



The Influence of Religiosity on Self-Control among Out of Town Students in Pontianak

Mira Audina¹, Risna Hayati², Riszky Ramadhan³

miraaudina721@gmail.com risnahayati@unmuhpnk.ac.id riszkyramadhan@unmuhpnk.ac.id

¹ Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Psikologi Universitas Muhammadiyah Pontianak

² Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Psikologi Universitas Muhammadiyah Pontianak

³ Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Psikologi Universitas Muhammadiyah Pontianak

ABSTRACT

Students who live away from home or are separated from their parents often face difficulties in self-control. The contributing factors include themselves, their living environment (boarding houses), academic surroundings, social interactions, peer groups, and religiosity, which can also influence self-control. Students who lack religious guidance and direction in their lives may experience behaviors that deviate from religious teachings, leading to actions that are prohibited by their religion. The purpose of this study is to provide factual data to demonstrate the influence of religiosity on self-control among out-of-town students in Pontianak. The research method used is quantitative, with purposive sampling as the sampling technique. The subjects of this study consisted of 100 out-of-town students in Pontianak. Data analysis was conducted using simple linear regression analysis with the IBM SPSS Statistics v.25 program. The results showed a regression coefficient of 0.030 with a significance value of $0.03 < 0.05$, indicating a positive influence on self-control. Religiosity contributes 7.9% effectively to self-control, while the remaining 92.1% is influenced by other factors not explored in this study.

Keywords: religiosity, self-control, out-of-town students

PENDAHULUAN

Seiring berkembang dan majunya dunia pendidikan, banyak orang-orang yang berasal dari luar daerah datang ke kota untuk menempuh pendidikan yang lebih baik. Luasnya kesempatan untuk memperoleh pengetahuan dengan dukungan fasilitas yang lebih baik, menjadi salah satu daya tarik bagi orang-orang yang berasal dari luar daerah untuk melanjutkan pendidikan di kota besar. Hal ini yang biasa disebut dengan merantau. Merantau merupakan kegiatan yang dilakukan oleh seseorang yang meninggalkan kampung halamannya atas kemauan sendiri dalam jangka waktu yang telah ditentukan dan dengan tujuan mencari penghidupan, menuntut ilmu atau mencari pengalaman. Para perantau yang pergi ke daerah luar dengan tujuan menuntut ilmu atau mencari pengalaman pada umumnya adalah mahasiswa (Naim, 2013).

Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektual yang tinggi, kecerdasan dalam berfikir dan perencanaan dalam bertindak. Berfikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang paling melengkapi (Siswoyo, 2007). Akan tetapi dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Kartika (2022), mahasiswa yang merantau atau hidup berjauhan dengan orang tua biasanya sering bermasalahan pada kontrol diri, faktor penyebabnya yaitu diri sendiri, lingkungan tempat tinggal (kos), lingkungan perkuliahan, pergaulan dan teman sebaya.

Melihat fenomena yang ada di masyarakat kita terutama pada mahasiswa, dimana banyak sekali mahasiswa mengabaikan kegiatan ibadah yang sudah menjadi kewajiban. Fenomena yang serupa juga terjadi pada mahasiswa rantau. Seseorang yang kurang membekali dirinya dengan arahan dan bimbingan keagamaan dalam kehidupannya akan menjadi pemicu berkembangnya perilaku seseorang dan berdampak pada setiap perbuatannya, ini memudahkan seseorang melakukan perbuatan yang dilarang agama.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada sembilan mahasiswa rantau pada tanggal 29 September 2024, didapat hasil bahwa mahasiswa sering melakukan bolos di jam kuliah, dan sering tidak masuk kelas dan menghabiskan waktu berjam-jam di warkop (warung kopi), ini tidak mencerminkan perilaku kedisiplinan diri, dan tidak memiliki pertimbangan sebelum melakukan sesuatu. Dari hasil wawancara juga diketahui bahwa mahasiswa yang sering bolos di jam kuliah juga berdampak pada nilai akademik yang rendah, ini menunjukkan bahwa mahasiswa kekurangan work ethic karena tidak mampu menyelesaikan tugasnya dan mudah dipengaruhi hal-hal yang ada diluar dan tidak berkonsentrasi pada kuliah yang seharusnya menjadi prioritas utama. Mahasiswa juga sering minum-minuman beralkohol yang dimana ini hanya dilakukan ketika berkumpul bersama teman-teman tongkrongan, merokok dan bermain perjudian online (slot), bahkan terlibat pencurian untuk memenuhi kebutuhan bermain perjudian online, ini menunjukkan kurangnya kebiasaan hidup sehat dan reliability, dimana seharusnya individu mampu konsisten dalam mengatur perilakunya untuk mencapai tujuan rencananya yaitu berkuliah. Dari permasalahan yang didapat, membuat mahasiswa rantau menunjukkan adanya kontrol diri yang rendah. Maka sangat penting bagi mahasiswa rantau yang berkuliah di Pontianak agar dapat memiliki kontrol diri yang baik.

Kontrol diri dapat membantu individu mengelola emosi, membuat keputusan yang rasional, dan mengatasi godaan atau impuls yang mungkin muncul (Huda, 2023). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2023), dengan hasil penelitian mengenai kontrol diri dalam pengambil keputusan, memiliki arah yang positif. Sehingga semakin tinggi kontrol diri, maka semakin berpengaruh dalam pengambilan keputusan. Kontrol diri yang baik bisa terbentuk ketika individu menjalankan hidupnya sesuai dengan ajaran agama atau norma yang berlaku, dalam hal ini berkaitan dengan religiusitas.

Religiusitas pada individu berperan untuk memperkuat kontrol diri individu melalui kemampuan kualitas diri individu sebagai pembimbing perilaku sesuai keyakinan agamanya. Bagi mereka yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi akan mempengaruhi perbuatannya, dengan membuktikan perilaku yang terpuji, sebaliknya mereka yang memiliki tingkat religiusitas yang rendah juga akan mempengaruhi dampak negatif pada dirinya sendiri, Dengan begitu religiusitas dapat menjadi suatu faktor dalam pembentukan kontrol diri, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Listiari (2011), terdapat hubungan antara religiusitas dan pengendalian diri, semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang maka semakin tinggi pula kemampuan pengendalian dirinya, begitu juga sebaliknya.

Seseorang yang memiliki religiusitas akan memiliki keyakinan, dimana ini didasari oleh agama dan berpegang pada keyakinan (ideological) tertentu, seperti percaya adanya Allah, percaya atas takdir yang telah ditetapkan Allah, melakukan praktik ibadah (ritualistic) seperti sholat dan puasa, memiliki pengalaman (experiential), dimana ini didasari dari perasaan dekat dengan Allah, memiliki pengetahuan agama (intellectual) seperti sejarah agama, bisa membaca dan memahami Al-Qur'an, dan semua itu akan memiliki konsekuensi (consequential) yang mengacu pada pengaruh nilai-nilai agama yang dianutnya memberikan pengaruh positif dalam kehidupan sehari-hari. Ini membuktikan religiusitas seseorang sangatlah penting sebagai faktor positif untuk merubah kepribadian mahasiswa kearah yang lebih baik. Penelitian yang dilakukan oleh Aldawiyah dan Damayanti (2023), religiusitas mempengaruhi kontrol diri pada

siswa, dimana siswa yang mempunyai tingkat religiusitas yang tinggi akan dapat mengendalikan perilaku seperti perilaku disiplin, mematuhi peraturan sekolah, melakukan tindakan dengan pertimbangan yang matang, mengerjakan tugas-tugas sekolah tepat waktu.

Religiusitas menurut Glock dan Stark (1968), sebagai tingkat pengetahuan seseorang terhadap agama yang dianutnya serta suatu tingkat pemahaman yang menyeluruh terhadap agama yang dianutnya. Menurut Koenig (2005) religiusitas adalah sistem terorganisir dari keyakinan, praktek, dan ritual masyarakat. Sedangkan menurut Mangunwijaya (1982), religiusitas merupakan wujud nyata atau kualitas dari keberagaman seseorang (Dalam Suryadi & Hayat, 2021).

Religiusitas diartikan sebagai hubungan yang mengikat antara diri manusia dengan hal-hal diluar diri manusia, yaitu Tuhan. Menurut Dister (1982), bahwa religiusitas menunjukkan pada kadar ketertarikan individu terhadap agamanya, artinya individu telah menginternalisasikan dan menghayati agamanya sehingga berpengaruh dalam tindakan (dalam Alwi, 2018). Sedangkan menurut Rahmat (2012) mengemukakan bahwa religiusitas merupakan sikap keagamaan, yaitu suatu keadaan yang ada dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk bertindak laku sesuai kadar ketaatannya terhadap agama.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang pengaruh religiusitas terhadap kontrol diri pada mahasiswa rantau.

METODE PENELITIAN

Identifikasi variabel penelitian adalah merupakan penetapan label bagi variabel-variabel utama dalam penelitian dan penentuan fungsi masing-masing dalam setiap hipotesis (Azwar, 2017). Pada penelitian ini mengidentifikasi dua variabel, yakni variabel independent (X) dan variabel dependen (Y). Pada penelitian ini yang menjadi populasi adalah mahasiswa rantau sebanyak 100 orang. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti mengambil sebanyak 40 subjek digunakan sebagai sampel tryout penelitian, sedangkan 60 subjek lainnya digunakan sebagai sampel penelitian. Adapun karakteristik sampel dalam penelitian ini. Teknik pengumpulan data adalah wawancara dan observasi, teknik analisis data adalah analisis deskriptif klasik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Persiapan Perizinan

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mencari subjek di tempat umum atau media sosial yang sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan. Peneliti juga membagikan link skala penelitian ke himpunan atau organisasi dengan meminta izin terlebih dahulu kepada ketua himpunan atau ketua organisasi melalui media whatsapp. Oleh karena itu, permohonan izin yang digunakan dalam penelitian ini hanya berupa perizinan non formal. Skala Penelitian yang disebarkan memuat link google form dalam bentuk lembar persetujuan (informed consent), dan juga lembar yang sudah di prin, yang berisi mengenai penelitian, prosedur penelitian, dan keterangan kesediaan responden dalam mengisi pernyataan.

Uji Coba Alat Ukur

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti melakukan uji coba alat ukur yang telah dibuat sebelumnya dengan jumlah 78 aitem pada variabel religiusitas dan 72 aitem pada variabel kontrol diri. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 20 Maret sampai 22 April 2025. Jumlah responden yang di uji berjumlah 40 orang. Peneliti menyebarkan skala dengan menggunakan lembar skala dan link google form.

Proses pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan lembar kertas dan link yang berisi pernyataan, lembar dan link tersebut disebarkan kepada orang-orang yang berada

di Kota Pontianak yang sesuai dengan kriteria peneliti. Setelah skala tersebut terisi oleh responden, kemudian melakukan tabulasi data. Blueprint skala religiusitas setelah di uji coba ditunjukkan melalui tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 1. Blueprint Skala Penelitian Religiusitas setelah Uji Coba

Aspek	Aitem Fav	Unfav	Jumlah Aitem awal	Jumlah Aitem Gugur	Jumlah Aitem Sahih
Keyakinan (Ideological)	1, 4, 8, 12, 17, 19, 21, 22, 24	2, 5, 9, 11, 16, 20, 25, 26, 28	18	3	15
Praktik Ibadah (Ritualistic)	3, 6, 14, 15, 27, 30	7, 10, 13, 18, 23, 29	12	6	6
Pengalaman (Experiental)	31, 32, 42, 46, 51, 56, 60, 61	38, 39, 43, 52, 55, 57, 64, 67	16	10	6
Pengetahuan Agama (Intellectual)	34, 40, 44, 45, 53, 54, 59, 63	33, 35, 41, 49, 58, 62, 65, 68	16	3	13
Konsekuensi (Consequential)	36, 47, 50, 70, 74, 75, 77, 78	37, 48, 66, 69, 71, 72, 73, 76	16	4	12
	JUMLAH		78	26	52

Keterangan: Aitem dengan cetak tebal merupakan aitem gugur

Setelah melakukan uji coba alat ukur skala religiusitas, terdapat aitem dengan pergerakan rit dari 0,307 sampai 0,777 dengan nilai $N = 52$. Menurut Periantalo (2015) pergerakan indeks daya beda aitem minimal yang digunakan sebesar 0,300. Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui aitem awal yang berjumlah 78 aitem gugur sebanyak 26 dan didapatkan aitem berjumlah 52 aitem yang shahih sebagai aitem alat ukur untuk pelaksanaan penelitian. Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan penyusunan ulang pada penomoran aitem yang shahih di skala religiusitas.

Tabel 2. Blueprint Skala Penelitian Kontrol Diri setelah Uji Coba

Aspek	Aitem Fav	Unfav	Jumlah Aitem awal	Jumlah Aitem Gugur	Jumlah Aitem Sahih
Self-discipline	1, 8, 9, 14, 18, 21, 25, 27	2, 7, 15, 16, 19, 23, 28, 30	16	6	10
Deliberate/Non-impulsive	4, 12, 17, 22	3, 2, 10, 31	8	1	7
Healty Habits	6, 11, 26, 32, 33, 45, 51, 62	5, 13, 20, 29, 43, 48, 54, 60	16	7	10
Work Ethic	36, 39, 44, 47, 55, 61, 64, 71	34, 35, 49, 53, 59, 63, 66, 72	16	3	13
Reabilit	40, 41, 48, 50, 58, 65, 67, 68	37, 38, 42, 46, 52, 56, 57, 59	16	4	12
	JUMLAH		72	21	51

Keterangan: Aitem dengan cetak tebal merupakan aitem gugur

Setelah melakukan uji coba alat ukur skala kontrol diri, terdapat aitem dengan pergerakan rit dari 0,309 sampai 0,738 dengan nilai $N = 51$. Menurut Periantalo (2015)

pergerakan indeks daya beda aitem minimal yang digunakan sebesar 0,300. Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui aitem awal yang berjumlah 72 aitem gugur sebanyak 21 dan didapatkan aitem berjumlah 51 aitem yang shahih sebagai aitem alat ukur untuk pelaksanaan penelitian. Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan penyusunan ulang pada penomoran aitem yang shahih di skala kontrol diri.

Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan setelah selesai tabulasi data uji reliabilitas, kemudian melakukan penomoran ulang aitem blueprint menggunakan SPSS. Pada penelitian ini terdapat 60 subjek penelitian pada mahasiswa rantau di Kota Pontianak yang mengisi skala dan dilaksanakan dari tanggal 16-21 Mei 2024 dengan menggunakan google form dan penyebaran skala secara offline. Skala online dapat diakses melalui tautan <https://forms.gle/99GZp8GoQxkKqGYo9>

Skala Religiusitas

Skala penelitian religiusitas setelah uji coba dilakukan penomoran ulang menghasilkan aitem favorable dan aitem unfavorable. Skala penelitian kontrol diri setelah uji coba dilakukan penomoran ulang menghasilkan aitem favorable dan aitem unfavorable.

Kategorisasi Empirik

Kategorisasi empirik yaitu membandingkan skor subjek dengan orang lain dalam kelompoknya. Kategorisasi ini didasarkan pada data yang dikumpulkan, dan hasilnya mengikuti kurva berdistribusi normal. Berikut tabel yang menjelaskan skala religiusitas, mengklasifikasikan individu ke dalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 3. Kategorisasi Empirik Skala Religiusitas

Norma	Kategori	Interval	Jumlah Responden	Persentase
$(X \leq \mu - O)$	Rendah	< 158	10	16,7 %
$(\mu - O < X \leq \mu + O)$	Sedang	158-186	39	65 %
$(X > \mu + O)$	Tinggi	> 186	11	18,3 %
	Total		60	100 %

Kategorisasi skor total masing-masing individu menunjukkan tingkat subjek yang memiliki religiusitas dimulai dari kategori tinggi yang berjumlah 11 orang (18,3%), kategori sedang berjumlah 39 orang (65%), dan kategori rendah berjumlah 10 orang (16,7%). Berdasarkan dari data yang diperoleh ini menunjukkan bahwa subjek yang religiusitas masuk dikategori sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa subjek masih memiliki keinginan yang cukup tinggi untuk melakukan ibadah.

Berikut tabel 4 yang menjelaskan skala kontrol diri, mengklasifikasikan individu ke dalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 4. Kategorisasi Empirik Skala Kontrol Diri

Norma	Kategori	Interval	Jumlah Responden	Persentase
$(X \leq \mu - O)$	Rendah	< 150	11	18,3 %
$(\mu - O < X \leq \mu + O)$	Sedang	150-190	40	66,7 %
$(X > \mu + O)$	Tinggi	> 190	9	15 %
	Total		60	100 %

Kategorisasi skor total masing-masing individu menunjukkan tingkat subjek yang memiliki kontrol diri dimulai dari kategori tinggi yang berjumlah 9 orang (15%), kategori sedang berjumlah 40 orang (66,7%), dan kategori rendah berjumlah 11 orang (18,3%).

Berdasarkan dari data yang diperoleh ini menunjukkan bahwa subjek masuk dikategori sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki kemampuan untuk mengatur setiap kegiatan.

Kategori Hipotetik

Kategorisasi hipotetik merupakan kategorisasi yang membandingkan skor subjek dengan kriteria atau standar cut score tertentu. Skor hipotetik diperoleh dari perhitungan skor minimal dan skor maksimal, skor minimal diperoleh dengan melakukan perkalian antara jumlah butir skala dengan skor terendah dari pembobotan skala dan skor maksimal dapat diperoleh dengan melakukan perkalian antara jumlah butir skala dengan skor tertinggi berdasarkan pembobotan skala. Skor hipotetik diperoleh dengan menggunakan rumus skor maksimal (jumlah item x skor maksimal), skor minimal (jumlah aitem x skor minimal), mean hipotetik (μ) dengan melakukan pengurangan skor maksimal terhadap skor minimal kemudian dibagi dua, dan deviasi hipotetik (O) diperoleh dengan pembagian antara nilai range (skor maksimal-skor minimal) dan dibagi dengan 6 (enam).

Berikut tabel yang menjelaskan skala religiusitas, mengklasifikasikan individu ke dalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 5. Kategorisasi Hipotetik Skala Religiusitas

Norma	Kategori	Interval	Jumlah Responden	Persentase
$(X \leq \mu - O)$	Rendah	< 104	-	-
$(\mu - O < X \leq \mu + O)$	Sedang	104-156	8	13,3%
$(X > \mu + O)$	Tinggi	>156	52	86,7 %
Total			60	100 %

Kategorisasi skor total masing-masing individu menunjukkan tingkat subjek yang memiliki Religiusitas dimulai dari kategori tinggi yang berjumlah 52 orang (86,7%), kategori sedang berjumlah 8 orang (13,3%). Berdasarkan dari data yang diperoleh ini menunjukkan bahwa subjek yang memiliki perilaku religiusitas masuk dikategori tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa individu tersebut melakukan kegiatan religiusitas dengan baik.

Berikut tabel 6 yang menjelaskan sakala kontrol diri yang akan dikategorikan menjadi tiga yaitu tinggi, seang rendah.

Tabel 6. Kategorisasi Hipotetik Skala Kontrol Diri

Norma	Kategori	Interval	Jumlah Responden	Persentase
$(X \leq \mu - O)$	Rendah	< 102	-	-
$(\mu - O < X \leq \mu + O)$	Sedang	102-153	14	23,3%
$(X > \mu + O)$	Tinggi	>153	46	76,7 %
Total			60	100 %

Kategorisasi skor total masing-masing individu menunjukkan tingkat subjek yang memiliki Religiusitas dimulai dari kategori tinggi yang berjumlah 46orang (76,7%), kategori sedang berjumlah 14 orang (23,3%). Berdasarkan dari data yang diperoleh ini menunjukkan bahwa subjek yang memiliki perilaku kontrol diri masuk dikategori tinggi. Hal ini menunjukkan individu memiliki kemampuan dan strategi yang efektif untuk mengatur kebiasaan yang dilakukan. Sehingga tidak mengganggu aktivitas dan kehidupan secara keseluruhan.

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan uji asumsi sebagai syarat untuk melakukan uji hipotetis yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan karena data penelitian yang telah diperoleh akan dianalisis menggunakan pendekatan parametrik, sehingga data harus berdistribusi normal. Teknik yang digunakan untuk uji normalitas dalam penelitian ini adalah teknik Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan IBM SPSS versi 25.0. signifikansi uji Kolmogorov-Smirnov $\alpha > 0,05$. Sebaliknya apabila $\alpha < 0,05$ maka sebaran data tidak normal. Adapun hasil perhitungan uji normalitas dirincikan pada tabel 17 sebagai berikut:

Tabel 7. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test				
Religiusitas			Kontrol Diri	
N			60	60
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	172.10	170.68	
	Std. Deviation	14.144	19.960	
Most Extreme Differences	Absolute	.097	.098	
	Positive	.097	.088	
	Negative	-.054	-.098	
Test Statistic			.097	.098
Asymp. Sig. (2-tailed)			.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan nilai signifikan dari variabel religiusitas sebesar 0,200 dan variabel kontrol diri 0,200 yang artinya lebih dari probabilitas 0,05 sebaran data dari variabel religiusitas dan kontrol diri adalah berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis mempunyai hubungan secara linear atau tidak. Kedua variabel dapat dikatakan linear apabila nilai signifikan (Sig) $> 0,05$ maka data tersebut dapat linear begitu juga sebaliknya, jika nilai signifikan (Sig) $< 0,05$ maka data tersebut dikatakan tidak linear. Uji linearitas yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan bantuan program IBM SPSS versi 25.0. Adapun hasil yang didapat dirincikan pada tabel 18 sebagai berikut:

Tabel 8. Uji Linearitas

ANOVA Table								
Sum of Squares					df	Mean Square	F	Sig.
Religiusitas * Kontrol Diri	Between Groups	(Combined)	5527.617	30	184.254	.851	.668	
		Linearity	896.286	1	896.286	4.142	.051	
		Deviation from Linearity	4631.331	29	159.701	.738	.791	
	Within Groups		6275.783	29	216.406			
	Total		11803.400	59				

Berdasarkan hasil yang didapat pada tabel di atas, uji linearitas persamaan regresi diperoleh dari baris Deviation from Linearity yaitu F (Fhit) = 0,738 dengan p-value = 0,791 $> 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa regresi X atas Y adalah Linear.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui arah dan kuatnya pengaruh antara variabel dalam penelitian ini melakukan uji hipotesis dengan regresi linear sederhana. Pengujian koefisien regresi (B) digunakan untuk mengetahui seberapa besar dampak dari setiap variabel bebas (independent), untuk mengetahui signifikansi tiap variabel dapat dilihat dari kolom Sig.

jika nilai signifikan < 0.05 maka variabel tersebut signifikan begitu juga sebaliknya, jika nilai signifikansi > 0.05 maka variabel tersebut tidak signifikan. Adapun hasil perhitungan yang didapat dirincikan pada tabel 19 sebagai berikut:

Tabel 9. Koefisien Regresi

Coefficients^a

Unstandardized Coefficients				Standardized Coefficients		t	Sig.
Model	B	Std. Error	Beta				
1	(Constant)	101.029	31.112			3.247	.002
	Religiusitas	.402	.180	.281		2.230	.030

a. Dependent Variable: Kontrol Diri (Y)

Berdasarkan hasil perhitungan di atas dapat dilihat pada tabel nilai konstanta dan koefisien persamaan regresi linear diperoleh dikolom B. Angka konstanta dalam penelitian ini mempunyai nilai sebesar 101.029 yang mengandung arti bahwa nilai konsistensi variabel kontrol diri adalah sebesar 101.029. sedangkan angka koefisien regresi sebesar 0,409 yang mengandung arti bahwa setiap penambahan 1% Religiusitas (X) oleh karena itu religiusitas akan meningkat 0,197, sehingga persamaan regresi $Y = 101.029 + (0,402) X$.

Hasil analisis yang diperoleh dapat diketahui nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,03 lebih kecil dari $< \text{probalitas } 0,05$. Perhitungan selanjutnya akan dilakukan signifikansi persamaan regresi yang dapat ditentukan berdasarkan ANOVA tabel sebagai berikut:

Tabel 10. Signifikansi Persamaan Garis Regresi

		ANO	VA ^a			
	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1905.815	1	1905.815	4.974	.030 ^b
	Residual	22225.168	58	383.193		
	Total	24130.983	59			

a. Dependent Variable: Kontrol Diri(Y)

b. Predictors: (Constant), Religiusitas (X)

Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai F (Fhit) = 4.974 dengan tingkat signifikan sebesar $0,030 < 0.05$ artinya regresi X atas Y signifikansi. Maka dapat disimpulkan H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti “terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap kontrol diri pada mahasiswa rata-rata di Kota Pontianak”.

Adapun hasil perhitungan yang didapatkan dapat dilihat pada tabel yang dirincikan sebagai berikut:

Tabel 11. Hasil Analisis Regresi

				Model Summ	ary				
				Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
Model	R	R Square	Adjusted R Square		R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.281 ^a	.079	.063	19.575	.079	4.974	1	58	.030

a. Predictors: (Constant), Kontrol Diri

Berdasarkan pada tabel diatas, dapat diketahui koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,281 dan Fhit (Fchange) = 4.974 dengan nilai signifikansi sebesar $0,030 < \text{dari } 0.05$ yang dapat diartikan bahwa koefisien korelasi religiusitas (X) dan kontrol diri (Y) signifikan. Nilai koefisien determinasi atau R^2 adalah sebesar 0,079 nilai ini berarti sumbangsih pengaruh religiusitas

terhadap kontrol diri sebesar 7,9 % dan 92,1 % dipengaruhi oleh faktor lain.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara religiusitas dan kontrol diri pada mahasiswa rantau di Kota Pontianak. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa rantau di Kota Pontianak dinyatakan bahwa nilai signifikansi (P) 0,03 atau lebih kecil dari probabilitas 0,05. Taraf signifikansi yang diperoleh menunjukkan jika terdapat pengaruh yang positif secara signifikan antara religiusitas dan kontrol diri, dengan demikian maka H_0 diterima H_0 ditolak. Capaian tersebut menunjukkan adanya pengaruh pada kedua variabel sehingga semakin tinggi religiusitas maka akan semakin tinggi juga kontrol diri pada mahasiswa rantau di kota Pontianak.

Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana dari variabel religiusitas

- (X) terhadap variabel kontrol diri (Y) di dapat nilai R^2 atau koefisien determinasi sebesar 7,9% dan sebesar 92,1% dipengaruhi oleh faktor lain. Berdasarkan nilai tersebut dapat didefinisikan bahwa variabel religiusitas (X) memberikan sumbangan efektif sebesar 7,9% terhadap variabel kontrol diri
- (Y) dan sisanya 92,1% dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khumaizah & Siregar (2015), menggambarkan bahwa 64,9% pengendalian diri dibentuk oleh religiusitas dan 35,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang mempengaruhi baik atau buruknya.

Faktor-faktor lain yang mempengaruhi kontrol diri adalah kepribadian, orang tua dan lingkungan (Ghufron dan Rini, 2011). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susilo (2018) yang ditunjukkan dengan hasil 99,6% subjek merasa mendapatkan pengaruh dari orang tua, pengaruh yang diberikan oleh saudara, teman, pemuka agama dan pihak lainnya mampu memberikan pengaruh hingga 90%. Hal ini menunjukkan bahwa peranan orang tua, teman, pemuka agama memiliki peran yang cukup tinggi dalam pertumbuhan religiusitas seseorang. Kaum milenial harus mampu mengontrol diri dengan cara memilah dan memilih nilai yang bermanfaat melalui penggunaan teknologi dan penggalian informasi dari internet dan sosial media serta mencari fatwa yang baik dalam bersosialisasi di lingkungan sekitar, cara-cara tersebut diyakini dapat menjadi kontrol diri dalam bersosialisasi (Asmuni, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada variabel religiusitas pada kategorisasi religiusitas tingkat subjek masuk dalam kategori tinggi berjumlah 52 orang (86,7%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa subjek memiliki keinginan yang sangat tinggi dan melakukan kegiatan religiusitas dengan baik. Berdasarkan kategorisasi yang dilakukan, dapat diketahui bahwa terdapat satu aspek dengan nilai tinggi, yaitu aspek keyakinan (ideological), berupa butir pernyataan saya tidak percaya kepada Allah SWT, pada pernyataan unfavourable, dimana rata-rata individu menjawab dengan sangat tidak sesuai dan tidak sesuai. Pernyataan tersebut membuktikan individu percaya sepenuhnya kepada Allah SWT. Keyakinan ini didasarkan pada pengalaman pribadi dan keyakinan batin yang memperkuat rasa keterhubungan mereka dengan sesuatu yang besar, muslim mengakui kekuatan Allah dalam menciptakan dan mengatur kehidupan, meskipun ada kejahatan kepercayaan kepada Tuhan tetap ada (Nabila, dkk, 2023). Sedangkan hasil skor paling rendah di dapat dari kategorisasi aspek yang sama dengan pernyataan yang menunjukkan bahwa individu kadang merasa khawatir terhadap rencana Allah SWT.

Data analisa pada variabel kontrol diri menghasilkan tingkat subjek yang memiliki kontrol diri yang tinggi berjumlah 46 orang (76,7%). Hasil data penelitian di atas menjelaskan bahwa subjek memiliki kontrol diri yang baik, dimana subjek dapat mengatur waktu dalam kegiatan sehari-hari tanpa harus meninggalkan ibadah, Berdasarkan kategorisasi yang dilakukan, dapat diketahui bahwa terdapat satu aspek dengan nilai tinggi, yaitu aspek kebiasaan

sehat (healty habits), berupa butir pernyataan saya perokok aktif, pada pernyataan unfavorabel, dimana rata-rata individu menjawab dengan sangat tidak sesuai dan tidak sesuai. Dapat disimpulkan individu atau subjek dalam penelitian ini rata-rata menghindari kebiasaan buruk dengan tidak merokok. Kemampuan untuk menahan atau mengendalikan diri seseorang dengan mempertimbangkan bagaimana konsekuensi dalam situasi tertentu agar mampu diterima dalam lingkungannya (Zulfah, 2021). Sedangkan hasil skor paling rendah di dapat dari kategorisasi aspek yang sama dengan pernyataan saya jarang melakukan pemeriksaan kesehatan.

Pengaruh religiusitas terhadap kontrol diri pada mahasiswa rantau di Kota Pontianak merupakan faktor yang saling mempengaruhi. Religiusitas merupakan tingkat keyakinan seseorang terhadap agamanya dengan penerapan nilai agama tersebut dalam kehidupan. Seseorang yang religius biasanya berperilaku sesuai tuntutan agama yang akan mengarahkan seseorang dalam pengendalian dirinya. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Aldawiyah dan Damayanti (2023), religiusitas memiliki hubungan positif dengan kontrol diri, dimana siswa yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi akan dapat mengendalikan perilaku seperti perilaku disiplin, mematuhi aturan sekolah, melakukan tindakan dengan pertimbangan yang matang, mengerjakan tugas-tugas sekolah tepat waktu.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini terdapat pengaruh religiusitas terhadap kontrol diri pada mahasiswa rantau di Kota Pontianak.

KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil analisis penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil Analisis data menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar $0,03 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh antara variabel religiusitas terhadap kontrol diri pada mahasiswa rantau di kota Pontianak, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima.
2. Variabel religiusitas memberikan sumbangsih efektif sebesar 7,9% terhadap kontrol diri dan sisanya 92,1% sumbangan dari faktor lain seperti orang tua, teman, dan pemuka agama.
3. Analisa deskriptif untuk religiusitas tingkat subjek masuk dalam kategori tinggi berjumlah 52 orang dengan persentase sebesar 86,7%, semetara pada variabel kontrol diri menghasilkan tingkat subjek yang memiliki kontrol diri yang tinggi berjumlah 46 orang dengan persentase sebesar 76,7%.
4. Analisis butir aitem variabel religiusitas terdapat satu aspek dengan nilai tinggi, yaitu aspek keyakinan (ideological). Adapun perolehan skor terendah di dapat dari kategorisasi aspek yang sama dengan pernyataan yang menunjukkan bahwa individu kadang merasa khawatir terhadap rencana Allah. Analisis butir aitem variabel kontrol diri yang dilakukan, dapat diketahui bahwa terdapat satu aspek dengan nilai tinggi, yaitu aspek kebiasaan sehat (healty habits). Sedangkan hasil skor paling rendah di dapat dari kategorisasi aspek yang sama.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldawiyah, A., & Damayanti, I. (2023). Bagaimana Religiusitas Siswa Madrasah Aliyah Mempengaruhi Kontrol Diri? *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(2), 56-65.
- Alwi, S. (2018). Perkembangan Religiusitas Remaja. Yogyakarta: Kaukaba Dipantara.
- Asmuni, H. (2019). Peran lingkungan social terhadap kontrol diri kaum milenial.

AL-FIKRAH: Jurnal Studi Ilmu Pendidikan dan Keislaman, 2(2).199-134.

Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri dan kenakalan remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02)126-129.

Azwar, S. (2017). Metode penelitian psikologi. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Belajar Baumeister, R.F., Smart, L., & Boden, J. M. (1996). *Relation of threatened Egoism, to Violence and Aggression: The dark side of High self-esteem*. *Psychological Review*, 103, 5-33.

Bambang Suryadi dan Bahrul Hayat. Religiusitas Konsep, Pengukuran, dan Implementasi Di Indonesia. Jakarta Pusat: Bibliosmia Karya Indonesia, 2021.

El-Menouar, Y. (2014). The Five dimensions of muslim religiosity. Result of an empirical study. *Methods, Data, Analyses*, 8(1), 53-87

Ghufron, Nur, M., Risnawati, Rini. (2011). Teori-Teori Psikologi. Jogyakarta: ArRuzz Media.

Gunarsa, S.D. (2004). *Dari Anak sampai Usia Lanjut*. Jakarta: BPK Gunung Mulia Huda, M. (2023) Kontrol Diri dan Tawakal terhadap *quarter-life crisis* pada santri di Pesantren. *Jurnal of Indonesia Psychological Science*. 3(1), 284-297

Kartono, Kartini & Dali Gulo. (2003). Kamus Psikologi, (Bandung: CV Pionir Jaya).

Kartika, L. (2022). *Gambaran Kontrol Diri dalam Menjaga Pergaulan pada Mahasiswa Perantau di Prodi BKI AR-RANIRY Banda Aceh* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry Banda Aceh).

Khairunnisa, A. (2013). Hubungan religiusitas dan kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah remaja di MAN 1 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3).

Khumaizah, U., & Siregar, M. (2015). Hubungan Religiusitas dengan Pengendalian Diri pada Remaja di Desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah.

Listari, E. (2011). Hubungan antara Tingkat Religiusitas dan pengendalian Diri pada Remaja Tingkat SMA. *Jurnal Psikologi* 7(1).

Nabila, N. R., Nur, S.I., Dwiki, S., Ramadani, H. N., Amelia, F. N., Kamila, B., ... & Arifandi, A. (2023). Peran keyakinan Dan Keterlibatan Tuhan dalam Kehidupan Bermasyarakat: Studi Mini Riset Masyarakat Kabupaten Jember. *Tabisyir: Jurnal Dakwah dan Sosial Humaniora*, 4 (3), 48-59.

Naim, M. (2013). *Merantau Pola Migrasi Suku Minangkabau*. Jakarta: Raja Gafindo Persada

Oktadiana, R. (2018). Hubungan antara religiusitas dengan kontrol diri mahasiswa IAIN Batu Sangkar (studi pada mahasiswa yang tinggal di wisma). *SKRIPSI*. Institut Agama Islam Negeri Batu Sangkar

Rahmat, J. (2012). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.



- Reza, I. F. (2013). Hubungan antara religiusitas dengan moralitas pada remaja di madrasah aliyah (MA). *Humanitas*, 10(2), 45-58.
- Rounding, K., Lee, A., Jacobson, J. A., Ji, L. J. (2012). Religion replenishes selfcontrol. *Psychological Science*, 23(6), 635-642.
- Setiawan, E.A. (2023). Kontrol Diri Terhadap Pengambilan Keputusan Karier Siawa. *Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 2(1), 84-91
- Siswoyo, D. (2007). *Ilmu pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susilo, J.D. (2018). Studi Deskripsi Tentang Religiusitas Dan Fktor- Faktor Yang Mempengaruhi Religiositas Pada Mahasiswa Yang Beragama Khatolik Di Universitas X. *EXPERIENTAL: Jurnal Psikologi Indonesia*, 6 (1), 51-63.
- Sutopo, Yeri & Achmad Slamet. (2017). *Statistik Inferensial*. Yogyakarta: Andi.
- Tagney, J.P., Baumeister, R.F., & Boone, A.L. (2004). *High self-control predicted good adjustment, less pathology, better grade, and interpersonal success*. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
- Taneo, M., & Huwae, A. (2023). Religiositas Dan Kontrol Diri Pada Mahasiswa Rantau di Salatiga. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(2). 5200- 5208.
- Widi, E. N.,Saraswati, P.,&Dayakisni,T. (207). Kedisiplinan siswa-siswi SMA ditinjau dari perilaku sholat wajib lima waktu. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 135-150.
- Yahya, A. D., & Megalia, M. (2017). Pengaruh Konseling Cognitif Behaviour Therapy (CBT) dengan Teknik Self Control untuk Mengurangi Perilakuagresif Peserta Didik Kelas VIII di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E- Journal)*, 3(2), 133-146.
- Zulfah, Z. (2021). Karakter: pengendalian diri. *Iqra: Jurnal Magister Pendidikan Islam*, 1(1), 28-33.