

**HUBUNGAN ANTARA QANA'AH DENGAN RESILIENSI AKADEMIK
PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Sebagai Salah Satu
Syarat Untuk Memperoleh Gelar Strata Satu Psikologi*



Dani Saputra

168110021

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU**

2021

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA QANA'AH DENGAN RESILIENSI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI

DANI SAPUTRA
168110021

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada Tanggal

10 Agustus 2021

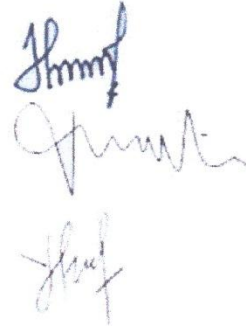
DEWAN PENGUJI

Juliarni Siregar, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Yanwar Arief, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Yulia Herawati, S.Psi., MA.

TANDA TANGAN

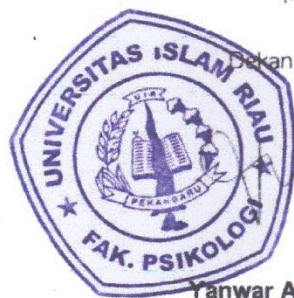


Skrripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Sarjana Psikologi

Pekanbaru, 16 September 2021

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



Yanwar Arief, M.Psi Psikolog

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: Dani Saputra

Npm: 168110021

Judul Skripsi: Hubungan Antara *Qana'ah* dengan *Resiliensi Akademik* Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Dengan hal ini saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya ilmiah yang dibuat sendiri dan belum pernah diajukan kepada Universitas manapun. Berdasarkan pengetahuan saya sejauh ini tidak ada karya ilmiah atau pendapat orang lain mengenai yang ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, namun karya yang sudah dituliskan akan disebutkan dalam daftar pustaka. Ketika hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, peneliti siap untuk dicabut gelar sarjananya.

Pekanbaru, 21 September 2021

Yang menyatakan

Dani Saputra
168110021

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum warahmatullahi.wabarakatuh

Alhamdulillah 'rabbi'l'alamin. Puji syukur kehadiran Allah SWT dimana telah memberikan kesehatan dan kemudahan dalam penulisan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara *Qana'ah* Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi**”. pengajuan skripsi ini merupakan upaya untuk memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar sarjana strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam proses pengerjaan skripsi ini penulis menyadari bahwa terdapat kontribusi dari berbagai pihak yang memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis. Sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan ribuan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H Syafrinaldi, SH., MCL, selaku rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi., M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Ibu Yulia Herawati, S.Psi, M.A selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan sekaligus Pembimbing skripsi yang selalu sabar, baik hati dan memotivasi penulis dalam proses penyelesaian skripsi.
7. Bapak Didik Widianoro, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

8. Ibu Leni Armayati, M.Si., selaku dosen Pembimbing Akademik.
9. Bapak/ibu dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dimana penulis tidak dapat menyebutkan satu persatu. Penulis sangat mengucapkan ribuan terima kasih atas upaya bapak dan ibu dalam memberikan ilmu yang bermanfaat selama proses perkuliahan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
10. Kepada Prodi Ilmu Psikologi, dan staff yang ada diempat prodi tersebut, penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya atas diberikannya kesempatan dalam melakukan penelitian tugas akhir.
11. Terima kasih kepada ayah dan mamak selaku orang tua yang selalu mencintai, serta selalu memberikan dukungan secara motivasi kepada Dani dalam penyelesaian skripsi ini, adapun pihak keluarga besar lainnya. Kakak (Rini Retnowati), (Sri Maryati, SE), abang ipar (Aidil Putra), (Alansyah, S, IP), Uncu (Martina), Apak (Damer, ST) sepupu (Jevi Aldana saputra), (Rahmat Gunawan), paman (Baharudin), yang selalu memberikan Dani dukungan secara materi dan tenaga dalam mendapatkan gelar sarjana.
12. Terima kasih kepada sahabat-sahabat seperjuanganku Ahmad, Riski Hermansyah, Bayu Bason, Sigit Septian Danu, Revian Alfaizin, Faturrahman, Nelvi, A, Meli Arsita S, Psi, Risda, Bagas, Iqbal yang selalu memberikan semangat dan bekerja sama dalam proses penyelesaian skripsi ini.
13. Terima kasih Kepada Kakak senior (Icha Herawati, M.Soc.Sc) dan bg (Husni) selalu memberikan bantuan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
14. Kepada semua pihak terkait, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, penulis mengucapkan terima kasih atas bantuan, motivasi dan segala hal yang telah memudahkan penulis dalam proses pengerjaan skripsi ini sehingga sampai pada titik mendapatkan gelar sarjana strata satu (S1) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Penulis berharap semoga skripsi ini sangat bermanfaat bagi orang banyak.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari bahwa jauh dari kata kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun dari segala pihak upaya untuk menyempurnakan skripsi ini.

Pekanbaru, 21 september 2021

Penulis

Dani Saputra



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latarbelakang Masala	1
1.2 Rumusan Masalah	12
1.3 Tujuan Penelitian	12
1.4 Manfaat Penelitian	12
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	12
1.4.2 Manfaat Praktis	12

BAB II PEMBAHASAN

2.1 Definisi Resiliensi	13
2.1.1 Aspek-Aspek Resiliensi Akademik	15
2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik.....	16
2.2 Definisi Qana'ah	18
2.2.1 Aspek-Aspek Qana'ah	19

2.2.2	Macam-macam Qana'ah	21
2.2.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Qana'ah.....	23
2.3	Hubungan Antara Qana'ah dengan Resiliensi Akademik.....	24
2.4	Hipotesis Penelitian.....	29
BAB III METODE PENELITIAN		
3.1	Identifikasi Variabel.....	30
3.2	Definisi Operasional.....	30
3.2.1	Definisi Operasional Resiliensi Akademik	30
3.2.2	Definisi Operasional Qana'ah.....	31
3.3	Subjek Penelitian.....	31
3.3.1	Populasi Penelitian.....	31
3.3.2	Sampel Penelitian.....	31
3.4	Metode Pengumpulan Data	32
3.4.1	Skala Resiliensi Akademik	33
3.4.2	Skala Qana'ah	34
3.5	Validitas dan Reliabilitas	34
3.5.1	Validitas	34
3.5.2	Reliabilitas	35
3.6	Metode Analisis Data.....	36
3.6.1	Uji Normalitas.....	36
3.6.2	Uji Linearitas	37
3.6.3	Uji Hipotesis	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1	Prosedur Penelitian.....	38
4.1.1	Persiapan Penelitian	38

4.1.2 Persiapan Alat Ukur Penelitian	39
4.2 Hasil Penelitian	42
4.2.1 Deskripsi Subjek Penelitian	42
4.2.2 Deskriptif Data Penelitian	44
4.3 Hasil Analisis Data	46
4.3.1 Uji Normalitas	46
4.3.2 Uji Linearitas	47
4.3.3 Uji Hipotesis	48
4.4 Pembahasan	48
BAB V PENUTUPAN	
5.1 Kesimpulan	52
5.2 Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Qana'ah Sebelum <i>Tryout</i>	33
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Resiliensi Akademik Sebelum <i>Tryout</i>	34
Tabel 4.1 Sebaran Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi.....	38
Tabel 4.2 <i>Blueprint</i> Skala Qana'ah Sesudah <i>Tryout</i>	41
Tabel 4.3 <i>Blueprint</i> Skala Resiliensi Sesudah <i>Tryout</i>	42
Tabel 4.4 Data Demografi Penelitian	43
Tabel 4.5 Deskriptif Data Hipotetik dan Empirik	44
Tabel 4.6 Rumus Kategori.....	45
Tabel 4.7 Rentang Nilai Kategorisasi Skor Partisipan Skala Qana'ah.....	45
Tabel 4.8 Rentang Nilai Kategorisasi Skor Partisipan Skala Resiliensi Akademik.....	46
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas Skala Qana'ah dan Resiliensi Akademik	47
Tabel 4.10 Hasil Uji Asumsi Linearitas Skala Qana'ah dan Resiliensi Akademik.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I	<i>Skala Tryout</i>
LAMPIRAN II	<i>Skoring Data Tryout</i>
LAMPIRAN III	<i>Output SPSS Skala Tryout</i>
LAMPIRAN IV	<i>Skala Penelitian</i>
LAMPIRAN V	<i>Skoring Data Penelitian</i>
LAMPIRAN VII	<i>Output SPSS Penelitian</i>

HUBUNGAN ANTARA QANA'AH DENGAN RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI

Dani Saputra
168110021

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi dihadapkan pada tantangan dan kesulitan-kesulitan yang dapat menyebabkan kegagalan menyelesaikan studi atau terbentuknya resiliensi akademik, namun hal ini tergantung dari banyak faktor. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan qana'ah dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Subjek penelitian ini berjumlah 222 orang yang ditentukan dengan menggunakan teknik sampel jenuh. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan adalah 30 aitem *the academic resilience scale* (ARS-30) yang telah di adaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Asfa (2020) dan skala qana'ah yang disusun oleh Ahya (2019) yang berjumlah 11 aitem. Analisis statistik yang digunakan adalah Pearson *product moment* yang menunjukkan hasil nilai koefisien korelasi r sebesar 0,484 dengan p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulanya, bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara qana'ah dan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Artinya jika semakin tinggi qana'ah maka semakin tinggi pula resiliensi akademik, sebaliknya jika qana'ah rendah maka rendah pula tingkat resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Kata kunci: Qana'ah, Resiliensi Akademik, Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

THE RELATION BETWEEN QANA'AH AND ACADEMIC RESILIENCE IN STUDENTS WHO ARE COMPILING THESIS

Dani Saputra
168110021

FACULTY OF PSYCHOLOGY
RIAU ISLAMIC UNIVERSITY

ABSTRACT

Final-level students who are drafting the thesis are faced with challenges and difficulties that can lead to failure to complete their studies or the formation of academic resilience, but this depends on many factors. This study aims to find out the relationship of qana'ah with academic resilience in students who are compiling the thesis. The subjects of the study numbered 222 peoples who were determined using saturated sample techniques. The data collection methods used are 30 items the academic resilience scale (ARS-30) that have been adapted into the Indonesian by Asfa (2020) and the qana'ah scale compiled by Ahya (2019) which amounted to 11 items. The statistical analysis used is Pearson product moment which shows the result of the correlation coefficient value r of 0.484 with p of 0.000 ($p < 0.05$). In conclusion, there is a significant positive relationship between qana'ah and academic resilience in students who are compiling thesis. This means that if the higher the qana'ah then the higher the academic resilience, conversely if the qana'ah is low then the lower the level of academic resilience in students who are compiling thesis.

Key words: Qana'ah, Academic Resilience, Students Who Are Compiling thesis.

ارتباط بين القناعة با Resiliensi الأكاديمية لدى الطلاب الكاتبون البحث

داني سفوترا

168110021

كلية علم النفس
الجامعة الإسلامية الرياوية

ملخص

كان الطلاب الذين يكتبون البحث في المستوى الأخيرة وهم يتحدثون والصعوبات وتؤثر على الفشل لانتهاج دراساتهم أو تكوين resiliensi الأكاديمي، وهذا يتعلق بالعوامل الأخيرة. يهدف هذا البحث إلى معرفة ارتباط قناعة با resiliensi الأكاديمي لدى الطلاب الكاتبون البحث. ويتكون أفراد البحث على 222 طالبا ويأخذهم الباحث بأسلوب sample jenuh. وأما طريقة جمع البيانات باستخدام 30 بنودا *the academic resilience scale* (ARS-30) الذي ترجمه اسفا إلى اللغة الاندونسيا (2020) ومقياس قناعة الذي ألفه أحيا (2019) وعددهم 11 بنودا. وتحلل البيانات باستخدام *Pearson product moment*، ودلت نتيجة البحث على r koefesien على 0.484 ونتيجة $p = 0.000$ ($p < 0.05$). الخلاصة هي أن وجود ارتباط إيجابي واثق بين القناعة و resiliensi الأكاديمي لدى الطلاب الذين يكتبون البحث. أي اذا ارتفع القناعة فيرتفع resiliensi الأكاديمي، أو العكس اذا انخفض القناعة فينخفض resiliensi الأكاديمي لدى الطلاب الذي يكتبون البحث.

الكلمات الرئيسية: قناعة، resiliensi، الأكاديمي، الطلاب الذين يكتبون البحث

BAB I

Pendahuluan

1.1 Latar Belakang Masalah

Salah satu sarana pendidikan adalah universitas dan mahasiswa merupakan salah satu komponen yang terlibat didalam pendidikan tinggi. Sesuai dengan yang disebutkan didalam Undang-undang Pendidikan tinggi nomor 12 tahun 2012 menyebutkan bahwa mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi.

Menurut Siswoyo (2007) mahasiswa adalah individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang tingkatnya sama dengan perguruan tinggi, sedangkan didalam undang-undang 12 tahun 2012 mengatakan bahwa mahasiswa adalah anggota sivitas akademika yang diposisikan sebagai insan dewasa yang memiliki kesadaran sendiri untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya di perguruan tinggi untuk menjadi intelektual, ilmunan, praktisi, dan/atau profesional. Hal tersebut yang membuat mahasiswa memiliki tanggung jawab yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa.

Mahasiswa dituntut untuk mampu belajar sendiri serta menganalisis permasalahan dalam pembelajaran. Setiap semester mahasiswa dihadapkan dengan permasalahan dan kesulitan-kesulitan yang berbeda-beda. Menurut Roellyana dan Listiyandini (2016) biasanya awal masa perkuliahan mahasiswa dihadapkan dengan tugas-tugas disetiap matakuliah, dan setelah melalui itu semua

dan sampai pada tingkat akhir dan telah mencapai jumlah sks yang ditentukan, mahasiswa akan masuk pada tahap yang paling terakhir di dalam perkuliahan yaitu tugas akhir atau disebut juga dengan skripsi. Pratiwi dan Laiatulshifa (2012) mengataka bahwa mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang telah hampir menyelesaikan semua mata kuliahnya dan sedang mengambil mata kuliah skripsi.

Skripsi adalah syarat wajib bagi mahasiswa untuk mendapatkan gelar sarjananya (Roellyana & Listiyandini, 2016). Skripsi merupakan istilah yang digunakan di Indonesia yang menggambarkan suatu karya ilmiah berupa tulisan karya ilmiah yang berisikan paparan tulisan dari hasil penelitian S1 yang membahas tentang permasalahan dan fenomena dibidang ilmu tertentu berdasarkan kaidah-kaidah yang berlaku.

Mahasiswa wajib menulis skripsi selain untuk syarat kelulusan juga untuk memberi pengetahuan dan keterampilanya dalam menganalisis, menggambarkan dan menjelaskan ilmu yang sedang ditulisnya. Dalam Peraturan Menteri Riset dan Teknologi Pendidikan Tinggi, Nomor 44 tahun 2015 mengatakan bentuk pembelajaran yang berupa penelitian merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa yang dibimbing langsung oleh dosen.

Dalam menyelesaikan atau menulis skripsi mahasiswa selalu dihadapkan dengan kesulitan-kesulitan baik dari faktor internal maupun eksternal. Sejalan dengan pendapat Cahyani dan Akmal (2017) mengatakan bahwa faktor internal yang menjadi penghambat mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah rasa malas

untuk mengerjakan skripsinya. Rendahnya dorongan pada mahasiswa, perasaan takut disaat bertemu dengan dosen pembimbing adapun faktor eksternal yang menghambat adalah terbatasnya waktu dalam bimbingan, kesulitan dalam mencari tema, judul, alat ukur, dan kesulitan dalam mencari buku atau referensi. Apabila mahasiswa tidak mampu beradaptasi untuk menghadapi kesulitan-kesulitan tersebut mahasiswa akan mudah mengalami stres.

Mahasiswa yang sedang dalam proses menyusun skripsi dihadapkan pada beberapa resiko yang berasal dari tuntutan dan juga harapan lingkungan. Sedangkan masyarakat memandang mahasiswa sebagai orang yang mempunyai kemampuan kognitif yang lebih baik atau orang yang intelektual (Astuti & Hartati, 2013). Tuntutan ini lah yang kemudian menjadi tanggung jawab bagi mahasiswa. Astuti dan Hartati (2013) juga berpendapat bahwa banyak tantangan dan masalah yang akan dihadapi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, kebanyakan mahasiswa merasa tertekan dalam menyelesaikan skripsi. Sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Fadillah (2013) mengatakan bahwa penyebab mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mudah mengalami stres dikarenakan adanya hambatan seperti sulit bertemu dosen pembimbing, sulitnya mencari referensi, literatur, dan buku, lingkungan yang tidak kondusif dan rasa lelah yang dikarenakan terlalu lama menyusun skripsi.

peneliti juga telah melakukan survei terhadap mahasiswa psikologi Universitas Islam Riau yang berjumlah 50 orang mahasiswa pada hari Selasa, tanggal 29 desember 2020, dimana dari 50 orang mahasiswa tersebut mengatakan dirinya mengalami kesulitan untuk mencari referensi sebanyak 58%, dan yang

mengatakan sulit untuk menemui dosen sebanyak 24% selain itu ada juga yang mengatakan sulitnya mengumpulkan data sebanyak 16%. Bukan hanya itu saja, beberapa mahasiswa juga mengalami kesulitan untuk menulis latar belakang sebanyak 14%, yang paling parahnya terdapat 10% mahasiswa yang mengatakan malas untuk mengerjakan skripsi. Ada juga yang mengalami kesulitan untuk mengurus surat izin sebanyak 10%, terdapat juga mahasiswa yang sulit untuk mengatur waktunya mengerjakan skripsi sebanyak 8%. Dari hasil survei diatas menunjukkan terdapat banyak kesulitan-kesulitan yang dialami oleh mahasiswa fakultas psikologi Universitas Islam Riau

Ada banyak kesulitan-kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi dan kesulitan-kesulitan tersebut menjadikan mahasiswa mudah mengalami stres. Sebagaimana hasil dari penelitian terdahulu yang diteliti oleh Rindang, (2005) pada mahasiswa Psikologi Universitas Diponegoro yang sedang menyusun skripsi terdapat mahasiswa yang stres diakibatkan oleh efektivitas komunikasi mahasiswa dengan dosen pembimbing sebesar 29%, dan menunjukkan stres yang diakibatkan oleh faktor-faktor lain pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi berjumlah 70%, misalnya faktor jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian, strategi koping, suku, kebudayaan, inteligensi dan tugas akademik (Skripsi). Dari hasil penelitian diatas dapat dikatakan banyak kesulitan yang membuat mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mudah mengalami stres dan dapat memperlama pengerjaan skripsi.

Selain itu peneliti juga sudah melakukan survei terhadap 50 mahasiswa psikologi Universitas Islam Riau mengenai tekanan psikologi, yaitu terdapat 18%

mahasiswa mengatakan tidak tertekan, selain itu yang mengatakan bingung sebanyak 8% yang paling parahnya terdapat 74 % mahasiswa yang mengatakan dirinya mengalami stress (29 Desember 2020). Dari hasil survei peneliti diatas menunjukkan tingkat stres mahasiswa psikologi Universitas Islam Riau yang sedang menyusun skripsi sangatlah tinggi, Kesulitan-kesulitan tersebutlah yang pada akhirnya akan membawa mahasiswa pada stress, rendah diri, frustasi, dan hilangnya motivasi akibatnya banyak yang memilih untuk menunda menyelesaikan skripsinya dan terjadilah penundaan yang cukup lama terhadap masa studinya (Gamayanti, dkk, 2018).

Penundaan masa studi mengakibatkan mahasiswa dikenakan sanksi karena tidak menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Dalam UU Nomor 44 Tahun 2015 bahwa batasan bagi mahasiswa untuk menyelesaikan program sarjana yaitu 7 tahun dengan persyaratan menyelesaikan 144 SKS (Sistem Kredit Smester), jika tidak menyelesaikan dengan waktu yang ditentukan maka akan diberi sanksi atau di drop out.

Permasalahan diatas sering terjadi dan dialami hampir setiap mahasiswa, akibatnya banyak individu yang tidak kunjung menyelesaikan skripsinya di semester yang sudah memasuki batas normalnya. Itu terjadi karena mahasiswa menunda-nunda dalam mengerjakan skripsi sehingga akhirnya skripsinya terabaikan, ada juga yang memutuskan untuk tidak mengerjakan skripsi karena merasa skripsi itu adalah pekerjaan yang menyulitkan.

Tantangan dan kesulitan yang dikarenakan pengerjaan skripsi merupakan permasalahan yang tidak dapat dihindari atau dielakkan bagi setiap mahasiswa di perguruan tinggi terutama mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa yang mampu bangkit dari kondisi stress dengan menggunakan coping efektif dan mampu beradaptasi dengan tuntutan lingkungan disebut resiliensi. Maka dari pada itu, mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi membutuhkan sekali peran resiliensi.

Hal ini diperkuat dari hasil penelitian terdahulu oleh Septiani dan Fitria (2016) dalam penelitian ini terdapat bahwa ada hubungan yang signifikan antara resiliensi dan stress pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan, mahasiswa yang resiliensi akan memiliki tingkat stres yang rendah, sebaliknya mahasiswa yang memiliki tingkat stres yang tinggi cenderung tidak resiliensi. Dari penjelasan penelitian di atas dapat dikatakan bahwa peran resiliensi sangat dibutuhkan untuk menghadapi kesulitan-kesulitan dan tekanan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sejalan dengan itu menurut Roellyana dan Listiyandini (2016) peran resiliensi sangat dibutuhkan dalam menghadapi tantangan dan kesulitan yang akan dihadapi dalam menyelesaikan skripsi.

Resiliensi merupakan kualitas pribadi yang mungkin dapat untuk membangkitkan individu ketika menghadapi kesulitan (Roellyana & Listiyandini, 2016). Sama dengan pendapat Cahyani dan Akmal (2017) mahasiswa dalam mengerjakan skripsi memerlukan peran resiliensi. Resiliensi merupakan proses dinamis yang didalamnya dipengaruhi oleh strategi coping dan adaptasi yang baik

dalam menghadapi kesulitan-kesulitan dan tekanan sehingga individu dapat bangkit dari pengalaman negatif tersebut (Hendriani, 2008)

Menurut Hendriani (2018), resiliensi adalah proses dinamis yang memiliki banyak faktor yang terlibat didalamnya yaitu faktor individual, sosial dan lingkungan, yang dapat mencerminkan kekuatan atau kemampuan, dan ketangguhan individu untuk bisa bangkit dari pengalaman buruknya ketika menghadapi situasi sulit dan menekan. Resiliensi itu merupakan proses perkembangan dinamis, melibatkan upaya memelihara coping dan adaptasi positif ketika menghadapi berbagai macam kesulitan. Seiring perkembangan zaman dalam kajian resiliensi terdapat pula seseorang yang resiliensi dalam proses belajar yang disebut dengan resiliensi akademik.

Resiliensi dalam proses belajar disebut sebagai resiliensi akademik, yaitu suatu proses yang dinamis yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan individu yang dapat bangkit dari pengalaman emosional yang negatif, ketika menghadapi tekanan yang membuat situasi menjadi sulit dalam aktivitas belajar yang dilakukan (Hendriani, 2018). Sejalan dengan itu menurut Nadhifah (2021) untuk dapat menghadapi kesulitan dan tantangan yang dialami dengan baik, mahasiswa membutuhkan peran resiliensi akademik.

Sedangkan menurut Sari dan Indrawati, (2016) resiliensi akademik merupakan kemampuan seseorang/individu dalam bertahan, bangkit, dan penyesuaian dirinya terhadap keadaan yang penuh dengan kesulitan dan penuh tekanan di bidang akademik. sejalan dengan itu menurut Sholichah, Ima Fitri Paulana, Andi NadiraPutri, Fitriya (2018) mengatakan bahwa peran resiliensi

dibutuhkan bagi mahasiswa, agar mahasiswa mampu keluar dari keadaan tertekan. Sedangkan menurut Utami (2020) resiliensi akademik merupakan kemampuan untuk dapat menghadapi tantangan, kesulitan, dan tekanan dalam seting akademik. Bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi tentunya perlu memiliki kekuatan atau kemampuan dalam mengatasi tekanan, kesulitan dan tantangan agar dapat menyelesaikan skripsi secepatnya.

Resiliensi dibentuk oleh berbagai faktor salah satunya adalah agama. Sesuai dengan apa yang dikatakan oleh Utami (2020) bahwa pentingnya diterapkan sistem keyakinan dan tradisi dalam budaya dan agama merupakan suatu hal yang dapat membentuk resiliensi. Peran agama memiliki pengaruh yang baik terhadap resiliensi dalam menghadapi tekanan maupun kesulitan-kesulitan.

Salah satu penyebab mahasiswa menjadi tidak resiliensi dikarenakan kurangnya religiusitas terhadap mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Menurut Nadhifah (2021) mengatakan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh salah satu faktor internal religiusitas. Individu yang memiliki religiusitas yang baik akan mampu menyelesaikan kesulitan atau masalah dalam kehidupannya, karena dalam islam individu yang memiliki kemampuan yang baik dalam religiusitas meyakini bahwa Allah SWT tidak akan memberikan kesulitan diluar kemampuan seseorang dan individu juga meyakini bahwa disetiap kesulitan pasti akan ada kemudahan setelahnya asalakan individu mau berusaha dan berdo'a.

Ternyata religiusitas dapat membantu seseorang menjadi resiliensi dalam mengatasi masalah maupun kesulitan yang dihadapi. Ini juga dibuktikan oleh penelitian terdahulu Hasanah (2018) membuktikan bahwa adanya hubungan

positif yang signifikan antara religiusitas dengan resiliensi pada santri penghafal al-qur'an di Pondok Pesantren Sunan Drajat Lamongan yang ditunjukkan dengan nilai $(r) = 0,350$ dan $(p) = 0,13$ ($p < 0,05$).

Religiusitas itu sendiri terdiri dari keyakinan ibadah, dan akhlak. Ada beberapa akhlak dalam islam yang mempengaruhi resiliensi yaitu tawakal dan sabar (Ancok & Suroso, 2011). Akhlak yang baik didalam islam yaitu syukur, sabar, ikhlas, lapang dada, jujur, dermawan, rendah hati (tawadhu'), amanah, pemaaf dan qana'ah (Mujib, 2012). Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Putri dan Uyun (2017) menemukan bahwa ada terdapat hubungan yang signifikan antara tawakal dengan resiliensi pada santri penghafal Al-Quran. Apabila semakin tinggi tawakal maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi pada santri penghafal Al-Quran. Sebaliknya, jika semakin rendah tawakal maka semakin rendah tingkat resiliensi pada santri penghafal Al-Quran.

Tawakal adalah konsep yang diajarkan didalam agama islam yaitu berserah diri kepada tuhan. Sama halnya dengan konsep qana'ah yaitu merasa cukup dengan apa yang diberikan oleh Allah. Dalam qana'ah terdapat juga aspek sabar. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sabar dengan resiliensi. Penelitian yang dilakukan oleh Azfa (2020) menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara sabar dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Ia mengatakan semakin tinggi tingkat kesabaran maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi akademik sebaliknya jika semakin rendah tingkat kesabaran maka semakin rendah pula tingkat resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Pribadi yang resiliens adalah pribadi positif yang mampu menghindarkan seseorang dari tekanan yang dapat mengganggu kesehatan mental seseorang. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Azkarisa dan Siregar (2020) didalam penelitiannya tentang Hubungan Qana'ah dengan Kesehatan Mental Nelayan didesa Pena'ah yang menunjukkan terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara qona'ah dan kesehatan mental, dengan nilai $r = 0,196$ dan $\text{sig} = 0,034$ ($\text{sig} < 0,05$). Jadi dapat disimpulkan bahwa peningkatan qona'ah akan diikuti dengan peningkatan terhadap kesehatan mental. Semakin tinggi qona'ah semakin tinggi pula tingkat kesehatan mental pada nelayan didesa Pena'ah.

Qana'ah adalah sikap yang membuat individu/orang tidak mudah merasa stres. Itu semua karena didalam qana'ah terdapat aspek ridho yang dapat menjadikan individu menjadi toleran dan mampu menyesuaikan diri dalam keadaan ataupun kondisi apapun yang akan dihadapi, baik itu kondisi yang menyenangkan ataupun kondisi yang penuh akan tekanan (Ali, 2014). Hal tersebut lah yang membuat sikap qana'ah menjadi penting dalam menghadapi kesulitan-kesulitan dalam mengerjakan skripsi yang membuat mahasiswa menjadi mudah mengalami stress

Menurut Ali (2014) qana'ah merupakan salah satu aspek dalam karakter kepribadian yang baik pada manusia (akhlak) dalam hal sikap individu terhadap suatu ketetapan dan rezeki di dunia. menurut Ali (2014) juga berpendapat ada dua aspek yang membuat terbentuknya sikap qana'ah yaitu kehidupan yang baik (Hayatan tayyibah) dan kesediaan dalam penerimaan (Ridha). Individu yang

qana'ah itu individu yang memiliki akhlak yang baik dalam menerima ketetapan yang diberikan oleh Allah SWT.

Menurut Makhnudah (2008), qonaah merupakan sesuatu yang sudah diperintahkan oleh Allah SWT kepada manusia dalam keadaan apapun untuk tetap bersandar hanya kepadanya. Orang yang mampu menerima dirinya ataupun orang lain walaupun keadanya berbeda. Bukan berarti orang yang qana'ah tidak melakukan usaha dalam masalahnya tetapi orang yang qana'ah adalah orang yang rela dan terima dengan masalah tersebut sehingga orang yang qonaah mampu mengatasi masalah atau kesulitan-kesulitan dengan keadaan yang tenang atau lebih bersemangat dalam menghadapi masalah tersebut.

Dari penjelasan latar belakang diatas di atas diketahui bahwa mayoritas mahasiswa fakultas psikologi yang sedang menyusun skripsi mengalami stres dimana hal ini dapat menyebabkan kegagalan akademik atau terbangunnya resiliensi akademik. Faktor religiusitas berperan penting dalam membangun resiliensi. Beberapa penelitian menunjukkan faktor akhlak yang merupakan bagian dari religiusitas dapat membentuk resiliensi seperti akhlak sabar dan tawakkal. Kedua akhlak tersebut merupakan aspek dari qana'ah. Oleh karena itu dapat diasumsikan bahwa qana'ah memiliki korelasi dengan resiliensi akademik. Sejauh apa yang diketahui oleh peneliti, belum ditemukan penelitian terdahulu yang meneliti tentang hubungan antara qana'ah dan resiliensi. Oleh karena itu peneliti ingin membuktikan didalam penelitian ini bahwa antara qona'ah dengan resiliensi memiliki hubungan yang erat.

1.2 Rumusan Masalah

Hubungan antara qana'ah dengan resiliensi akademik pada mahasiswa psikologi yang sedang menyusun skripsi.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara sifat qana'ah terhadap resiliensi akademik mahasiswa psikologi yang sedang menyusun skripsi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan untuk para ilmuwan psikologi dan mahasiswa yang membutuhkan. Dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan dibidang psikologi terutama dibidang psikologi islam, psikologi pendidikan dan psikologi positif, yang bisa digunakan untuk penelitian selanjutnya sebagai bahan kajian dalam bidang psikologi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada instansi pendidikan atau perguruan tinggi untuk dapat membuat program intervensi ataupun pembinaan untuk membentuk sikap yang merasa cukup dan tidak memaksakan diri sehingga meningkatkan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

BAB II

Tinjauan Pustaka

2.1 Definisi Resiliensi

Menurut pendapat VanBreda (dalam Hendriani, 2018) bahwa resiliensi merupakan daya tampung individu untuk menjaga kemampuan yang berfungsi secara keterampilan dalam menghadapi berbagai ancaman kehidupan. Menurut Luthar (dalam Hendriani, 2018) resiliensi ditandai dengan beberapa karakteristik, yaitu mampu menghadapi kesulitan, kuat dan mampu bangkit kembali dari banyak trauma yang pernah dialami individu. Menurut Grotberg (dalam Hendriani, 2018) resiliensi adalah keterampilan dalam bertahan dan beradaptasi, serta daya tahan manusia untuk menghadapi dan mencari jalan keluar masalah yang dihadapinya setelah mengalami banyak kesengsaraan (dalam Hendriani, 2018).

Dalam dunia akademik resiliensi disebut dengan resiliensi akademik. Resiliensi akademik adalah istilah yang mempersentasikan kekuatan dan ketangguhan seseorang dalam menghadapi berbagai macam tugas akademik dilingkungan sekolah (Corsini dalam Hendriani, 2018) dan menurut Hendriani (2018) resiliensi akademik merupakan resiliensi disaat individu mengalami proses belajar, yaitu suatu proses yang dinamis dan mencerminkan kekuatan ataupun ketangguhan individu untuk bangkit dari pengalaman emosional yang negatif, ketika menghadapi suatu keadaan sulit dalam proses belajar yang dilakukanya.

Henderson dan Milstein (dalam Hendriani, 2018) resiliensi akademik merupakan kapasitas yang ada pada diri seseorang untuk mampu bangkit, pulih, dan dapat beradaptasi dalam keadaan sulit, dan dapat mengembangkan keterampilan dalam bersosial. menurut Martin, A., dan Marsh (dalam Hendriani, 2018) resiliensi akademik adalah keterampilan seseorang dalam menghadapi kajatuhan (*seatback*) stres atau tekanan yang secara efektif terjadi pada *setting* akademik. Resiliensi akademik memotret cara siswa atau mahasiswa ketika mengatasi berbagai macam pengalaman yang buruk atau negatif dan menghambat selama proses belajar, sehingga mereka mampu mengatasi dengan beradaptasi dan menyelesaikan semua tuntutan akademik dengan baik (Hendriani, 2016).

Sejalan dengan itu menurut Wilkks (2008) menjelaskan bahwa siswa yang resilien akan mendapatkan hasil yang baik dalam akademiknya. Kemampuan untuk menjadi resilien dalam akademik itu berbeda-beda pada setiap orang ada yang dapat semakin meningkat dan juga semakin menurun seiring berjalanya waktu (henderson dan milstein dalam Hendriani, 2018).

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa individu yang resiliensi adalah individu yang mampu mengatasi kesulitan-kesulitan maupun tekanan yang didapat dari permasalahan yang dihadapi dengan menggunakan coping serta mampu beradaptasi dengan kesulitan-kesulitan maupun tekanan. Sedangkan, individu yang mampu bangkit dari tekana dan kesulitan-kesulitan selama proses belajar disebut dengan resiliensi akademik.

2.1.1 Aspek-Aspek Resiliensi

Cassidy (2016) mengatakan bahwa ada tiga aspek yang mempengaruhi resiliensi akademik, yaitu :

- a. *Perseverance* (ketekunan) menjelaskan individu yang bekerja keras, selalu berusaha tidak mudah untuk menyerah, berpegang teguh pada rencana dan tujuan, menerima masukan orang lain.
- b. *Reflecting and adaptive help seeking* (mencari bantuan adaptif) menggambarkan individu yang mampu merefleksikan kekuatan dan kelemahannya, berusaha untuk selalu belajar, mencari bantuan dan dukungan dari orang lain.
- c. *Negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional) menggambarkan kecemasan individu, tanggapan negatif, keputusan, serta penerimaan pengaruh negatif yang dialami individu.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan individu yang resilien adalah individu yang tidak mudah menyerah untuk mengatasi masalahnya dan juga merasa mampu dan yakin dengan kemampuannya sendiri. Kemudian individu yang resiliensi adalah individu yang mau belajar dan mencari tahu dan juga mudah beradaptasi dengan lingkungannya, karena individu yang rsiliensi adalah individu yang selalu mencari bantuan dari orang lain untuk mengatasi masalahnya.

2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi Resiliensi Akademik

Dalam penelitian Jowar, Kojuri, Kohoulat, dan Hayat (2014) mengatakan bahwa ada beberapa hal yang dapat meningkatkan resiliensi akademik individu, yaitu:

a. Faktor protektif internal

Terdiri dari suatu kualitas dan karakteristik seseorang yaitu keterampilan, sikap, kepercayaan, dan nilai yang memiliki kaitan pada hasil perkembangan yang positif pada diri seseorang. Jadi yang dapat membedakan antara individu yang resiliensi dengan individu yang tidak resiliensi adalah faktor protektif internal. Ada beberapa yang mendukung faktor protektif internal yaitu:

1. Kerja sama dan komunikasi

Hal ini memiliki kaitan dengan kemampuan individu dalam bekerjasama dengan individu lainnya dalam menyelesaikan suatu masalah ataupun kegiatan dan komunikasi yang baik juga mendukung.

2. Empati

Dalam mengatasi permasalahan orang lain hal ini sangat berkaitan dengan kemampuan individu dalam merasakan dan membantu.

3. Kemampuan memecahkan masalah

Keterampilan individu untuk mengatasi masalahnya dengan pikiran yang tenang agar dapat mencari solusi terkait dengan permasalahan yang dialaminya.

4. Tujuan dan aspirasi

Individu mempunyai tujuan dan harapan terhadap dengan sesuatu yang dapat memberi bantuan untuk mencapai keberhasilan.

5. Efikasi diri

Keyakinan individu terhadap dirinya atau kompetensi yang dimilikinya ketika melakukan suatu tindakan.

6. Kesadaran diri

Individu memiliki kemampuan yang dapat merasakan dan memahami dirinya sendiri.

b. Faktor protektif eksternal

Terdiri dari suatu dukungan dari lingkungan sosial, lingkungan rumah, lingkungan sekolah atau perguruan tinggi, komunitas, dan kelompok teman sebaya. Ada beberapa yang mendukung faktor protektif eksternal yaitu:

1. Hubungan kepedulian

Ini berkaitan dengan pedulinya antara individu satu dengan individu yang lain untuk berbagai hal.

2. Harapan tinggi

Pengharapan yang tinggi dimasa yang akan datang atau masa depan.

3. Dorongan untuk berpartisipasi

Ini berkaitan dengan individu yang berkeinginan ikut serta disetiap kegiatan yang ada dilingkungannya.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan tentang faktor-faktor diatas, bisa disimpulkan bahwa ada banyak faktor yang bisa mempengaruhi resiliensi akademik individu baik faktor eksternal maupun internal.

2.2 Definisi Qana'ah

Qana'ah merupakan sikap merasa cukup, berserah diri sepenuhnya kepada tuhan dengan segala masalah yang di hadapi di dunia. Sikap qana'ah ini adalah sikap yang sangat baik dan juga bagi yang menerapkan sikap qana'ah ini akan menjadikan dirinya dari terhindar kecemaasan yang berlebih dan dapat memberikan kenyamanan psikologis disaat menghadapi dunia (Hamka, 2017).

Menurut Hamka (2017) qana'ah merupakan merasa cukup. Sifat qana'ah ini hanya dimiliki oleh orang yang bisa menerima apa adanya dengan apa yang telah diberikan Allah SWT kepadanya. Tidak akan mudah terpengaruh atau tergiur dengan kemewahan dan kekayaan yang dimiliki oleh orang lain, karena dia sendiri sudah merasa cukup dengan keadaanya. Sifat qana'ah ini dapat menghindari seseorang dari perilaku-perilaku buruk didunia ini. Menurut Hamka (2015) orang yang memiliki sifat qana'ah telah melindungi hartanya yang memang harta itu adalah miliknya dan tidak memikirkan hak orang lain.

Menurut Ali (2014), qana'ah merupakan sikap dimana seseorang merasa puas dan cukup sehingga kebutuhannya terpenuhi. Awalnya kata qana'ah itu berangkat dari kata menerima dengan tangan terbuka. Qana'ah disebut sebagai keterpenuhan atau kepuasan

Menurut Rusdi (2016), mengatakan bahwa qana'ah itu adalah perasaan ridho dengan apa yang telah didapat. Orang yang memiliki sifat qana'ah menilai dengan apa yang telah didapat, bukan menilai dengan sesuatu yang sedang didapat ataupun yang akan didapat. Qana'ah yang paling tepat itu adalah rasa puas dengan

apa yang telah kita dapat dimasa lalu dan tidak menuntut lebih dimasa sekarang atau masa yang akan datang.

Sedangkan itu Ahya (2019) berpendapat bahwa sifat qana'ah lebih pada penerapan perilaku keseharian yang mencerminkan akhlak terpuji yang telah diajarkan dalam agama Islam. Berdasarkan pemaparan di atas dapat dikatakan orang yang qana'ah merupakan orang yang menerima dengan apa adanya merasa cukup dan ridho terhadap apa yang telah dimiliki ataupun yang dicapai dan meninggalkan kesenangan duniawi ataupun nafsu, seperti berupa makanan, pakaian, dan tempat tinggal, karena sifat qana'ah dapat membimbing seseorang kepada hal-hal yang perlu saja.

2.2.1 Aspek-aspek Qana'ah

Menurut (Ahya, 2019) terdapat beberapa aspek-aspek qana'ah yaitu:

- 1. Menerima apa adanya**

Menerima apa adanya adalah menanggapi segala sesuatu yang telah terjadi dengan lapang dada dan ikhlas atas kehendak Allah SWT. Maksud dari menerima apa adanya adalah dalam artian yang positif, bukan dalam artian menyerah begitu saja tanpa melakukan usaha melainkan menerima hasil yang diluar kemampuan usaha yang telah dilakukanya.

- 2. Sabar dan berserah**

Dapat diartikan bahwa, rasa sabar dalam menjalankan segala proses yang ingin dicapai, maupun sikap sabar dalam menjalani ujian yang dihadapi, adapun berserah diartikan sebagai menyerahkan diri sepenuhnya kepada

Allah SWT. Lebih tepatnya berserah adalah rasa optimis akan pertolongan Allah SWT.

3. Selalu bersyukur

Selalu bersyukur merupakan wujud trimakasih kepada Allah SWT, atas segala nikmat yang telah diberikan maupun capaian yang diperoleh. Bersyukur dapat di aplikasikan dengan ucapan maupun prilaku. Adapun seorang muslim percaya apabila kita bersyukur terhadap segala nikmat maka Allah SWT, akan melipatgandakan segala nikmat yang telah diberikan

4. Selalu berusaha

Selalu berusaha dimaknai sebagai upaya dalam meraih sesuatu yang diinginkan maupun usaha dalam memecahkan berbagai persoalan yang terjadi. Dalam ajaran islam seorang yang berusaha dalam hidupnya disebut dengan Ikhtiar.

Aspek-aspek qana'ah menurut Rusdi A (2016) adalah :

a. Ridha dengan sedikit nya nikmat yang telah di dapat

Selalu merasa bahagia dengan harta ataupun uang yang sedikit. Menikmati apa yang telah didapatkan selama hidup karena itu adalah suatu anugrah.

b. Tidak menuntut lebih

Merasa bahwa dirinya puas dengan apa yang telah diberikan Allah kepadanya. Tidak meminta harta yang lebih kepada Allah dan tidak menyesali dengan sedikitnya harta yang dimiliki.

Berdasarkan aspek-aspek yang telah dikemukakan di atas, maka pada penelitian ini menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ahya (2019) yaitu: a) menerima apa adanya, b) sabar dan berserah, c) selalu bersyukur, d) selalu berusaha. untuk dijadikan alat ukur dalam penelitian ini.

2.2.2 Macam-macam Qana'ah

Qana'ah menurut Al Faruq (2012) terdiri atas tiga macam yaitu :

a. Qana'ah dengan postur tubuh

Menerima dengan apa adanya bentuk fisik yang diberikan oleh Allah SWT, tidak suka membanding-bandingkan postur tubuh kita dengan orang lain yang dianggap lebih baik dari yang kita miliki. Selalu bersikap qana'ah dengan nikmat yang selama ini diberikan Allah SWT, merasa beruntung dengan pemberian Allah SWT

b. Qana'ah dengan kekurangan harta

Apabila seseorang ditanya tentang kesulitan yang selama ini dihadapinya dalam menuntut ilmu maka ia akan bingung menjawabnya. Karena seakan-akan ia tidak pernah merasakan kesulitan dalam menuntut ilmu. Bukan berarti itu bahwa dalam menuntut ilmu tidak ada kesulitan tetapi ia merasa hidupnya penuh kenikmatan sebab baginya masih banyak diluar sana yang lebih susah darinya dan membandingkan dengan kisah para ulama yang hidup jauh sebelumnya mereka menuntut ilmu dengan

melakukan perjalanan sehari-hari maupun berbulan-bulan demi satu hadits. Tentu kesusahannya masih belum apa-apa.

c. Qana'ah dengan kekurangan fisik

Melihat kembali kisah Dr. Muhammad Zaki 'Utsman adalah seorang guru yang mengajar di Universitas al-Azhar, beliau tidak mampu melihat dan berjalan tetapi tidak menyurutkannya semangat untuk belajar. Ia menerima keadaannya dengan syukur dan ridha. Ia mampu menyelesaikan pendidikan S1, S2, dan S3 di Universitas al-Azhar, Kairo, Mesir. Kesimpulannya walaupun kita kurang fisik lebih baiknya hendaklah kita jagan banyak mengeluh dengan kekurangan itu, lebih baik terus berusaha karena tidak ada hal yang tidak mungkin kalau kita mau selalu berusaha.

Dari pengertian dan penjelasan diatas dapat kita ketahui bahwa qana'ah terdiri dari tiga macam yaitu : 1) Qana'ah dengan postur tubuh, artinya menerima bentuk fisik yang telah Allah SWT berikan kepada kita dan tidak mebanding-bandingkan bentuk fisik yang kita miliki dengan bentuk fisik milik orang lain. 2) Qana'ah dengan kekurangan harta, artinya merasa cukup dengan harta yang telah diberikan Allah SWT, tidak merasa kesulitan walaupun terdapat kesulitan, selalu mengingat bahwa diluar sana terdapat orang yang lebih susah dibandingkan dirinya, 3) Qana'ah dengan kekurangan fisik, tidak mudah mengeluh terhadap kekurangan fisik yang didapatkan mapun dimiliki, selalu berfikir tidak ada yang tidak mungkin apabila kita terus berusaha.

2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Qana'ah

Menurut Al Faruq (2012) terdapat 5 faktor yang dapat mempengaruhi qana'ah pada diri seseorang yaitu :

a. Kekuatan iman

Besarnya keimanan dan keyakinan seseorang bahwa Allah itu ada beserta dengan seluru sifat keagungan dan kesempurnaanya. Percaya bahwa segala sesuatu terjadi karena Allah SWT.

b. Keyakinan akan ketentuan rezeki

Memiliki keyakinan bahwa rizki telah ditentukan Allah SWT, manusia harus selalu berusaha dengan berdoa dan berikhtiar. Sesungguhnya rezeki dan ajal sudah ditentukaan oleh Allah SWT, cukup dengan hanya yakin kepadanya.

c. Mentadaburi ayat Al-Qur'an

Allah menurun kan Al-Qur'an sebagai pedoman ataupun petunjuk bagi umat manusia kejalan yang lurus dan benar. Mentadaburi ayat al-qur'an yaitu memikirkan dan merenungkan ayat-ayat al-qur'an agar mampu memahami dan mengamalkan apa yang telah disampaikan Allah didalam al-qur'an.

d. Memiliki pengetahuan tentang rizki

Mengetahui bahwa rezeki yang kita miliki ini bukan hanya rezeki yang berbentuk harta atau materi, rezeki yang dimaksud adalah segala kebaikan dan kemaslahatan yang dapat dinikmatin oleh seorang hamba juga dihitung sebagai rezeki.

- e. Cara pandang yang luas tentang konsep kefakiran dan kekayaan.

Mempunyai pemahaman bahwa kafakiran dan kekayaan hanyalah sebuah ujian dari Allah SWT untuk hambanya. Kefakiran bertujuan untuk menguji agar selalu bersabar, mengajarkan agar tidak berpangku tangan, dan bermalas-malasan. Kekayaan bertujuan untuk menguji apakah seorang hamba mampu mengekang nafsunya mengatur sehingga mencapai sifat qona'ah. Ridha dengan apa yang telah ditetapkan oleh Allah SWT meskipun hanya sedikit, sebagaimana kita hanya akan bersandar padanya.

Dari penjelasan diatas dapat diketahui bahwa qona'ah dipengaruhi oleh lima faktor yaitu : 1) Kekuatan iman, 2) keyakinan akan ketentuan rezeki, meyakini bahwa setiap rezeki ditentukan oleh Allah SWT, 3) mentadaburi ayat-ayat al-qur'an, bearafikir dan memahami al-qur'an, 4) memiliki pengetahuan tentang rezeki, memahami bahwa rezeki dari Allah itu tidak hanya berbentuk materi, 5) cara pandang luas tentang konsep kefakiran dan kekayaan, memahami bahwa kefakiran dan kekayaan hanya sebuah ujian dari Allah SWT.

2.3 Hubungan Antara Qona'ah dengan Resiliensi Akademik

Pada mahasiswa tingkat akhir banyak kesulitan-kesulitan yang dialaminya dalam proses mengerjakan skripsi. Ada banyak penyebab yang membuat mahasiswa menjadi kesulitan dalam menyelesaikan skripsi. Adapun kesulitan-kesulitan tersebut yang membuat mahasiswa menjadi lama dalam menyelesaikan skripsi, seperti sulitnya mendapatkan buku atau referensi yang tepat, takut untuk menemui dosen pembimbing. Jika ini dibiarkan begitu saja maka akan berdampak

buruk bagi mahasiswa. Terlebih lagi apa bila mahasiswa tidak mampu menyesuaikan diri dengan kesulitan-kesulitan yang dialaminya akan menyebabkan mahasiswa menjadi mudah stres (Cahyani dan Akmal, 2017).

Adapun stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir yaitu mudah merasa lelah, cemas, tidak bersemangat atau ingin berhenti mengerjakan skripsi. akibat dari stres tersebut mahasiswa dalam pengerjaan skripsi memilih untuk menunda-nunda dan melupakannya, menghindari dosen pembimbing, mengeluh di media sosial, dan pada akhirnya tertundanya masa studinya (Gamayanti, dkk, 2018).

Hal ini sangat sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ambarwati, dkk (2019) dengan jumlah sampel 101 pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Magelang (UMM) hasil penelitiannya menunjukkan tingkat stress ringan sebanyak 35,6%, stres sedang sebanyak 57,4%, adapun stres berat sebanyak 6,9%. Hal ini dapat menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir sangat mudah mengalami stres.

Maka dari pada itu, mahasiswa tingkat akhir khususnya yang sedang menyusun skripsi sangat memerlukan resiliensi yang baik maupun tinggi untuk menghadapi ataupun agar mampu bertahan didalam kondisi yang sulit. Ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Septiani dan Fitria (2016) dalam penelitian ini terdapat bahwa ada hubungan yang signifikan antara resiliensi dan stress Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan, mahasiswa yang resiliensi akan memiliki tingkat stres yang rendah, sebaliknya mahasiswa yang memiliki tingkat stres yang tinggi cenderung tidak resiliensi. Dari penjelasan penelitian di

atas dapat dikatakan bahwa peran resiliensi sangat dibutuhkan untuk menghadapi kesulitan-kesulitan dan tekanan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. peran resiliensi sangat dibutuhkan dalam menghadapi tantangan dan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi (Roellyana & Listiyandini, 2016).

Resiliensi adalah sebagai coping efektif dan adaptasi positif terhadap kesulitan dan tekanan yang dialami (Lazarus dalam Hendriani, 2018). Sementara itu menurut pendapat Richardson (dalam Hendriani, 2018) ia mendefinisikan bahwa resiliensi adalah proses coping terhadap stresor, kesulitan, perubahan, dan tantangan yang telah dipengaruhi oleh faktor protektif. Resiliensi menggambarkan kemampuan dan kekuatan yang tersembunyi dari dalam diri seseorang. Resiliensi bisa ditandai dengan bangkitnya seseorang dari pengalaman negatif yang pernah dialami. Resiliensi didalam bidang akademik disebut dengan resiliensi akademik

Menurut Corsini (dalam Hendriani, 2018) ia mengatakan bahwa resiliensi akademik adalah ketangguhan seseorang disaat menghadapi berbagai tugas akademik yang sulit dalam lingkungan sekolah maupun perguruan tinggi.

Reivich dan Shatte (dalam Hendriani, 2018) individu yang resilien dipengaruhi oleh faktor optimisme. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Roellyana Listiyandini (2016) dari penelitian yang telah dilakukannya pada 151 mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi, bahwa optimisme berperan sebanyak 12,3% terhadap resiliensi. Ini menunjukkan bahwa adanya peran optimisme secara signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. jika mahasiswa optimis dan yakin dengan

apa yang ia lakukan ini sangat membantu untuk menghadapi kesulitan selama proses pengerjaan skripsi.

Selain itu faktor lain yang juga mempengaruhi reiliensi adalah kecerdasan emsional. Dalam penelitian Apriani dan Listiyandini (2019) didalam penelitiannya tentang Kecerdasan emosi sebagai prediktor resiliensi psikologis pada remaja di panti asuhan. Bahwa kecedasan emosional memiliki peran yang positif terhadap resiliensi. Artinya kecerdasan emosional menjadi faktor yang penting terhadap peningkatan resiliensi pada remaja panti asuhan yang rentan mengalami berbagai masalah kesehatan mental.

Resiliensi sangat dibutuhkan untuk menghadapi masalah kesehatan mental (Apriani dan Listiyandini, 2019). Jadi dapat disimpulkan bahwa pribadi yang kesehatan mentalnya baik adalah pribadi yang resiliensi. salah satu faktor yang berperan dalam resiliensi adalah religiusitas (Hasanah, 2018). Menurut penelitian terdahulu yang di teliti oleh Hasanah (2018) didalam penelitiannya ia membuktikan bahawa terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dengan resiliensi Santri Penghafal Al-qur'an di Pondok Pesantren Sunan Derajat Lamongan.

Religiusitas terdiri dari keyakinan ibadah dan akhlak. Resiliensi dipengaruhi oleh beberapa akhlak yang terkandung didalam islam yaitu tawakal dan sabar. Adapun tawakal dan sabar adalah aspek yang terkandung didalam qona'ah. Penelitian terdahulu yang diteliti oleh Putri dan Uyun (2017) didalam penelitiannya iya membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara tawakal dengan resiliensi pada santri penghafal al-quran. Apabila semakin tinggi tingkat tawakal semakin tinggi pulaa tingkat resiliensi, sebaliknya

jika semakin rendah tingkat tawakal semakin rendah pula tingkat resiliensi pada santri penghafal al-quran.

Adapun sabar adalah salah satu akhlak aspek didalam qonaah yang berperan mempengaruhi resiliensi. penelitian sebelumnya tentang hubungan sabar dan resiliensi yang diteliti oleh Azfa (2020) membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara sabar dengan resiliensi. artinya semakin tinggi tingkat sabar mahasiswa semakin tinggi pula resiliensi akademik, sebaliknya semakin rendah tingkat sabar mahasiswa semakin rendah pula tingkat resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi Universitas Islam Riau.

Dari pemaparan diatas tentang aspek-aspek yang terkandung didalam qona'ah. Dapat dikatakan qona'ah memiliki hubungan yang positif terhadap resiliensi akademik. karena didalam qona'ah terkandung sifat ridho dan rela terhadap apa yang dimilikinya. Qona'ah adalah sikap yang membuat seseorang tidak mudah mengalami stres, karena didalam qonaah terdapat aspek ridho yang menjadikan seseorang toleran dan mampu menyesuaikan diri dalam keadaan apapun baik itu kondisi yang menyenangkan maupun kondisi yang penuh dengan tekanan (Ali, 2014).

Menurut Azkarisa dan Siregar (2020) seseorang yang qona'ah memiliki karakter merasa cukup dengan sedikit rezki yang mereka miliki dan tidak menuntut lebih dari apa yang mereka miliki.

Kesimpulannya berdasarkan dari penelitian sebelumnya bahwa qona'ah memiliki keterkaitan yang erat dengan resiliensi akademik. qonaah dapat

membentuk resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

2.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara dalam rumusan masalah penelitian. kemudian dapat dimaknai sebagai jawaban maupun perkiraan yang harus diuji tentang kebenarannya (Sugiyono, 2018). Hipotesis yang diuji didalam penelitian ini adalah tentang adanya hubungan antara *Qana'ah* dengan *Resiliensi Akademik*.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel

Variabel merupakan suatu konsep dalam bentuk kongkret atau disebut konsep operasional (Bungin, 2017), sedangkan menurut Sugiyono (2011) variabel penelitian adalah sesuatu yang berbentuk beragam yang telah dipilih oleh peneliti untuk di pelajari sehingga mendapat kan hasil dari informasi tentang hal tersebut. Pada penelitian ini variabel yang digunakan ada dua, yaitu :

- a. Variabel bebas(X) : Qana'ah
- b. Variabel terikat(Y) : Resiliensi

3.2 Definisi Operasional Variabel

3.2.1 Definisi Operasional Resiliensi Akademik

Resiliensi akademik merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu ketika menghadapi keadaan yang sulit tetapi individu tersebut mampu bangkit dan menemukan solusi dalam mengatasi kesulitannya dibidang akademik. Alat ukur untuk mengukur resiliensi akademik adalah dengan menggunakan skala *the academic resilience scale* (ARS-30) yang telah diadaptasi oleh Azfa (2020) yang sebelumnya adalah bahas inggris dan diterjemahkan kedalam bahasa indonesia dengan menggunakan metode *forward translation* dengan aspek-aspek yaitu *perseverance* (ketekunan), *reflecting and adaptive help seeking* (mencari bantuan adaptif), *negative effect and emotional response* (pengaruh negatif dan

respon emosional). Jika skor menunjukkan semakin tinggi maka menunjukkan semakin tinggi *resiliensi akademik* seseorang, dan begitu juga dengan sebaliknya.

3.2.2 Definisi Operasional Qana'ah

Qana'ah adalah sifat yang dapat menerima dengan rela segala ketentuan yang telah Allah SWT berikan kepada seseorang, menerima dengan apa adanya, sabar dan berserah diri, selalu bersyukur dengan pemberian Allah SWT dan selalu berusaha. Adapun qana'ah diukur menggunakan skala qana'ah yang disusun oleh Ahya (2019), berdasarkan dengan aspek-aspek qana'ah yang dikatakan oleh (Hamka, 2017). Apabila semakin tinggi skor skala maka menunjukkan semakin tinggi pula qana'ah seseorang dan begitu pula sebaliknya.

3.3 Subjek Penelitian

3.3.1 Populasi Penelitian

Populasi menurut Sugiyono (2011) merupakan sebuah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik yang sudah ditentukan atau ditetapkan oleh peneliti guna dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang berjumlah 222 mahasiswa (Prodi Ilmu Psikologi, April, 2021).

3.3.2 Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2018), sampel merupakan bagian dari jumlah serta karakteristik yang terdapat didalam populasi itu sendiri. teknik yang digunakan

dalam menentukan sampel adalah teknik sampel jenuh menggunakan seluruh populasi sebagai sampel penelitian yang berjumlah 222 mahasiswa, dari jumlah sampel penelitian tersebut terdapat 152 mahasiswa yang berkenan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini

3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala. Menurut Azwar (2012) mengatakan bahwa skala yang akan diukur adalah skala psikologi yang dapat mendeskripsikan kepribadian seseorang. Penelitian ini menggunakan skala *likert*.

Terdapat dua skala penelitian dimana yang pertama adalah skala *qana'ah* dan yang kedua skala *reiliensi akademik*. kedua skala ini terdapat pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Azwar (2012) mengatakan bahwa Pernyataan *favorable* adalah pernyataan yang sesuai dengan objek yang diukur, sedangkan pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak sesuai dengan objek yang diukur. Sesuai dengan apa yang dikatakan oleh Saifuddin (2020) menurutnya aitem *favorable* adalah aitem yang mendukung atribut psikologi sedangkan aitem *unfavorable* adalah aitem yang tidak mendukung atribut psikologi. Ada lima jenis jawaban didalam skala yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Setelah itu subjek diminta untuk mengisi skala tersebut sesuai dengan apa yang dirasakan dan dialaminya. Pernyataan-pernyataan yang terdapat didalam skala memiliki skor yang berbeda-beda, untuk pernyataan yang *favorable* diberi

skor 5 untuk sangat sesuai (SS) sampai sangat tidak sesuai (STS) diberi skor 1. Sebaliknya untuk pernyataan *unfavorable* yang dimulai dari sangat tidak sesuai (STS) diberi skor 5 dan sangat sesuai (SS) di beri skor 1.

a. Skala Resiliensi Akademik

Skala *resiliensi akademik* dalam riset ini memakai skala *the academic resiliensce scale* (ARS- 30) yang diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia yang sudah diadaptasi oleh Asfa (2020). dengan aspek- aspek yaitu *perseverance* (ketekunan), *reflecting and adaptive help seeking* (mencari bantuan adaptif), dan *negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional). Skala *resiliensi akademik* dalam penelitian ini berjumlah 30 aitem. Pada skala ini pernyataan favorabel berjumlah 19, untuk pernyataan unfavorabel berjumlah 11 aitem.

Tabel 3.1
Blue Print Skala Resiliensi Akademik

Aspek	Aitem Favorable	Aitem Unfavorable	Jumlah Aitem
<i>Perseverance</i>	2, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 13, 16, 30	1, 3, 15, 17	14
	18, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27	29	9
<i>Reflecting and adaptive help seeking</i>	23	6, 7, 12, 14, 19, 28	7
<i>Negative affect and emotional response</i>			
Total			30

b. Skala Qana'ah

Skala ini yang digunakan untuk mengungkapkan sifat qana'ah ini dengan menggunakan skala *qana'ah* yang telah dikembangkan oleh peneliti sebelumnya yaitu Ahya (2019) dengan aspek-aspek yang qana'ah yaitu menerima apa adanya, sabar dan berserah, selalu bersyukur dan selalu berusaha.

Tabel 3.2
Blue Print Skala Qona'ah

Aspek	Aitem Favorable	Aitem Unfavorable	Jumlah Aitem
Menerima apa adanya	7, 10, 9	1, 4, 11	6
Sabar dan berserah diri	8	2, 5	3
Selalu berusaha	3	6	2
Total			11

3.5 Validitas dan Reliabilitas

3.5.1 Validitas

Menurut Azwar (2014) Validitas adalah kata yang berasal dari kata *validity* yang artinya yaitu ketepatan dan kecermatan dalam menjalani fungsi pengukurannya. Dikatakanya suatu pengukuran mempunyai validitas yang tinggi apabila suatu pengukuran dapat menghasilkan data yang akurat dan

menggambarkan variabel yang diukur sesuai dengan kehendak tujuan pengukuran tersebut.

Adapun pengujian validitas skala *Qana'ah* dengan *Resiliensi Akademik* sebelumnya telah dilakukan oleh pengembang alat ukur tersebut yang menunjukkan validitas yang baik sehingga dapat digunakan untuk penelitian ini, sebagai alat untuk pengumpulan data.

3.5.2 Reliabilitas

Menurut Azwar (2012) reliabilitas adalah sebuah kata yang berasal dari *reliability*. Reliabilitas merupakan sejauh mana hasil yang didapatkan dalam proses pengukuran dapat dipercaya. Yang maknanya adalah seberapa tinggi ketepatan pengukuran. Data yang disebut reliabel apabila telah melakukan pengukuran dengan subjek yang sama dan hasilnya relatif sama maka dapat dikatakan data dari hasil suatu pengukuran adalah reliabel (Azwar, 2012). Koefisien reliabilitas itu berada pada antara angka 0,00 sampai dengan 1,00. Ketika angka semakin mendekati kepada angka 1,00 maka koefisien reliabilitasnya adalah semakin tinggi, sebaliknya jika angka mendekati pada angka 0,00 maka reliabilitasnya semakin rendah (Azwar, 2012)

Perhitungan reliabilitas pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan metode penyajian tunggal (konsisten internal) pengujian konsisten yang dilakukan antar aitem dalam tes, dan menggunakan *alpha crounbach* untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini dengan bantuan *SPSS (Statistical Product and service solution) 24.0 for windows*. Pada skala resiliensi yang disusun oleh Azfa

(2020) terdapat reliabilitas skalanya yaitu sebesar 0,853, dan skala Qana'ah yang disusun oleh Ahya (2019) dengan reliabilitas skala yaitu 0,872.

3.6 Metode Analisis Data

Jenis penelitian ini adalah penilitan kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis uji kolerasi. Metode ini digunakan bertujuan agar mengetahui ada apa tidaknya hubungan qanaah dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Agar mengetahui teknik korelasinya tepat yaitu dengan menggunakan statistik parametrik dan statistik nonparametrik, diawal peneliti melakukan terlebih dahulu adalah uji normalitas dan uji linieritas baru setelah itu melakukan uji hipotesis.

3.6.1 Uji normalitas

Menurut Siregar (2012) tujuan dikerjakannya uji normalitas merupakan buat mengenali populasi informasi riset berdistribusi wajar ataupun tidaknya. apabila informasi berdistribusi wajar, hingga bisa digunakan uji statistik berjenis parametrik, kebalikannya bila informasi tidak wajar hingga yang digunakan merupakan uji statistik nonparametrik.

Dalam menguji normalitas, teknik yang dipakai ialah prosedur *Kolmogrov-Smirnov*. Kaidah yang digunakan supaya bisa mengenali normal ataupun tidaknya informasi ialah bila $p > 0,05$ hingga informasi normal serta H_0 diterima, serta kebalikannya apabila $p < 0,05$ hingga informasi tidak berdistribusi norma serta H_0 ditolak (Siregar, 2012).

3.6.2 Uji Linearitas

Menurut Siregar (2012) uji linearitas memiliki tujuan agar mengetahui apakah diantara variabel terikat (X) dan variabel bebas (Y) memiliki hubungan linear. Kaidah yang dipakai agar mengetahui linearitas ialah ketentuannya apabila nilai $p < 0,05$ dari pada *F linearity* maka terjadi hubungan yang linear antara dua variabel maka H_0 diterima, dan jika $p > 0,05$ dari pada *F linearity* maka tidak ada hubungan yang linear antara kedua variabel maka H_0 ditolak (Siregar, 2012).

3.6.3 Uji Hipotesis

Setelah melaksanakan uji normalitas serta uji linearitas, berikutnya riset melaksanakan uji hipotesis. sebagaimana yang sudah dikemukakan tadinya kalau maksud dari riset ini buat mengenali hubungan antara Qonaah dengan Resiliensi Akademik pada mahasiswa yang lagi menyusun skripsi. dalam riset ini memakai metode statistik uji analisis korelasi *Person Product Momen* tujuannya supaya menguji hipotesis hubungan antara variabel bebas serta variabel terikat. dalam menuntaskan analisis ini dicoba dengan bantuan program pc *SPSS 22.0 for windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Prosedur Penelitian

4.1.1 Persiapan Penelitian

Pertama sekali peneliti memulai penelitian dengan mencari tahu jumlah mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang sedang menyusun skripsi. Peneliti meminta izin kepada Prodi Fakultas Psikologi agar mendapatkan sebaran jumlah mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi.

Jumlah mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi sebanyak 222 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ataupun yang sudah mengajukan skripsi. Adapun rinciannya yaitu sebagai berikut

Tabel 4.1
Sebaran Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Angkatan	Total Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi
-----------------	---

2014	18
2015	14
2016	41
2017	146

Setelah memperoleh data tersebut peneliti menentukan sampel berdasarkan data yang diperoleh dari prodi Fakultas Psikoogi.

Adapun skala penelitian yang digunakan disusun dengan menggunakan *google form* ini dilakukan untuk mempermudah peneliti untuk mendapatkan responden dimasa pandemi Covid 19, agar dapat memutuskan rantai virus dan juga untuk menjaga protokol kesehatan. Peneliti juga menggunakan *informed consent* upaya ini dilakukan untuk mendapatkan persetujuan responden dan menjaga kerahasiaan data mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Pengumpulan data lainnya juga dilakukan peneliti agar mendapatkan informasi dengan menggunakan pertanyaan seperti “berapa lama waktu dalam mengerjakan skripsi” pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

4.1.2 Persiapan Alat Ukur Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mempersiapkan alat ukur penelitian yang terdiri dari:

1. Persiapan Skala Qana’ah

Alat ukur skala *qana’ah* yang digunakan oleh peneliti adalah skala *qana’ah* yang disusun oleh Ahya (2019). Pada skala *qana’ah* ini peneliti tidak melakukan perubahan terhadap aitem-aitem yang ada. Beberapa tahapan yang dilakukan oleh peneliti sebelum menggunakan skala *qana’ah*, yaitu:

a. Perizinan

Pertama sekali peneliti meminta izin kepada yang bersangkutan untuk memakai skala *qana’ah* dengan mengirimkan pesan, setelah peneliti

mendapatkan izin dari yang bersangkutan barulah peneliti melakukan tahapan selanjutnya.

b. Uji Coba

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan uji coba kepada 77 orang yang sedang menyusun skripsi Fakultas Psikologi UIR pada hari Jum'at 16 April 2021 sampai dengan hari Selasa 20 April 2021. Peneliti menggunakan google form untuk mempermudah peneliti melakukan penelitian pada masa pandemi Covid 19 dan juga untuk menjaga protokol kesehatan.

c. Analisis Reliabilitas

Pada skala *qana'ah* tetap dilakukan uji analisis reliabilitas dan telah menggugurkan aitem. Hasil analisis reliabilitas skala *qana'ah* sebelumnya adalah 0,748. Setelah dilakukan analisi daya beda aitem dengan batas indeks daya diskriminasi aitem ($r > 0,200$), terdapat ada satu aitem yang gugur yaitu aitem 1. Selanjutnya peneliti membuang aitem yang gugur lalu menguji kembali reliabilitasnya, peneliti mendapatkan nilai dari reliabilitas skala *qana'ah* meningkat menjadi 0,779 dengan jumlah aitem yang tersisa sebanyak 10 aitem.

Tabel 4.2
Blueprint Skala *Qana'ah* Setelah Tryout

Aspek	Aitem Favorable	Aitem Unfavorable	Jumlah Aitem
Menerima apa adanya	7, 10, 9	1, 4, 11	5
Sabar dan berserah diri	8	2, 5	3
Selalu berusaha	3	6	2
Total			10

Keterangan: aitem yang digaris bawahi adalah aitem yang gugur

2. Persiapan Skala Resiliensi Akademik

Skala resiliensi akademik yang digunakan oleh peneliti adalah skala yang sudah diartikan kedalam bahasa Indonesia oleh (Azfa, 2020). Selanjutnya langkah yang dilakukan peneliti sebelum melakukan penelitian adalah sebagai berikut:

a. Perizinan

Sebelum memakai skala resiliensi akademik peneliti meminta izin terlebih dahulu kepada pemilik skala. Selanjutnya peneliti menghubungi pemilik skala resiliensi akademik tersebut.

b. Uji coba (*tryout*)

Pada skala resiliensi akademik dilakukan juga uji coba dengan jumlah subjek yang sama dengan skala *qana'ah* yaitu 77 subjek yang terdiri dari Fakultas Psikologi UIR. Uji coba dilakukan bersamaan dengan skala *qana'ah* pada hari Jum'at 16 April 2021 sampai dengan hari Selasa 20 April 2021.

c. Analisis Reliabilitas

Pada skala *resiliensi akademik* sebelum dilakukan analisis beda daya aitem memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,855. Setelah dilakukan analisis beda daya aitem dengan batas minimal indeks daya diskriminasi ($r > 0,200$) terdapat tiga aitem yang gugur yaitu aitem 2, 17, dan 29. Setelah aitem yang gugur dibuang reliabilitas skala *resiliensi akademik* meningkat menjadi 0,886, dengan jumlah aitem yang sisa sebanyak 27 aitem.

Tabel 4.3
Blueprint Skala Resiliensi Akademik Sesudah Tryout

Aspek	Aitem Favorable	Aitem Unfavorable	Jumlah Aitem
<i>Perseverance</i>	<u>2</u> , 4, 5, 8, 9, 10, 11, 13, 16, 30	1, 3, 15, <u>17</u>	12
<i>Reflecting and adaptive help seeking</i>	18, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27	<u>29</u>	8
<i>Negative affect and emotional response</i>	23	6, 7, 12, 14, 19, 28	7
Total			27

Keterangan: aitem yang digaris bawah adalah aitem yang gugur

4.2 Hasil Penelitian

4.2.1 Deskripsi Subjek Penelitian

Data demografis yang didapat dari sampel didalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut ini:

Tabel 4.4
Data Demografis Mahasiswa

Data Demografis		F	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	48	31,6
	Perempuan	104	68,4
Usia	20 tahun	5	3,3
	21 tahun	45	29,6
	22 tahun	49	32,2
	23 tahun	35	23
	24 tahun	12	7,9
	25 tahun	3	2
	26 tahun	3	2
Semester	VIII	101	66,4
	X	44	28,9
	XII	4	2,6
	XIV	3	2
Waktu Mengerjakan Skripsi	3 bulan	18	11,8
	4 bulan	23	15,1
	5 bulan	23	15,1
	6 bulan	43	28,3
	7 bulan	4	2,6
	8 bulan	3	2
	9 bulan	6	3,9
	10 bulan	3	2
	12 bulan	25	16,4
	18 bulan	4	2,6

Pada penelitian ini subjek yang terlibat didominasi oleh perempuan dengan jumlah sebanyak 68,4%, sementara laki-laki hanya sebanyak 31,6%, berusia 22 tahun sebanyak 32,2%. Adapun ditunjukkan bahwa rentang waktu dalam mengerjakan skripsi pada rentang 6 bulan sebanyak 28,3%, dimana semester VIII sebanyak 66,4%.

4.2.2 Deskriptif Data Penelitian

Hasil penelitian lapangan tentang hubungan *qana'ah* dan *resiliensi akademik* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Adapun setelah dilakukanya skoring dan analisi, data yang didapatkan berbentuk gambaran deskriptif antara kedua data, dapat dilihat dari nilai minimal dan maksimal, nilai rata-rata dan nilai standar deviasi yang di tunjukkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.5
Deskriptif Data Hipotetik dan Empirik

Skala	Skor perolehan (empirik)				Skor dimungkinkan (hipotetik)			
	Min	Maks	Rerata	SD	Min	Maks	Rerata	SD
<i>Qana'ah</i>	21	50	34,68	5,662	10	50	30	6,66
<i>Resiliensi Akademik</i>	53	131	105,52	11,596	27	135	81	18

Berdasarkan gambaran yang didapat dari tabel diatas bahwa antara *qana'ah* dengan *resiliensi akademik* memiliki tingkatan yang berbeda jika dilihat dari skor (empirik). *Qana'ah* yang dialami pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mendapatkan skor minimal 21, dan maksimal 50 dengan skor rata-rata 34,68 dan nilai standar deviasinya 5,662. Selanjutnya pada *resiliensi akademik* yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki jumlah skor minimal 53 hingga skor maksimal berjumlah 106 dengan skor rata-rata 105,52 dan standar deviasi 11,596.

Jika dilihat dari skor yang dimungkinkan (hipotetik), *qana'ah* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mendapatkan skor minimal 10 hingga

skor maksimal berjumlah 50 dengan skor nilai rata-rata 30 dan standar deviasi berjumlah 6,66. Selanjutnya pada *resiliensi akademik* mendapatkan skor minimal 27 sampai dengan skor maksimal 135, skor rata-rata berjumlah 81 dan standar deviasi berjumlah 18.

Selanjutnya dari hasil deskripsi data tersebut dapat digunakan untuk menentukan kategorisasi skala berdasarkan nilai yang didapat dari rata-rata (mean) dan standar deviasi empirik dari skala *qana'ah* dan *resiliensi akademik*. kategorisasi dipisahkan dalam 5 bagian yang diantaranya sebagai berikut:

Tabel 4,6
Rumus Kategorisasi

Rumus	Kategorisasi
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	$M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	$M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	$M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Pada rumus kategorisasi diatas, untuk dapat mengetahui variabel *qana'ah* terdapat 5 kategori yaitu Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah dan Sangat Rendah sehingga dapat dilihat lebih jelas berdasarkan tabel dibawah ini:

Tabel 4.7
Rentang Nilai Kategorisasi Skor Partisipan *Qana'ah*

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$X \geq 41,5$	14	9,21%
Tinggi	$36,5 \leq X < 41,5$	45	29,60%
Sedang	$31,5 \leq X < 36,5$	49	32,23%
Rendah	$26,5 \leq X < 31,5$	31	20,39%
Sangat rendah	$X \leq 26,5$	13	8,55%
Jumlah		152	100%

Berdasarkan tabel 4.5 diatas, dapat dikatakan bahwa sebagian besar subjek memiliki *qana'ah*, dengan berada pada kategori sedang dengan nilai yang diperoleh sebesar 32,23%. dari 152 subjek menunjukkan terdapat 49 subjek yang memilih *qana'ah* pada rentang kategori sedang. Selanjutnya skor *resiliensi akademik* dapat dilihat pada tabel 4.6 sebagai berikut:

Tabel 4.8
Rentang Nilai Kategorisasi Skor Partisipan Resiliensi Akademik

Kategori	Skor	Frequency	Persentase
Sangat Tinggi	$X \geq 121,5$	12	7,89%
Tinggi	$110,5 \leq X < 121,5$	34	22,36%
Sedang	$99,5 \leq X < 110,5$	67	44%
Rendah	$88,5 \leq X < 99,5$	30	19,73%
Sangat rendah	$X \leq 88,5$	9	5,92%
Jumlah		152	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa didalam penelitian sebagian besar subjek memilih *resiliensi akademik*, berada pada kategori sedang dengan nilai yang diperoleh sebesar 44%. Dapat dikatakan bahwa dari 152 subjek yang menajdi partisipan terdapat 67 orang subjek yang memilih *resiliensi akademik* pada kategori sedang.

4.3 Hasil Analisis Data

4.3.1 Uji Normalitas

Adapun uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang telah didapat berdistribusi normal atau tidak. Peneliti melakukan uji normalitas pada kedua variabel *qana'ah* dan *resiliensi akademik*. analisis dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS versi 22. Berdasarkan nilai *p* dari nilai *Z*

(Kolmogorov-Smirnov) $> 0,05$ bahwa dapat dikatakan data berdistribusi normal, apabila nilai $p < 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal (Siregar, 2012)

Tabel 4.9
Hasil Uji Normalitas Skala *Qana'ah* dan Skala *Resiliensi Akademik*

Variabel	Signifikansi	Keterangan
<i>Qana'ah</i>	0,006 ($p < 0,05$)	Tidak normal
<i>Resiliensi Akademik</i>	0,040 ($p < 0,05$)	Tidak normal

Berdasarkan tabel 4.7 diatas menunjukkan bahwa variabel *qana'ah* mendapatkan nilai signifikansi 0,006 ($p < 0,05$) dan variabel *resiliensi akademik* signifikansinya sebesar 0,040 ($p < 0,05$). Artinya dari kedua variabel *qana'ah* dan *resiliensi akademik* berdistribusi tidak normal.

4.3.2 Uji Linieritas

Uji linieritas ini dilakukan untuk mengetahui arah hubungan variabel *qana'ah* dan *resiliensi akademik*, dalam uji linearitas menggunakan signifikansi (p) dari nilai F (*Linieritas*) $< 0,05$ dapat dikatakan sebagai hubungan yang linear antara variabel *qana'ah* dengan *resiliensi akademik*. jika signifikansi (p) dari F (*Linieritas*) $> p 0,05$ dapat dikatakan bahwa hubungan antara variabel *qana'ah* dan *resiliensi akademik* tidak linier. Adapun dari hasil uji linieritas yang telah dilakukan peneliti terdapat nilai F (*Linierity*) sebesar 45,387 dan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0.05$). selanjutnya berdasarkan hasil dari uji linieritas yang sudah dijelaskan diatas disimpulkan bahwa variabel *qana'ah* dan *resiliensi akademik* memiliki arah hubungan yang linier. Sesuai dengan tabel 4.8 sebagai berikut:

Tabel 4.10
Hasil Uji Asumsi Linieritas

Variabel	Linierity (F)	Signifikansi	Keterangan
<i>Resiliensi Akademik</i>	45,387	0,000	Linier
<i>Qana'ah</i>			

4.3.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis didalam penelitian ini apakah terdapat arah hubungan yang negatif atau positif. Analisis dilakukan menggunakan *Pearson Product Moment* dengan bantuan program *SPSS 22.0 for Windows*. Pada hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,484 dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara qana'ah dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. artinya apabila semakin tinggi qana'ah maka semakin tinggi pula resiliensi akademik, jika semakin rendah tingkat qana'ah maka semakin rendah pula resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. dapat disimpulkan bahwa uji analisi dapat dikatakan hipotesis data penelitian diterima.

4.4 Pembahasan

Setelah mengetahui hasil dari penelitian ini, dengan menggunakan teknik *Person Product Momen* bahwa terdapat adanya hubungan yang positif antara qana'ah dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. adapun nilai korelasi (r) = 0,484 kemudian nilai signifikansi dari kedua variabel tersebut sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Yang dapat diartikan bahwa semakin

tinggi qana'ah maka semakin tinggi pula resiliensi akademik, sebaliknya apabila tingkat qana'ah rendah maka rendah pula tingkat resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Dari penjelasan diatas ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Hasanah (2018) menjelaskan bahwa religiusitas merupakan nilai-nilai baik yang terkandung didalam ajaran agama islam atau akhlak yang baik. Adapun akhlak yang terdapat dalam diri seseorang terbagi dari berbagai sifat-sifat mulia didalamnya seperti Ridho, syukur, sabar, ikhlas dan tawakal. Dari hasil penelitian yang telah dilakukanya menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan resiliensi akademik. Artinya semakin tinggi religiusitas seseorang semakin tinggi pula resiliensi akademik pada santri penghafal al-quran Pondok Pesantren Sutan Derajat Lamongan dengan nilai $(r) = 0,350$ dan $(p) = 0,013$ ($p < 0,05$).

Sesuai juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Nadhifah (2021) didalam penelitiannya ia mengatakan bahwa dalam menghadapi kesulitan dan tantangan dengan baik. Mahasiswa membutuhkan peran resiliensi akademik. religiulitas adala faktor internal yang mempengaruhi resiliensi akademik. metode penelitian yang dipakai adalah metode kepustakaan. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki tingkat religiulitas yang tinggi meyakini bahwa Allah SWT tidak akan memberikan kesulitan diluar batas kemampuan seseorang. Asalkan individu tersebut mau berusaha, berdoa dan bersabar, pasti akan ada kemudahan setelahnya. Kesimpulanya individu yang

memiliki tingkat religiulitas yang tinggi juga dapat meningkatkan resiliensi, adapun resiliensi sangat berperan dalam mengatasi masalah dan juga tekanan pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Septiani dan Fitria (2016) didalam penelitiannya tentang hubungan antara resiliensi dengan stres pada mahasiswa sekolah tinggi kedinasan, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara resiliensi dengan stres, yang artinya seseorang yang resiliensi akan memiliki stres yang rendah, sebaliknya orang yang mudah mengalami stres adalah orang yang tidak resiliensi. Resiliensi adalah kepribadian yang baik yang dapat meningkatkan kualitas kesehatan jiwa seseorang.

Sesuai dengan beberapa komponen-komponen yang dijelaskan diatas, untuk memperkuat penjelasan diatas menurut Hamka (2017) seseorang yang memiliki sifat qana'ah akan dapat menerima dengan rela segala ketentuan ketentuan Allah SWT berikan kepada dirinya. Sehingga apabila seseorang memiliki sifat qana'ah akan dapat mengatasi dan terhindar dari berbagai kesulitan yang dihadapi, juga dapat menjauhkan seseorang dari berbagai kekhawatiran hidup yang dialami dan selalu memasrahkan ketentuan hidup maupun selalu meminta kepantasan kepada Allah SWT sehingga permasalahan tentang kecemasan dimasa depan akan terhindar pada diri seseorang.

Sejalan dengan pendapat Abdusshomad (2020) mengatakan bahwa Pentingnya sifat qana'ah adalah untuk menjauhkan seseorang kepada keburukan, kurang bersyukur, ketakutan dan hawa nafsu duniawi. Salah satu cara untuk

mengendalikan diri dari hawa nafsu duniawi atau sifat tidak baik pada seseorang adalah dengan menerapkan nilai-nilai pada ajaran islam yaitu sifat qana'ah. Seseorang yang qana'ah merupakan orang yang merasa cukup dengan apa yang sudah dimilikinya, lalu menerima dengan rela apa yang di berikan Allah SWT kepadanya, sehingga seseorang yang mampu menerapkan sifat qanaah maka akan terhindar dari kerakusan, kecemasan dan kurang bersyukur maupun sifat-sifat tercela lainnya dengan kata lain ia tidak takut dengan seadikit rezki yang di milikinya. Adapun qana'ah sendiri seperti yang sudah dijelaskan menerima dengan rela maupun ridha atas apa yang diberikan Allah SWT kepadanya. Selanjutnya berkaitan dengan penjelasan diatas maka qana'ah dapat meningkatkan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dalam menghadapi tantangan dan kesulitannya didalam proses belajar.

Kelemahan pada penelitian ini salah satunya hasil analisis data berdistribusi tidak normal, selain itu alat ukur resiliensi akademik perlu dilakukan penelitian ulang sebelum digunakan, selanjutnya populasi pada penelitian ini tergolong terlalu sempit, yaitu hanya pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau saja sehingga penelitian ini hanya untuk mahasiswa Fakultas Psikologi Univrsitas Islam Riau saja

BAB V

PENUTUPAN

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat arah hubungan positif antara variabel qana'ah dengan resiliensi akademik dengan nilai $(r) = 0,484$, nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$). Jadi dapat dikatakan bahwa semakin tinggi qana'ah maka semakin tinggi pula resiliensi akademik, sebaliknya jika semakin rendah qana'ah maka semakin rendah pula resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

1.2 Saran

Selanjutnya ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan kepada pihak-pihak terkait ataupun peneliti selanjutnya, yaitu:

a. Bagi Institusi Perguruan Tinggi

Institusi Perguruan Tinggi diharapkan untuk dapat membuat program pelatihan khusus agar dapat menerapkan akhlak-akhlak dalam islam yaitu qona'ah yang dapat meningkatkan resiliensi akademik dan menjadikan pribadi yang tangguh pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

b. Bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi diharapkan dapat melatih dan menerapkan sifat qona'ah agar dapat bangkit dari tiap kesulitan-kesulitan yang

dialami, selalu berusaha dan berfikir positif dalam mengerjakan skripsi karena didalam kesulitan pasti ada kemudahan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Kepada peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan untuk meneliti hal yang sama diharapkan untuk mempertimbangkan variabel-variabel lainya yang dapat mempengaruhi resiliensi akademik.
2. Peneliti selanjutnya dapat memperluas subjek penelitian seperti pada mahasiswa program magister, mahasiwa swasta dan negeri maupun siswa-siswa menengah
3. Peneliti juga dapat untuk melakukan penelitian sesuai dengan jenis kelamin ataupun pada umur tertentu.

Daftar Pustaka

- Abdusshomad, A. (2020). Penerapan Sifat Qanaah Dalam Mengendalikan Hawa Nafsu Duniawi. *Jurnal Asy-Syukriyyah*, 21(1), 21–33.
<https://doi.org/10.36769/asy.v21i1.95>
- Ahya, A. (2019). Eksplorasi dan pengembangan skala qana'ah dengan pendekatan spiritual indigenous. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 13.
<https://doi.org/10.22219/jipt.v7i1.7834>
- Al Faruq, U. (2012). *Dahsyatnya ikhlas sabar qan'ah*. Ziyad.
- Ali, M. F. (2014). Contentment (Qanācah) and Its Role in Curbing Social and Environmental Problems. *Islam and Civilisational Renewal*, 5(3), 430–445.
<https://doi.org/10.12816/0009871>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40.
<https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Ancok, & Suroso. (2011). *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi* (Muh. Sunga). Pustaka Pelajar. e-mail: pustakapelajar@telkom.net
- Apriani, F., & Listiyandini, R. A. (2019). Kecerdasan emosi sebagai prediktor resiliensi psikologis pada remaja di panti asuhan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 325–339. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2248>
- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi (Studi Fenomenologis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Undip). *Jurnal Psikologi Undip*, 12(1), 1–13.
<https://doi.org/10.14710/jpu.12.1.1-13>
- Azkarisa, Y. D., & Siregar, J. (2020). *Contentment (Qana'ah) and Mental Health on Fishermen in Pena'ah Village, Indonesia*. 113, 564–573.
<https://doi.org/10.5220/0008592105640573>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi2 ed.). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Reliabilitas dan Validitas* (Edisi4 ed.). Pustaka Pelajar.
- Bungin. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Rajagrafindo persada.
- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 2(1), 32. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1822>
- Fadillah, R. E. A. (2013). Stres Dan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Psikologi. *Psikologi*, 1(3), 148–156.

- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130.
<https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- Hamka, D. (2017). *Tasawuf Modern*. Republika Penerbit.
- Hasanah, M. (2018). *HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DENGAN RESILIENSI*. 84–94.
- Hendriani, W. (2016). *Resiliensi Akademik Mahasiswa Doktoral*. (Laporan pe). Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar* (Fahmi IRFAN (ed.); pertama). PRENADAMEDIA IFAN GROUP.
www.prenadamedia.com
- Mujib, A. (2012). a.01 Konsep Pendidikan Karakter Berbasis Psikologi Islam. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Islami*, 1–10.
[https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/1746/A1.Mujib-UIN %28fixed%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/1746/A1.Mujib-UIN%28fixed%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Nadhifah, F. (2021). Hubungan Religiusitas dan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa dalam Perpektif Psikologi Islam. *Ejournal.Unib.Ac.Id, March*.
<https://doi.org/10.15548/alqalb.v12i1.2444>
- Putri, A. S., & Uyun, Q. (2017). Hubungan Tawakal dan Resiliensi pada Santri Remaja Penghapal Al Quran di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(1), 77–87.
- Rindang, G. (2005). *Hubungan Antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29–37.
[https://www.researchgate.net/publication/318128262_Peranan_Optimisme_t erhadap_Resiliensi_pada_Mahasiswa_Tingkat_Akhir_yang_Mengerjakan_S kripsi](https://www.researchgate.net/publication/318128262_Peranan_Optimisme_t_erhadap_Resiliensi_pada_Mahasiswa_Tingkat_Akhir_yang_Mengerjakan_S_kripsi)
- Rusdi A. (2016). *Qana'ah dalam psikologi islam dan konstruksi alat ukurnya*. Naskah Publikasi.
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi 1). PRENADAMEDIA GROUP.

- Sari, P., & Indrawati, E. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. *Empati*, 5(2), 177–182.
- Septiani, T, Fitria, N. (2016). Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 07(02), 59–76.
- Sholichah, I. F., Paulana, A. N., & Putri, F. (2018). Self-esteem dan resiliensi akademik mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 2002, 191–197.
<http://journal.umg.ac.id/index.php/proceeding/article/view/920>
- Siregar, S. (2012). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Bumi Aksara.
- Siswoyo. (2007). *ilmu pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2011). *Statistik untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Utami, L. H. (2020). Bersyukur dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Nathiqiyah: Jurnal Psikologi Islam*, 3(1), 1–21.
<https://ojs.diniyah.ac.id/index.php/Nathiqiyah/article/view/69>
- Wilks, S. . (2008). *Resilience Amid Akademik Stress: The Moderating Impact Of Social Support Among Social Student*. *Journal of Advances in Social Work*. Vol1. No.2.