan program SPSS 17.0 for windows. Aturan yang digunakan

dalam menentukan apakah suatu distribusi linier atau tidak jika ( $p < 0,05$ ) sebenarnya linier, tetapi jika ( $p > 0,05$ ) distribusinya tidak linier. Hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 8: Hasil Uji Linieritas**

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
PenyesuaianDiri * Husnudzon	Between Groups	(Combined)	2510.162	23	109.137	1.531	.121
		Linearity	1059.706	1	1059.706	14.861	.000
		Deviation from Linearity	1450.456	22	65.930	.925	.568
	Within Groups		2638.395	37	71.308		
	Total		5148.557	60			

Berdasarkan uji linieritas pada distribusi skala *husnudzon* terhadap penyesuaian diri diperoleh ( $f_{linier}$ ) = 14,861 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara skala *husnudzon* dan penyesuaian diri dalam penelitian ini adalah linier.

#### **D. Pengujian Hipotesis Penelitian**

Pengajuan hipotesis penelitian bertujuan untuk membuktikan kebenaran hipotesis yang diajukan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment dengan bantuan program SPSS 17.0 for windows. Hasil pengujian hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 9: Hasil Uji Korelasi**

		Correlations	
		Husnudzon	PenyesuaianDiri
Husnudzon	Pearson Correlation	1	.442**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	61	61
PenyesuaianDiri	Pearson Correlation	.442**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	61	61

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan uji korelasi antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang diperoleh  $r_{xy} = 0,442$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Artinya, semakin tinggi sikap *husnudzon* mahasiswa maka akan semakin tinggi atau baik penyesuaian dirinya.

#### **E. Pembahasan Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil pengolahan data statistik pada variabel *husnudzon* dalam penelitian ini, 1 subjek dari 61 subjek atau 1,64% dengan skor interval 64 memiliki tingkat *husnudzon* sedang, 8 subjek dari 61 subjek atau 13,11% dengan skor interval 78 -91 memiliki tingkat *husnudzon* tinggi, dan 52 subjek dari 61 subjek atau 85,25% dengan interval skor 92-110 memiliki tingkat *husnudzon* sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *husnudzon* di kalangan mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang sangat tinggi.

Pada dasarnya banyak para ahli yang memberi definisi tentang *husnudzon*. Menurut Pinandito, *husnudzon* merupakan landasan dasar bagi manusia untuk aktif memikirkan segala peristiwa yang dialaminya. Dalam hal ini, Imam Ja'far Shadiq berkata: "Memiliki sikap yang baik terhadap Allah berarti bahwa kamu tidak perlu takut pada apa pun kecuali dosa yang telah kamu lakukan, dan kamu tidak mengharapkan sesuatu selain kepada-Nya."<sup>3</sup>

Dengan *husnudzon* akan mendatangkan sebuah sikap yakin bahwa setiap kebaikan dan kenikmatan yang diperoleh manusia diperoleh dari Allah SWT., sedangkan keburukan dan musibah yang datang menimpa manusia disebabkan oleh dosa dan perbuatan maksiatannya sendiri. Tidak ada yang bisa lari dari takdir dan ketetapan Tuhan. Tidak ada yang terjadi di alam semesta ini kecuali atas kehendak Allah, dan Allah melarang kekufuran kepada hamba-hamba-Nya. Allah SWT. menganugerahkan kepada setiap hambanya untuk merenung dan berikhtiar. Semua perbuatan yang dilakukan manusia terjadi atas pilihannya dan kelak akan diberi pertanggung jawaban di hadapan Allah SWT.<sup>4</sup>

Adapun hasil olahan data secara statistik pada variabel penyesuaian diri menunjukkan kategori subjek diperoleh 33 subjek dari 61 subjek atau 54,10 5% dengan interval skor nilai antara 130-147 memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi dan 28 subjek dari 61 subjek atau 45,90 % dengan interval skor nilai antara 148-169 memiliki tingkat penyesuaian diri yang sangat tinggi. Dengan demikian menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang tergolong tinggi.

Penyesuaian diri dapat dimaknai sebagai usaha penguasaan, maksudnya kemampuan untuk merencanakan mengorganisasikan respon

---

<sup>3</sup> Satrio Pinandito, *Husnudzon dan Sabar Kunci Sukses Meraih Kebahagiaan Hidup Kiat-Kiat Praktis Berpikir Positif Menyasati Persoalan Hidup*, (Jakarta : PT Elex Media Komputindo), 2011, hlm. 13

<sup>4</sup> Roli Abdul Rohman, *Menjaga Akidah dan Akhlak*, (Solo : PT Tiga Serangkai Pustaka mandiri), 2009, hlm. 88

dengan cara-cara tertentu, sehingga konflik, kesulitan, dan frustrasi tidak terjadi.<sup>5</sup>

Menurut Baum, perilaku penyesuaian diri dimulai dengan stres, yaitu suatu kondisi lingkungan yang mengancam atau membahayakan keberadaan atau kebahagiaan atau kenyamanan seseorang.<sup>6</sup>

Sedangkan menurut Scheiders, penyesuaian diri memiliki banyak arti, antara lain upaya untuk mengelola tekanan yang disebabkan oleh tuntutan dalam diri dan tuntutan lingkungan, serta upaya menyelaraskan hubungan pribadi dengan kenyataan. Dia mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses yang melibatkan respons mental dan perilaku manusia dalam upaya mengatasi impuls internal untuk mencapai kesesuaian antara kebutuhan internal dan eksternal. Hal ini menunjukkan bahwa penyesuaian merupakan suatu proses bukan suatu kondisi yang statis.<sup>7</sup>

Hasil yang diperoleh dari kedua variabel tersebut menunjukkan rentang skor yang tinggi. Sehingga diperoleh hubungan yang positif sesuai dengan hipotesis yang diajukan yaitu semakin tinggi sikap *husnudzon* maka semakin tinggi atau baik penyesuaian diri mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

Pada dasarnya, untuk mencapai keberhasilan dalam proses penyesuaian diri di tengah pandemi ini, diperlukan usaha yang optimal karena hal tersebut merupakan kunci dari setiap keberhasilan. Seperti halnya sikap *husnudzon* yang diajarkan dalam Islam. Penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* ini merupakan langkah awal yang harus dijalani bagi setiap mahasiswa. Penyesuaian diri dilakukan bukan hanya sebagai usaha untuk menguasai tekanan akibat pandemi *covid-19* saja, melainkan juga usaha untuk memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan.

---

<sup>5</sup> Muhammad Ali dan Muhammad Anshori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta : Bumi Aksara), 2004, hlm. 173

<sup>6</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung : Remaja Rosdakarya), 2009, hlm. 193

<sup>7</sup> M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jakarta : Ar- Ruzz Media), 2016, hlm. 51

Selama proses penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* ini, mahasiswa banyak mengalami kendala-kendala seperti sulit menerima materi pembelajaran, kurangnya interaksi dan komunikasi dengan teman kuliah, dan butuh proses dalam penyesuaian pada metode pembelajaran dan lingkungan yang baru. Hal ini mengakibatkan mahasiswa merasa kurang mengeksplorasi dirinya pada lingkungan perguruan tinggi karena disebabkan oleh pandemi *covid-19*, sering merasa cemas akan nilai yang akan didapatkan tidak sesuai dengan apa yang diinginkan, merasa tidak nyaman dengan kondisi yang ada, sehingga menjadikan mahasiswa menjadi pesimis bisa melewati masa-masa sulit seperti pandemi *covid-19* ini.

Dalam penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19*, tidak sedikit mahasiswa yang mengalami kendala dalam bidang akademik. Hal ini terjadi karena pembelajaran yang sebelumnya dilakukan secara tatap muka di dalam kelas, kini harus dilakukan secara daring. Ditambah lagi tanggung jawab terhadap tugas-tugas yang harus diselesaikan dengan baik dan tepat waktu, itu akan menjadi persoalan bagi mahasiswa yang memiliki kekurangan kemampuan dalam penyesuaian diri.

Dengan membiasakan bersikap *husnudzon*, maka banyak manfaat yang akan diperoleh, diantaranya merasakan ketenangan dan ketentraman dalam menjalankan pembelajaran daring selama pandemi *covid-19* berlangsung, disukai banyak teman, dan senantiasa diliputi kebahagiaan. Selain itu, *husnudzon* juga merupakan upaya untuk mencegah keputus-asaan dalam proses penyesuaian diri masa pandemi. *Husnudzon* berperan penting dalam mendorong setiap langkah untuk mencapai keberhasilan. Perasaan optimis dan keyakinan akan muncul dalam setiap langkah yang diambil untuk melewati masa sulit selama pandemi *covid-19*. Sehingga akan menimbulkan perasaan tenang dalam hati, perasaan tersebutlah yang nantinya akan mempermudah mahasiswa dalam menyesuaikan diri selama pandemi *covid-19* berlangsung.

Dengan demikian, hasil penelitian mengungkapkan bahwa hubungan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN

Walisongo Semarang memiliki hubungan positif yang sangat signifikan. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji hipotesis yang menunjukkan nilai signifikansi  $0,000 < 0,01$  yang berarti menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dari penelitian yang dilakukan diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil pengolahan data secara statistik pada variabel *husnudzon* dalam penelitian ini diperoleh 1 subjek dari 61 subjek atau 1,64 % dengan interval skor nilai 64 memiliki tingkat *husnudzon* yang sedang, 8 subjek dari 61 subjek atau 13,11 % dengan interval skor nilai antara 78-91 memiliki tingkat *husnudzon* yang tinggi, dan diperoleh 52 subjek dari 61 subjek atau 85,25 % dengan interval skor nilai 92-110 memiliki tingkat *husnudzon* yang sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *husnudzon* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang tergolong sangat tinggi.
2. Berdasarkan hasil olahan data secara statistik pada variabel penyesuaian diri menunjukkan kategori subjek diperoleh 33 subjek dari 61 subjek atau 54,10 5% dengan interval skor nilai antara 130-147 memiliki tingkat penyesuaian diri yang tinggi dan 28 subjek dari 61 subjek atau 45,90 % dengan interval skor nilai antara 148-169 memiliki tingkat penyesuaian diri yang sangat tinggi. Dengan demikian menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang tergolong tinggi.
3. Berdasarkan uji korelasi antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang diperoleh koefisien korelasi 0,442 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima yaitu ada hubungan yang signifikan antara *husnudzon* dengan penyesuaian diri di

tengah pandemi *covid-19* pada mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penelitian ini. Untuk itu, penulis menyampaikan saran kepada beberapa pihak yaitu:

### 1. Bagi Mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi

Mahasiswa Tasawuf & Psikoterapi diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan baik selama masa pandemi *covid-19* dengan didasari sikap *husnudzon*. Karena hal ini dapat membantu mahasiswa dalam menjalani perkuliahan di tengah pandemi *covid-19* dengan baik. Sehingga akan diperoleh ilmu yang berkah dan bermanfaat.

### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengkaji lebih lanjut mengenai variabel penyesuaian diri di tengah pandemi ini terutama faktor lain yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri. Serta bisa menggunakan metode penelitian yang berbeda, sehingga didapat hasil yang lebih bervariasi dan dapat digeneralisasikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Yatimin. 2007. *Studi Akhlak dalam Perspektif Al-Qur'an*. Jakarta : AMZAH
- Ali, Mohammad & Mohammad Asrori. 2006. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : Bumi Aksara
- Arifin, Zainal. 2014. *Tafsir Inspirasi*. Medan : Duta Azhar
- Azwar, Saifudin. 1995. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Bungin, Burhan. 2008. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : Kencana
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Djarajah, Zakiah. 1990. *Kesehatan Mental*. Jakarta : Haji Masagung
- Elfiky, Ibrahim. 2005. *Terapi Berpikir Positif*. Jakarta : Zaman
- F, Firman & Rahayu S.. "Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19". *IJES : Indonesian Journal of Educational Science*
- Fahmi, Musthofa. 1983. *Penyesuaian Diri Lapangan Implementasi dari Penyesuaian Diri*. Jakarta : N. V Bulan Bintang
- Fairuzzahra, Denan Alifia. Diandra Aryandari. Masyita Purwadi. 2018. "Hubungan antara Husnudzon dan Kecemasan pada Mahasiswa". *Jurnal Psikologi Islam*. vol 5
- Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi Perkembangan (perkembangan peserta didik)*. Bandung : Pustaka Setia
- Fauzi, Mohammad. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Semarang : Walisongo Pers
- Gerungan. 2004. *Psikologi Sosial*. Bandung : Refika Aditama

- Ghufron, M. Nur & Rini Risnawati S. 2016. *Teori-teori Psikologi*. Jakarta : Ar-Ruzz Media
- Gusniarti, Uly. Susilo Wibisono. dan Fani Eka Nurtjahjo. “Validasi *Islamic Positive Thinking Scale (Ipts)* Berbasis Kriteria Eksternal
- Huda, Nur. 2016. “Konsep Percaya Diri dalam Al-Qur’an Sebagai Upaya Pembentukan Karakter Bangsa”. *Jurnal Inovatif*. Vol. 2
- Irmades Aurel, Mieke. Ayu Annisa. Dimas Agiel Fachriandi. Nurul Aiyuda. Auliya Syaf. “Pengalaman Belajar terhadap Durasi Penyesuaian Diri dalam Pembelajaran Daring (Studi Deskriptif Pada Mahasiswa)”. *Proceeding of Inter-Islamic Univesity Convergence on Psychology Articles*.vol. 1. No. 1
- Maulidya, Ita. 2021. “Hubungan Antara Kematangan Emosi dan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang Selama Pembelajaran Daring”. *Skripsi*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang
- Mieke dkk.. “Pengalaman Belajar terhadap Durasi Penyesuaian Diri dalam Pembelajaran Daring (Studi Deskriptif pada Mahasiswa). vol 1 No 1 : *Proceeding of Inter-Islamic Univesity Convergence on Psychology Articles*
- Nasution, Sangkot. “Rasa Percaya Diri dalam Perspektif Pendidikan Islam”. *Jurnal*
- Pinandito, Satrio. 2011. *Husnuzan dan Sabar kunci Sukses Meraih Kebahagiaan Hidup Kiat-kiat Praktis Berpikir Positif Menyasati Persoalan Hidup*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo
- Puteri, Resha Karina. 2018. “Hubungan antara *Hunudzon* dan Resiliensi pada Penyintas Bencana Longsor”, *Skripsi*. Yogyakarta. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta

- Rahardjo, Qomariyah, Mulyani, dan Andriani. 2020. "Social Media Fatigue pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19: Peran Neurotisme, Kelebihan Informasi, Invasion of Life, Kecemasan, dan Jenis Kelamin"
- Rochmah, Siti Ainur. 2019. "Pengaruh Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Husnudzon* terhadap Peningkatan Self Esteem pada Siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo" *Skripsi*. Surabaya. UIN Sunan Ampel Surabaya
- Rohman, Roli Abdul. 2009. *Menjaga Akidah dan Akhlak*. Solo : PT. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri
- Rovika, Herni. 2021. "Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri dalam Menjalankan Metode Pembelajaran Daring/Online di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Baru UIN Ar-Raniry Banda Aceh Asal Simeulue". *Skripsi*. Banda Aceh. UIN Ar-Raniry Banda Aceh
- Rusydi, A.. 2012. "Husn Al-Zhann : Konsep Beripikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya bagi Kesehatan Mental". *Disertasi*. Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
- Sadikin, Ali dan Hamidah. 2020. "Pembelajaran Daring di Tengah Wabah *Covid-19*". *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*
- Sari, Prima Purnama. 2016. *Mudahnya Terapi Berpikir Positif*. Yogyakarta : Psikopedia
- Sarwono, Jonathan. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Shodiq dan Ihwan. 2004. *Aqidah Akhlak Madrasah Tsanawiyah Kelas 8*. Sragen : Akik Pustaka
- Siswanto. 2007. *Kesehatan Mental, Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. Yogyakarta : CV Andi OFFSET
- Soewadji, Jusuf. 2012. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Jakarta : Mitra Wacana Media

- Sugiono. 2009. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif & R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. 2014. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Syarifah, Siti Nurus. 2013. “Gambaran Tingkat Kecemasan yang Mahasiswa Keperawatan saat Menghadapi Ujian Skill Lab di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta”. *Skripsi*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta
- Wllis, Sofyan. 2005. *Remaja dan Masalahnya*. Bandung : Alfabeta
- Wisudaningtyas, Adhistry. 2012. “Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Skripsi Ditinjau dari Self Efficacy pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang”. *Jurnal Lembaran Ilmu Pendidikan*. Vol. 41
- Y, Fitriyani. Fauzi I. dan Sari M.. 2020. “Motivasi Belajar Mahasiswa pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi *Covid-19*”. *Jurnal Kependidikan*
- Yucel, S.. 2014. The nation of “Husnu’I Zann” or positive thinking in Islam: Medieval perspective, *International Journal of Humanities and Social Science*
- <http://fuhum.walisongo.ac.id/about/sejarah-fakultas-ushuluddin/>. Diakses pada tanggal 13 Oktober 2021. pukul 08 : 30 WIB

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

### Lampiran 1 : Uji coba Skala *Husnudzon* dan Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19*

#### A. PETUNJUK PENGISIAN

1. Tulislah terlebih dahulu identitas anda
2. Berilah tanda (v) pada jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda saat ini sesuai dengan pilihan jawaban yang diberikan.

#### B. KETERANGAN

SS : Sangat Sesuai

TS : Tidak Sesuai

S : Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

#### C. IDENTITAS

Nama :

Jurusan :

Angkatan :

#### SKALA *HUSNUDZON*

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya pasti bisa menyelesaikan tugas-tugas kuliah saya tepat waktu				
2.	Kemanapun saya pergi, saya percaya bahwa Allah selalu melindungi saya				
3.	Saya merasa bahagia atas pemberian Allah				
4.	Saya merasa bahwa Allah akan mengampuni dosa-dosa saya				
5.	Saya merasa kegagalan yang saya alami bukan karena orang lain				
6.	Daripada membencinya saya lebih memilih				

	melupakan kesalahan yang pernah dibuat teman saya kepada saya				
7.	Saya ikut senang ketika teman saya mendapat nilai lebih tinggi daripada saya				
8.	Saya merasa pesimis bisa menyelesaikan tugas-tugas saya				
9.	Saya merasa Allah mengabaikan saya ketika saya sedang menghadapi masalah yang berat				
10.	Saya merasa Allah benci kepada saya				
11.	Saya merasa dosa-dosa saya tidak akan pernah diampuni oleh Allah karena terlalu banyak				
12.	Saya merasa kegagalan yang saya alami karena orang lain				
13.	Saya benci dengan mereka yang pernah menyakiti saya				
14.	Saya tidak suka ketika nilai teman saya melebihi saya				
15.	Ada Allah yang selalu membantu saya ketika mengalami kesulitan				
16.	Saya rela ketika harus kehilangan sesuatu yang saya cintai				
17.	Saya yakin bahwa Allah selalu mengabulkan doa-doa saya selama itu baik untuk saya				
18.	Saya merasa bahwa Allah menerima taubat saya				
19.	Berkat bantuan teman, saya bisa menyelesaikan tugas tepat waktu				
20.	Saya memaafkan mereka yang pernah menyakiti saya				
21.	Saya ikut bersedih ketika ada teman yang mendapat nilai jelek				
22.	Saya merasa semakin jauh dengan Allah				

23.	Saya benar-benar takut ketika harus kehilangan sesuatu yang saya cintai				
24.	Saya merasa Allah tidak pernah mengabulkan setiap doa-doa saya				
25.	Saya merasa permintaan taubat saya tidak pernah diterima oleh Allah				
26.	Saya tidak bisa menyelesaikan tugas tepat waktu, karena teman saya selalu mengajak saya bermain				
27.	Saya tidak bisa memaafkan mereka yang sudah menyakiti saya				
28.	Saya senang apabila ada teman saya yang nilainya jelek				
29.	Saya percaya bahwa Allah akan memberikan jalan yang terbaik untuk saya				
30.	Saya percaya apa yang terjadi saat ini adalah atas kehendak Allah				
31.	Saya percaya bahwa Allah menyayangi hamba-hambanya				
32.	Saya percaya bahwa rahmat dan ampunan Allah sangatlah luas				
33.	Saya mendapat nilai bagus karena saya sering belajar bersama				
34.	Saya tidak pernah punya niatan untuk membalas orang yang pernah menyakiti saya				
35.	Saya bahagia jika teman saya lulus kuliah dengan cepat				
36.	Saya tidak percaya dengan jalan yang diberikan Allah kepada saya				
37.	Saya merasa putus asa ketika terjebak pada suatu masalah yang berat				
38.	Saya merasa Allah tidak pernah memperdulikan				

	saya				
39.	Dengan dosa sebanyak ini, saya merasa nanti akan masuk neraka				
40.	Nilai saya jelek itu karena ulah dari teman saya				
41.	Saya punya niatan untuk membalas perbuatan mereka yang sudah menyakiti saya suatu saat nanti				
42.	saya tidak ingin teman saya lulus kuliah terlebih dahulu sebelum saya				

### **SKALA PENYESUAIAN DIRI DI TENGAH PANDEMI *COVID-19***

<b>No</b>	<b>PERNYATAAN</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
1.	saya senang dengan suasana baru seperti pandemi ini				
2.	saya tetap bisa berdiskusi dengan teman saya di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini				
3.	saya pasti bisa menjalani kuliah di tengah pandemi ini				
4.	saya bersyukur masih diberi kesehatan di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini				
5.	meskipun harus belajar secara daring, saya dapat mempelajari mata kuliah dengan baik				
6.	saya dapat mengetahui ketika teman saya sedang mengalami masalah				
7.	di tengah pandemi ini, saya bisa mengatur waktu kapan saatnya belajar dan bermain				
8.	saya berusaha mempelajari materi-materi perkuliahan yang belum tersampaikan saat pembelajaran daring				
9.	saya suka mengikuti kegiatan sosial baik di rumah maupun di kampus				

10.	saya tidak merasa keberatan ketika diberikan tugas kelompok				
11.	saya selalu mendengarkan teman yang sedang presentasi meskipun itu melalui <i>google meet</i> ataupun <i>zoom video</i>				
12.	saya sering meluangkan waktu untuk melakukan panggilan grup bersama teman-teman				
13.	saya terbiasa menaati peraturan, baik yang dibuat di rumah maupun di kampus				
14.	setiap perilaku yang saya lakukan pasti ada konsekuensinya				
15.	saya sudah memiliki rencana ke depan setelah saya lulus harus kemana				
16.	saya dapat mengatasi masalah yang saya alami dalam perkuliahan daring ini				
17.	saya kurang nyaman dengan pembelajaran daring ini				
18.	saya merasa kurang optimal melakukan diskusi tanpa tatap muka				
19.	saya merasa putus asa jika harus kuliah daring terus menerus selama pandemi <i> covid-19 </i> ini				
20.	saya merasa kurang percaya diri dengan kemampuan yang saya miliki				
21.	dengan pembelajaran daring saya merasa tidak bisa mempelajari mata kuliah saya dengan baik				
22.	saya merasa cuek dengan permasalahan yang dihadapi teman saya				
23.	pandemi <i> covid-19 </i> membuat waktu belajar saya menjadi berantakan				
24.	saya merasa tidak bisa mengenal lingkungan perkuliahan yang baru karena pandemi <i> covid-19 </i> ini				

25.	pandemi <i>covid-19</i> membuat saya takut untuk mengikuti kegiatan sosial				
26.	menurut saya tugas kelompok yang diberikan selama kuliah daring ini hanya merepotkan saja				
27.	saya tidak terlalu serius saat mendengarkan teman saya yang sedang presentasi				
28.	saya merasa tidak memiliki teman dekat				
29.	terkadang saya suka melanggar peraturan yang dibuat baik di rumah maupun di kampus				
30.	saya sering menunda-nunda dalam mengerjakan tugas kuliah saya				
31.	selama pandemi ini saya tidak memiliki rencana apapun mengenai masa depan saya dalam perkuliahan				
32.	saya merasa selalu butuh orang lain untuk mengatasi masalah yang saya alami selama perkuliahan daring ini				
33.	saya merasa bahagia bisa berkuliah secara daring				
34.	saya mempunyai teman yang saling mendukung satu sama lain				
35.	tidak ada alasan bagi saya untuk bersedih di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini				
36.	dengan kesehatan yang saya punya, saya pasti bisa menyelesaikan tugas-tugas kuliah				
37.	saya yakin bisa mengendalikan tujuan hidup saya di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini				
38.	saya tahu bahwa teman saya juga mengalami masalah yang sama saat pembelajaran daring ini				
39.	saya mampu membedakan kebutuhan selama pandemi <i>covid-19</i> ini				
40.	saya tidak menutup diri untuk lebih mengenal teman-teman saya				

41.	meskipun pandemi saya tetap ikut berpartisipasi dalam kegiatan amal				
42.	di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini, saya senang berdiskusi dengan teman saya melalui sosial media karena dapat menambah wawasan dan pengetahuan saya				
43.	saya selalu menghormati orang lain ketika ia sedang berbicara				
44.	meskipun jarang bertemu, saya dan teman-teman masih sering menjaga komunikasi satu sama lain				
45.	menurut saya kebijakan yang dibuat di masa pandemi ini, itu akan mampu membantu saya dalam mencapai keberhasilan				
46.	saya tetap mengikuti perkuliahan daring ini dengan baik agar saya paham				
47.	saya akan tetap berusaha mewujudkan apa yang saya rencanakan di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini				
48.	saya lebih suka mengerjakan tugas kuliah saya dengan kemampuan yang saya miliki daripada harus mencontoh pekerjaan mahasiswa lain				
49.	dengan suana pandemi seperti saat ini, rasanya saya ingin berhenti kuliah				
50.	saat kuliah daring saya merasa seperti tidak memiliki teman				
51.	saya sedih apabila tak kunjung ada kejelasan untuk kuliah tatap muka selama pandemi <i>covid-19</i> ini				
52.	saya merasa teman-teman saya dapat mengikuti kuliah daring ini dengan baik kecuali saya				
53.	pandemi <i>covid-19</i> membuat rencana awal kuliah saya menjadi berantakan				
54.	saya tidak peduli apakah teman saya bisa mengikuti ataupun tidak selama kuliah daring ini				

55.	saat pandemi seperti saya tidak bisa mengambil keputusan antara harus mengikuti kuliah daring atau bekerja				
56.	saya lebih suka menutup diri saat pandemi ini				
57.	selama pandemi ini, saya tidak pernah mengikuti kegiatan sosial apapun				
58.	pembelajaran daring membuat diskusi kelompok menjadi sulit				
59.	saya suka memotong pembicaraan orang lain				
60.	pandemi membuat hubungan saya dengan teman-teman terasa semakin jauh				
61.	kebijakan yang dibuat selama kuliah daring ini membuat saya merasa sulit mencapai keberhasilan				
62.	saya malas mengikuti perkuliahan daring				
63.	pandemi <i>covid-19</i> membuat saya malas mewujudkan apa yang sudah saya rencanakan				
64.	saya lebih suka mencontoh tugas kuliah teman saya daripada harus mengerjakannya sendiri				

**Lampiran 2 : Tabulasi Data Uji Coba Skala**

**Tabulasi Data Uji Coba Skala *Husnudzon***

Re sp	jawaban responden																												Tota l																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240	241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252	253	254	255	256	257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270	271	272	273	274	275	276	277	278	279	280	281	282	283	284	285	286	287	288	289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320	321	322	323	324	325	326	327	328	329	330	331	332	333	334	335	336	337	338	339	340	341	342	343	344	345	346	347	348	349	350	351	352	353	354	355	356	357	358	359	360	361	362	363	364	365	366	367	368	369	370	371	372	373	374	375	376	377	378	379	380	381	382	383	384	385	386	387	388	389	390	391	392	393	394	395	396	397	398	399	400	401	402	403	404	405	406	407	408	409	410	411	412	413	414	415	416	417	418	419	420	421	422	423	424	425	426	427	428	429	430	431	432	433	434	435	436	437	438	439	440	441	442	443	444	445	446	447	448	449	450	451	452	453	454	455	456	457	458	459	460	461	462	463	464	465	466	467	468	469	470	471	472	473	474	475	476	477	478	479	480	481	482	483	484	485	486	487	488	489	490	491	492	493	494	495	496	497	498	499	500	501	502	503	504	505	506	507	508	509	510	511	512	513	514	515	516	517	518	519	520	521	522	523	524	525	526	527	528	529	530	531	532	533	534	535	536	537	538	539	540	541	542	543	544	545	546	547	548	549	550	551	552	553	554	555	556	557	558	559	560	561	562	563	564	565	566	567	568	569	570	571	572	573	574	575	576	577	578	579	580	581	582	583	584	585	586	587	588	589	590	591	592	593	594	595	596	597	598	599	600	601	602	603	604	605	606	607	608	609	610	611	612	613	614	615	616	617	618	619	620	621	622	623	624	625	626	627	628	629	630	631	632	633	634	635	636	637	638	639	640	641	642	643	644	645	646	647	648	649	650	651	652	653	654	655	656	657	658	659	660	661	662	663	664	665	666	667	668	669	670	671	672	673	674	675	676	677	678	679	680	681	682	683	684	685	686	687	688	689	690	691	692	693	694	695	696	697	698	699	700	701	702	703	704	705	706	707	708	709	710	711	712	713	714	715	716	717	718	719	720	721	722	723	724	725	726	727	728	729	730	731	732	733	734	735	736	737	738	739	740	741	742	743	744	745	746	747	748	749	750	751	752	753	754	755	756	757	758	759	760	761	762	763	764	765	766	767	768	769	770	771	772	773	774	775	776	777	778	779	780	781	782	783	784	785	786	787	788	789	790	791	792	793	794	795	796	797	798	799	800	801	802	803	804	805	806	807	808	809	810	811	812	813	814	815	816	817	818	819	820	821	822	823	824	825	826	827	828	829	830	831	832	833	834	835	836	837	838	839	840	841	842	843	844	845	846	847	848	849	850	851	852	853	854	855	856	857	858	859	860	861	862	863	864	865	866	867	868	869	870	871	872	873	874	875	876	877	878	879	880	881	882	883	884	885	886	887	888	889	890	891	892	893	894	895	896	897	898	899	900	901	902	903	904	905	906	907	908	909	910	911	912	913	914	915	916	917	918	919	920	921	922	923	924	925	926	927	928	929	930	931	932	933	934	935	936	937	938	939	940	941	942	943	944	945	946	947	948	949	950	951	952	953	954	955	956	957	958	959	960	961	962	963	964	965	966	967	968	969	970	971	972	973	974	975	976	977	978	979	980	981	982	983	984	985	986	987	988	989	990	991	992	993	994	995	996	997	998	999	1000	1001	1002	1003	1004	1005	1006	1007	1008	1009	1010	1011	1012	1013	1014	1015	1016	1017	1018	1019	1020	1021	1022	1023	1024	1025	1026	1027	1028	1029	1030	1031	1032	1033	1034	1035	1036	1037	1038	1039	1040	1041	1042	1043	1044	1045	1046	1047	1048	1049	1050	1051	1052	1053	1054	1055	1056	1057	1058	1059	1060	1061	1062	1063	1064	1065	1066	1067	1068	1069	1070	1071	1072	1073	1074	1075	1076	1077	1078	1079	1080	1081	1082	1083	1084	1085	1086	1087	1088	1089	1090	1091	1092	1093	1094	1095	1096	1097	1098	1099	1100	1101	1102	1103	1104	1105	1106	1107	1108	1109	1110	1111	1112	1113	1114	1115	1116	1117	1118	1119	1120	1121	1122	1123	1124	1125	1126	1127	1128	1129	1130	1131	1132	1133	1134	1135	1136	1137	1138	1139	1140	1141	1142	1143	1144	1145	1146	1147	1148	1149	1150	1151	1152	1153	1154	1155	1156	1157	1158	1159	1160	1161	1162	1163	1164	1165	1166	1167	1168	1169	1170	1171	1172	1173	1174	1175	1176	1177	1178	1179	1180	1181	1182	1183	1184	1185	1186	1187	1188	1189	1190	1191	1192	1193	1194	1195	1196	1197	1198	1199	1200	1201	1202	1203	1204	1205	1206	1207	1208	1209	1210	1211	1212	1213	1214	1215	1216	1217	1218	1219	1220	1221	1222	1223	1224	1225	1226	1227	1228	1229	1230	1231	1232	1233	1234	1235	1236	1237	1238	1239	1240	1241	1242	1243	1244	1245	1246	1247	1248	1249	1250	1251	1252	1253	1254	1255	1256	1257	1258	1259	1260	1261	1262	1263	1264	1265	1266	1267	1268	1269	1270	1271	1272	1273	1274	1275	1276	1277	1278	1279	1280	1281	1282	1283	1284	1285	1286	1287	1288	1289	1290	1291	1292	1293	1294	1295	1296	1297	1298	1299	1300	1301	1302	1303	1304	1305	1306	1307	1308	1309	1310	1311	1312	1313	1314	1315	1316	1317	1318	1319	1320	1321	1322	1323	1324	1325	1326	1327	1328	1329	1330	1331	1332	1333	1334	1335	1336	1337	1338	1339	1340	1341	1342	1343	1344	1345	1346	1347	1348	1349	1350	1351	1352	1353	1354	1355	1356	1357	1358	1359	1360	1361	1362	1363	1364	1365	1366	1367	1368	1369	1370	1371	1372	1373	1374	1375	1376	1377	1378	1379	1380	1381	1382	1383	1384	1385	1386	1387	1388	1389	1390	1391	1392	1393	1394	1395	1396	1397	1398	1399	1400	1401	1402	1403	1404	1405	1406	1407	1408	1409	1410	1411	1412	1413	1414	1415	1416	1417	1418	1419	1420	1421	1422	1423	1424	1425	1426	1427	1428	1429	1430	1431	1432	1433	1434	1435	1436	1437	1438	1439	1440	1441	1442	1443	1444	1445	1446	1447	1448	1449	1450	1451	1452	1453	1454	1455	1456	1457	1458	1459	1460	1461	1462	1463	1464	1465	1466	1467	1468	1469	1470	1471	1472	1473	1474	1475

19	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	2	2	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	1	1	3	2	4	3	3	2	122		
20	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	133
21	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	128	
22	2	3	3	4	4	4	3	2	3	3	4	1	3	2	4	3	3	4	3	1	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	1	3	126		
23	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	146		
24	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	126		
25	4	3	4	3	4	4	3	2	2	3	4	3	3	4	4	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	2	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	2	4	2	1	2	127		
26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	123		
27	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	2	4	2	2	3	117
28	4	3	3	4	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	3	2	4	3	3	3	136		
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	124	
30	4	4	3	4	4	3	2	3	2	4	4	4	2	4	4	2	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	4	1	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	132		
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	122		
32	4	4	2	4	4	4	4	3	2	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	2	2	3	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3	4	2	2	4	2	2	3	138			
33	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	125		
34	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	2	3	3	2	3	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	2	4	2	2	2	137	
35	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	2	3	1	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	4	4	2	3	2	2	4	2	3	3	131		
36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	123	
37	2	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	118	
38	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	114		
39	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	2	3	3	1	2	1	2	4	3	3	2	4	3	2	2	1	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	1	3	3	116		
40	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	130		
41	3	3	3	4	3	4	4	2	1	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	1	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	1	4	135
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	127	
43	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	128			

44	3	4	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	1	3	119			
45	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	3	119			
46	3	3	4	3	1	2	3	1	1	1	1	2	4	1	4	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	2	1	2	102				
47	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	123			
48	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	117				
49	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	4	4	3	1	2	4	4	3	2	3	136			
50	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	125			
51	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	2	2	1	2	120		
52	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	154	
53	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	2	3	4	4	2	4	4	3	4	2	4	1	4	1	3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	2	4	1	136		
54	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	1	3	131		
55	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4	3	3	2	1	4	3	2	2	127
56	2	4	4	4	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	2	3	124		
57	4	3	4	3	4	4	1	3	4	4	1	2	3	4	3	3	4	4	2	4	2	4	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	2	1	135
58	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	1	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	132	
59	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	2	4	4	4	3	4	4	2	3	2	4	3	4	3	3	2	2	3	3	4	4	4	1	4	4	3	4	4	4	1	1	136		
60	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	2	2	2	139		
61	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	156	

**Tabulasi Data Uji Coba Skala Penyesuaian Diri**

Re sp	jawaban responden																																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
1	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3
3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3
4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	1	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	
6	4	3	4	3	4	4	3	4	1	3	4	3	4	3	4	3	3	4	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	
7	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	
8	3	4	3	4	4	4	1	2	4	2	4	3	4	4	4	3	4	3	2	2	3	4	2	1	2	2	1	3	2	4	3	2	
9	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3
10	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	
11	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
12	3	2	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	
13	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	2	
14	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	1	2	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	
15	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	1	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	
16	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	
17	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	4	4	
18	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	
19	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3	4	3	3	2	2	3	4	3	2	3	4	3	3	3	
20	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	4	4	3	
21	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	4	3	

22	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	1	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	4	4	4	
23	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	
24	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	
25	4	3	4	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
26	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
27	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	2	4	4	2	3	4	3	2	3	3	4	4	4	2	4	4	2	
28	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	
29	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	
30	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	4	1	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	
31	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	1	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	
32	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
33	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	1	2	3	2	2	3	4	4	3	1	4	4	4	3	
34	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	
35	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	
36	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
37	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	
38	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	2	3	4	4	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	
39	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	
40	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	1	4	3	3	3	3	1	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	4	3	3	
41	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	
42	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	3	1	2	3	2	2	4	4	4	4	2	4	4	3	3	
43	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
44	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	2	3	2	4	4	2	2	3	4	4	4	
45	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	1	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	
46	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	

47	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4
48	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
49	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	1	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	
50	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	3	4	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	
51	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	1	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	
52	3	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	
53	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	3	2	2	4	4	3	4	4	4	3	2	
54	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
55	4	4	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	
56	3	3	3	3	2	4	3	3	2	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	
57	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	4	3	
58	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
59	4	4	4	4	1	3	4	3	3	3	3	1	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	
60	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	
61	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	

jawaban responden																											Total					
3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	
3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	193	
2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	4	3	4	2	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	214
4	4	2	4	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	3	4	3	2	3	4	2	4	3	3	4	3	191
3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	206
4	3	2	3	3	3	4	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	198
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	214

3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	181	
1	4	2	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	3	1	3	2	2	3	199	
4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	3	3	4	2	3	244		
4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	230		
3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	1	1	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	210	
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	202	
3	3	2	3	1	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	1	2	3	3	2	3	3	4	2	2	2	4	4	3	193	
3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	1	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	229	
3	3	4	4	3	3	3	3	1	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	1	3	225	
4	4	3	4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	1	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	229	
4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	250	
4	4	2	4	4	3	4	2	3	4	3	4	4	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	234	
3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	224	
4	4	2	4	2	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	3	4	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	229	
4	4	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	235	
4	4	2	3	2	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	1	3	4	3	4	2	4	4	3	3	3	4	3	3	228	
4	4	2	3	2	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	1	3	4	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	230	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	222
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	222
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	2	220
3	4	2	4	4	1	3	2	1	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	2	4	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	2	239
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	235
4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	2	259	
4	3	3	4	4	4	3	3	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	1	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	247	
4	1	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	1	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	255	

3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	226			
4	3	2	3	1	4	1	2	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	1	2	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	2	4	236	
3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	247	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	246	
3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	254	
4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	245	
4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	245	
4	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	264	
3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	1	4	4	4	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	237	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	236	
4	4	3	4	2	4	3	2	2	4	4	4	4	4	3	2	3	3	1	3	4	4	4	2	3	4	2	4	3	4	3	2	251	
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	234
4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	260	
3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	222	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	242	
4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	279	
3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	234	
4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	252	
3	4	2	4	3	4	3	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	4	251	
3	2	2	2	2	3	2	3	1	2	3	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	219	
4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	4	3	274
4	4	2	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	257	
3	4	2	3	2	2	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	231	
3	3	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	3	253	
3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	239	

3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	4	3	2	4	2	4	4	3	4	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	258
4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	4	3	2	3	250
4	3	4	4	3	2	4	2	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2	279
4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	267
4	4	2	2	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	4	282

### Lampiran 3 : Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument

#### Uji Validitas Skala *Husnudzon*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	122.54	119.819	.150	.869
x2	122.56	120.284	.144	.868
x3	122.67	117.191	.340	.865
x4	122.57	114.682	.534	.862
x5	122.69	113.751	.534	.861
x6	122.62	113.872	.589	.860
x7	122.62	118.972	.224	.867
x8	123.23	117.213	.328	.865
x9	123.00	116.967	.278	.867
x10	122.62	113.105	.574	.860
x11	122.75	118.455	.161	.870
x12	123.08	119.610	.158	.869
x13	123.05	119.981	.136	.869
x14	122.77	108.746	.734	.855
x15	122.82	114.350	.463	.862
x16	122.98	116.716	.318	.866
x17	122.87	116.883	.401	.864
x18	122.51	115.421	.508	.862
x19	123.11	116.503	.402	.864
x20	122.97	116.066	.412	.864
x21	122.92	121.377	.064	.869
x22	123.15	113.928	.454	.863
x23	123.13	119.116	.244	.867
x24	122.77	114.713	.654	.860
x25	122.93	117.862	.281	.866
x26	122.85	118.161	.350	.865
x27	122.67	117.957	.414	.864

x28	122.69	118.585	.243	.867
x29	122.54	118.986	.199	.868
x30	122.85	115.428	.441	.863
x31	122.75	115.689	.519	.862
x32	122.62	115.672	.530	.862
x33	122.49	115.621	.546	.862
x34	122.61	114.809	.410	.864
x35	123.10	117.090	.381	.864
x36	123.03	115.366	.366	.865
x37	123.30	116.745	.356	.865
x38	122.98	119.083	.169	.869
x39	122.64	114.701	.489	.862
x40	123.25	119.789	.132	.869
x41	123.59	120.446	.082	.871
x42	123.03	123.432	-.106	.873

### Uji Validitas Skala Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	200.89	218.070	.246	.900
y2	200.92	218.777	.193	.901
y3	200.89	215.170	.422	.899
y4	200.87	217.249	.295	.900
y5	201.02	213.483	.448	.899
y6	200.70	221.345	.059	.902
y7	201.25	216.022	.407	.899
y8	200.87	215.183	.399	.899
y9	201.00	216.133	.293	.900
y10	201.08	218.077	.291	.900
y11	200.85	215.228	.396	.899
y12	201.56	220.984	.043	.903

y13	201.11	216.770	.291	.900
y14	200.92	215.777	.411	.899
y15	200.85	213.461	.476	.898
y16	201.25	218.489	.228	.901
y17	201.10	212.590	.572	.898
y18	201.02	213.716	.533	.898
y19	201.95	221.514	-.003	.906
y20	201.39	218.876	.173	.901
y21	201.16	217.539	.312	.900
y22	201.74	218.030	.206	.901
y23	201.57	222.149	.001	.903
y24	201.26	216.763	.306	.900
y25	201.13	212.316	.522	.898
y26	201.13	216.016	.462	.899
y27	201.28	214.304	.435	.899
y28	201.43	218.082	.189	.901
y29	201.25	212.089	.518	.898
y30	201.00	217.800	.219	.901
y31	201.02	214.616	.476	.899
y32	201.18	213.150	.550	.898
y33	200.95	212.081	.560	.898
y34	201.02	215.416	.346	.900
y35	201.64	217.534	.270	.900
y36	201.02	211.116	.630	.897
y37	201.59	212.979	.416	.899
y38	201.33	214.657	.342	.900
y39	201.18	211.017	.525	.898
y40	201.43	220.249	.106	.902
y41	201.49	216.287	.235	.901
y42	200.90	214.090	.519	.898
y43	200.89	216.170	.325	.900
y44	200.97	213.499	.568	.898
y45	200.69	214.518	.520	.898
y46	200.82	215.484	.429	.899
y47	201.08	213.810	.467	.898

y48	201.56	218.351	.193	.901
y49	200.92	213.277	.574	.898
y50	200.90	213.223	.432	.899
y51	201.92	220.577	.024	.906
y52	201.36	216.501	.316	.900
y53	201.33	218.057	.257	.900
y54	200.97	209.066	.704	.896
y55	201.08	213.010	.570	.898
y56	201.44	219.584	.148	.901
y57	201.05	213.781	.578	.898
y58	200.80	213.094	.477	.898
y59	201.41	219.546	.149	.901
y60	201.39	213.876	.467	.898
y61	201.28	214.804	.407	.899
y62	200.89	212.970	.504	.898
y63	201.33	219.091	.139	.902
y64	201.49	222.721	-.032	.903

### Reliabilitas Skala *Husnudzon*

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	61	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	61	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.868	42

## Reliabilitas Skala Penyesuaian Diridi Tengah Pandemi *Covid-19*

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	61	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	61	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.901	64

**Lampiran 4: Skala Penelitian *Husnudzon* dan Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19***

**A. PETUNJUK PENGISIAN**

3. Tulislah terlebih dahulu identitas anda
4. Berilah tanda (v) pada jawaban yang sesuai dengan keadaan diri anda saat ini sesuai dengan pilihan jawaban yang diberikan.

**B. KETERANGAN**

SS : Sangat Sesuai

TS : Tidak Sesuai

S : Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

**C. IDENTITAS**

Nama :

Jurusan :

Angkatan :

**SKALA *HUSNUDZON***

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	saya merasa bahagia atas pemberian Allah				
2.	saya merasa bahwa Allah akan mengampuni dosa-dosa saya				
3.	saya merasa kegagalan yang saya alami bukan karena orang lain				
4.	daripada membencinya saya lebih memilih melupakan kesalahan yang pernah dibuat teman saya kepada saya				
5.	saya merasa pesimis bisa menyelesaikan tugas-tugas saya				
6.	saya merasa Allah mengabaikan saya ketika saya sedang menghadapi masalah yang berat				

7.	saya merasa Allah benci kepada saya				
8.	saya tidak suka ketika nilai teman saya melebihi saya				
9.	ada Allah yang selalu membantu saya ketika mengalami kesulitan				
10.	saya rela ketika harus kehilangan sesuatu yang saya cintai				
11.	saya yakin bahwa Allah selalu mengabulkan doa-doa saya selama itu baik untuk saya				
12.	saya merasa bahwa Allah menerima taubat saya				
13.	berkat bantuan teman, saya bisa menyelesaikan tugas tepat waktu				
14.	saya memaafkan mereka yang pernah menyakiti saya				
15.	saya merasa semakin jauh dengan Allah				
16.	saya merasa Allah tidak pernah mengabulkan setiap doa-doa saya				
17.	saya merasa permintaan taubat saya tidak pernah diterima oleh Allah				
18.	saya tidak bisa menyelesaikan tugas tepat waktu, karena teman saya selalu mengajak saya bermain				
19.	saya tidak bisa memaafkan mereka yang sudah menyakiti saya				
20.	saya percaya apa yang terjadi saat ini adalah atas kehendak Allah				
21.	saya percaya bahwa Allah menyayangi hamba-hambanya				
22.	saya percaya bahwa rahmat dan ampunan Allah sangatlah luas				
23.	saya mendapat nilai bagus karena saya sering belajar bersama				

24.	saya tidak pernah punya niatan untuk membalas orang yang pernah menyakiti saya				
25.	saya bahagia jika teman saya lulus kuliah dengan cepat				
26.	saya tidak percaya dengan jalan yang diberikan Allah kepada saya				
27.	saya merasa putus asa ketika terjebak pada suatu masalah yang berat				
28.	dengan dosa sebanyak ini, saya merasa nanti akan masuk neraka				

#### SKALA PENYESUAIAN DIRIDI TENGAH PANDEMI COVID-19

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	saya pasti bisa menjalani kuliah di tengah pandemi ini				
2.	saya bersyukur masih diberi kesehatan di tengah pandemi covid-19 ini				
3.	meskipun harus belajar secara daring, saya dapat mempelajari mata kuliah dengan baik				
4.	di tengah pandemi ini, saya bisa mengatur waktu kapan saatnya belajar dan bermain				
5.	saya berusaha mempelajari materi-materi perkuliahan yang belum tersampaikan saat pembelajaran daring				
6.	saya suka mengikuti kegiatan sosial baik di rumah maupun di kampus				
7.	saya tidak merasa keberatan ketika diberikan tugas kelompok				
8.	saya selalu mendengarkan teman yang sedang presentasi meskipun itu melalui <i>google meet</i> ataupun <i>zoom video</i>				

9.	saya terbiasa menaati peraturan, baik yang dibuat di rumah maupun di kampus				
10.	setiap perilaku yang saya lakukan pasti ada konsekuensinya				
11.	saya sudah memiliki rencana ke depan setelah saya lulus harus kemana				
12.	saya kurang nyaman dengan pembelajaran daring ini				
13.	saya merasa kurang optimal melakukan diskusi tanpa tatap muka				
14.	dengan pembelajaran daring saya merasa tidak bisa mempelajari mata kuliah saya dengan baik				
15.	saya merasa tidak bisa mengenal lingkungan perkuliahan yang baru karena pandemi <i>covid-19</i> ini				
16.	pandemi <i>covid-19</i> membuat saya takut untuk mengikuti kegiatan sosial				
17.	menurut saya tugas kelompok yang diberikan selama kuliah daring ini hanya merepotkan saja				
18.	saya tidak terlalu serius saat mendengarkan teman saya yang sedang presentasi				
19.	terkadang saya suka melanggar peraturan yang dibuat baik di rumah maupun di kampus*				
20.	selama pandemi ini saya tidak memiliki rencana apapun mengenai masa depan saya dalam perkuliahan				
21.	saya merasa selalu butuh orang lain untuk mengatasi masalah yang saya alami selama perkuliahan daring ini				
22.	saya merasa bahagia bisa berkuliah secara daring				
23.	saya mempunyai teman yang saling mendukung satu sama lain				

24.	tidak ada alasan bagi saya untuk bersedih di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini				
25.	dengan kesehatan yang saya punya, saya pasti bisa menyelesaikan tugas-tugas kuliah				
26.	saya yakin bisa mengendalikan tujuan hidup saya di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini				
27.	saya tahu bahwa teman saya juga mengalami masalah yang sama saat pembelajaran daring ini				
28.	saya mampu membedakan kebutuhan selama pandemi <i>covid-19</i> ini				
29.	di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini, saya senang berdiskusi dengan teman saya melalui sosial media karena dapat menambah wawasan dan pengetahuan saya				
30.	saya selalu menghormati orang lain ketika ia sedang berbicara				
31.	meskipun jarang bertemu, saya dan teman-teman masih sering menjaga komunikasi satu sama lain				
32.	menurut saya kebijakan yang dibuat di masa pandemi ini, itu akan mampu membantu saya dalam mencapai keberhasilan				
33.	saya tetap mengikuti perkuliahan daring ini dengan baik agar saya paham				
34.	saya akan tetap berusaha mewujudkan apa yang saya rencanakan di tengah pandemi <i>covid-19</i> ini				
35.	dengan suana pandemi seperti saat ini, rasanya saya ingin berhenti kuliah				
36.	saat kuliah daring saya merasa seperti tidak memiliki teman				
37.	saya merasa teman-teman saya dapat mengikuti kuliah daring ini dengan baik kecuali saya				
38.	pandemi <i>covid-19</i> membuat rencana awal kuliah				

	saya menjadi berantakan				
39.	saya tidak peduli apakah teman saya bisa mengikuti ataupun tidak selama kuliah daring ini				
40.	saat pandemi seperti saya tidak bisa mengambil keputusan antara harus mengikuti kuliah daring atau bekerja				
41.	selama pandemi ini, saya tidak pernah mengikuti kegiatan sosial apapun				
42.	pembelajaran daring membuat diskusi kelompok menjadi sulit				
43.	pandemi membuat hubungan saya dengan teman-teman terasa semakin jauh				
44.	kebijakan yang dibuat selama kuliah daring ini membuat saya merasa sulit mencapai keberhasilan				
45.	saya malas mengikuti perkuliahan daring				

**Lampiran 5: Tabulasi Data Penelitian Skala *Husnudzon***

Resp	Jawaban Responden																												Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
1	4	2	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	98
2	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	2	3	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4	96
3	3	3	4	2	4	3	4	3	2	2	2	3	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	4	3	88
4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	85
5	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	102
6	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	2	4	3	3	4	93
7	4	4	4	2	4	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	104
8	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	105
9	4	3	4	3	3	4	3	4	1	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	98
10	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	98
11	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	103
12	4	3	4	3	4	4	4	1	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	3	2	94
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	110
14	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	98
15	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	102
16	4	1	2	3	3	3	4	4	4	2	3	1	3	2	3	3	4	3	3	3	3	1	3	2	3	3	2	3	78
17	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	107
18	4	4	4	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	98
19	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	99
20	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	103

21	4	2	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	2	4	4	2	3	95	
22	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	105
23	4	3	3	3	4	4	2	4	4	3	3	1	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	87	
24	4	3	4	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	2	3	2	3	94	
25	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	95	
26	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	103	
27	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	108	
28	4	4	3	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	1	4	4	4	3	3	4	98	
29	4	3	4	2	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3	4	2	3	3	4	2	2	3	93	
30	4	2	4	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	94	
31	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	103	
32	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	96	
33	4	3	4	2	4	4	3	2	4	2	4	3	2	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	91
34	4	2	4	3	3	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	101
35	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	104	
36	4	3	3	3	4	4	4	3	4	2	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	100	
37	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	107
38	3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	97	
39	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	105	
40	4	3	4	4	4	3	4	2	3	1	3	2	2	3	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	3	2	2	3	87	
41	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	2	3	85
42	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	1	2	3	2	2	3	1	2	3	3	2	3	2	1	3	2	2	64	
43	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	93	
44	4	2	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	99	

45	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	96
46	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	101
47	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	92
48	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	1	4	3	3	4	3	3	3	3	85
49	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	109
50	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	4	4	3	4	3	4	96
51	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	109
52	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	100
53	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	99
54	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	2	3	4	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	92
55	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	99
56	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	101
57	4	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	99
58	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	105
59	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	101
60	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	3	4	2	98
61	3	3	3	4	4	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	100

**Lampiran 6: Tabulasi Data Penelitian Skala Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi Covid-19**

Resp	Jawaban Responden																					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
1	3	2	3	4	2	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2
2	4	2	2	4	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4
3	4	4	3	4	4	3	3	2	4	3	2	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4
4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	1	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3
5	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	2	3	4	4
6	4	2	2	3	2	3	4	4	4	4	2	3	4	2	4	1	4	2	2	4	3	3
7	3	4	4	4	3	2	2	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3
8	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3
9	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	4	4	4
10	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3
11	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3
12	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3
13	2	2	3	3	3	2	3	1	3	4	4	2	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4
14	4	2	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2
15	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2
16	4	2	3	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	2	2	3	2	2
17	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3
18	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3
19	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4
20	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3
21	4	3	4	3	3	1	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	2	2	1
22	4	3	3	4	4	2	4	3	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3

23	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
24	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2
25	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4
26	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4	2	1	4	4	4	4	4	1	4	3	2	3
27	4	2	3	4	3	3	4	2	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4
28	4	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3
29	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
30	4	2	2	4	3	3	4	2	3	4	4	4	4	2	4	2	4	3	4	4	4	4
31	3	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3
32	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3
33	2	4	2	2	2	4	2	3	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4
34	3	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	4	4	4	2
35	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4
36	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3
37	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4
38	3	1	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	4	4	4
39	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2
40	3	2	3	4	4	2	3	3	3	4	3	2	4	2	3	4	3	4	3	4	3	4
41	3	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3
42	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	2	2	4	4	4
43	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
44	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
45	3	3	4	3	4	3	3	1	4	4	3	3	3	3	4	1	4	1	3	3	3	3
46	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4
47	3	3	4	4	3	3	4	1	4	4	3	3	4	3	4	2	4	3	3	2	3	3
48	4	2	3	4	3	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2
49	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3
50	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	4	3

51	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4
52	4	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3
53	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3
54	4	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3
55	3	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	2
56	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3
57	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3
58	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4
59	4	3	3	4	4	2	4	2	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	2	3	1	1
60	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	1	3	3	3	3
61	4	2	3	4	3	2	4	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	4

Jawaban Responden																					Total		
23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	
3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	140
4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	151
3	2	4	3	4	4	4	2	4	4	2	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	3	151
4	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	139
3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	2	3	4	2	137
2	4	2	2	3	4	4	2	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	140
3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	151
4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	160
3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	161
2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	152
4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	168

4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	158
3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	145
2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	142
2	3	3	4	1	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	144
3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	136
3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	132
3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	2	3	2	148
2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	146
1	3	4	4	1	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	147
1	4	4	3	4	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	143
3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	154
2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	138
3	4	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	130
3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	151
3	3	4	4	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	4	2	2	2	140
4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	154
3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	1	4	4	4	4	150
3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	2	144
4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	3	143
3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	144
3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	157
2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	137
3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	2	3	3	139
3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	161
4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	161

4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	164
3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	150
4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	158
3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	140
3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	138
4	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	2	3	2	2	1	2	137
3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	137
3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	125
4	1	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	147
3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	149
4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	141
3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3	2	2	3	3	136
4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	169
4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	153
3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	149
3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	3	4	3	2	4	3	1	4	4	2	3	3	3	148
3	3	4	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	147
3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	136
3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4	3	4	3	139
4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	2	4	2	3	3	3	2	3	2	139
3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	144
4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	2	155
4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	4	4	151
3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	148
3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	149

**Lampiran 7: Jumlah Skor Nilai Penelitian *Husnudzon* dan Penyesuaian Diri di Tengah Pandemi *Covid-19***

Jumlah Skor Hasil Nilai Penelitian		
R	<i>Husnudzon</i>	Penyesuaian Diri
1	98	140
2	96	151
3	88	151
4	85	139
5	102	137
6	93	140
7	104	151
8	105	160
9	98	161
10	98	152
11	103	168
12	94	158
13	110	145
14	98	142
15	102	144
16	78	136
17	107	132
18	98	148
19	99	146
20	103	147
21	95	143
22	105	154
23	87	138
24	94	130
25	95	151
26	103	140
27	108	154
28	98	150
29	93	144
30	94	143
31	103	144
32	96	157
33	91	137
34	101	139
35	104	161
36	100	161
37	107	164

38	97	150
39	105	158
40	87	140
41	85	138
42	64	137
43	93	137
44	99	125
45	96	147
46	101	149
47	92	141
48	85	136
49	109	169
50	96	153
51	109	149
52	100	148
53	99	147
54	92	136
55	99	139
56	101	139
57	99	144
58	105	155
59	101	151
60	98	148
61	100	149

**Lampiran 8: Hasil olah data menggunakan SPSS 17.0 for Windows**

**Deskripsi Data**

**Descriptive Statistics**

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Husnudzon	61	46	64	110	5945	97.46	7.924	62.786
PenyesuaianDiri	61	44	125	169	8943	146.61	9.263	85.809
Valid N (listwise)	61							

**Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Husnudzon	PenyesuaianDiri
N		61	61
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	97.46	146.61
	Std. Deviation	7.924	9.263
Most Extreme Differences	Absolute	.134	.090
	Positive	.072	.090
	Negative	-.134	-.077
Kolmogorov-Smirnov Z		1.045	.703
Asymp. Sig. (2-tailed)		.225	.706

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

## Uji Linieritas

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PenyesuaianDiri * Husnudzon	Between Groups	(Combined)	2510.162	23	109.137	1.531	.121
		Linearity	1059.706	1	1059.706	14.861	.000
		Deviation from Linearity	1450.456	22	65.930	.925	.568
	Within Groups		2638.395	37	71.308		
Total			5148.557	60			

## Uji Hipotesis

**Correlations**

		Husnudzon	PenyesuaianDiri
Husnudzon	Pearson Correlation	1	.442**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	61	61
PenyesuaianDiri	Pearson Correlation	.442**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	61	61

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. Identitas Diri

Nama Lengkap : Muhammad Wildan Mubarok  
Tempat & Tanggal Lahir : Kendal, 18 Desember 1996  
Alamat Rumah : Ds. Tlahab RT 002 RW 002 Kec. Gemuh Kab.  
Kendal  
No. Hp/WA : 0895385098902/083824927613  
Email : muh.wildan.mubarok@gmail.com

### B. Riwayat Pendidikan

1. TK Fajar Indah : Lulus Tahun 2002
2. SDN Tlahab : Lulus Tahun 2008
3. SMP N 1 Kangkung : Lulus Tahun 2011
4. SMA N 1 Pegandon : Lulus Tahun 2015
5. Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang : Lulus Tahun 2021

Semarang, 10 Desember 2021



Muhammad Wildan Mubarok

1504046020