PENGARUH BIBLIOTERAPI SUFISTIK DALAM MENINGKATKAN REGULASI DIRI SANTRI

Halimatus Sa'diyah
Institut Ilmu Keislaman Annuqayah (INSTIKA) Guluk-Guluk Sumenep
diyahdee09@gmail.com

Nuzulul Khair
Institut Ilmu Keislaman Annuqayah (INSTIKA) Guluk-Guluk Sumenep
nuzululkhair88@gmail.com

Zamzami Sabiq
Institut Ilmu Keislaman Annuqayah (INSTIKA) Guluk-Guluk Sumenep
sabiqzamzami@gmail.com

Received:	Revised:	Approved:
3 Agustus 2022	20 Oktober 2022	15 Desember 2022

Abstract

Self-regulation plays an important role in the process of individual growth and development, especially in the adolescent and early adult age ranges. This study aims to determine the effect of sufistic bibliotherapy on the self-regulation of students at Annuqayah Latee 1 Islamic Boarding School. The research method uses an experimental design with a pretest-posttest control group design. The population was mostly female students at the Annuqayah Latee I Islamic Boarding School. The research sample consisted of 20 female students, each group consisting of 10 female students. Respondents were chosen randomly to equalize the experimental group and the control group. The scale used is a self-regulation scale developed by researchers. The treatment for the experimental group was reading stories related to Sufi figures, while the control group was not given treatment. This study concluded that sufistic bibliotherapy is effective for increasing self-regulation in learning, as shown by the results of the paired sample t-test, which has a significance value of 0.001 (0.001 0.05). Female students who received treatment obtained a higher average increase in self-regulation (62) than before receiving treatment (56.4). There was a posttest difference between the self-regulation conditions of the experimental group and the control group after the experimental group was given treatment, as indicated by the results of the independent sample t-test, which had a significance value of 0.002 (0.002 0.05). Based on these results, it can be concluded that sufistic bibliotherapy is effective for increasing the self-regulation of students at Annuqayah Latee 1 Islamic Boarding School.

Keywords: *Sufistic Bibliotherapy, Self-Regulation, Santri*

Abstrak

Regulasi diri berperan penting dalam proses tumbuh kembang seseorang, khususnya pada rentang usia remaja dan dewasa awal. Penelitian ini bertujuan

untuk mengetahui pengaruh biblioterapi sufistik terhadap regulasi diri santri di Pondok Pesantren Annuqayah Latee 1. Metode penelitian menggunakan eksperimen dengan desain pretest-posttest control group design. Populasi penelitian adalah santri berstatus mahasiswi Pondok Pesantren Annuqayah Latee 1. Sampel penelitian berjumlah 20 mahasiswi masing-masing kelompok memiliki anggota 10 mahasiswi. Subjek diambil secara acak untuk menyetarakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Skala yang digunakan adalah skala regulasi diri dalam belajar yang dikembangkan oleh peneliti. Perlakuan (treatment) kepada kelompok eksperimen adalah membaca cerita yang berkaitan dengan tokoh sufi sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan(treatment). Penelitian ini menghasilkan kesimpulan biblioterapi sufistik efektif untuk meningkatkan regulasi diri dalam belajar, ditunjukkan hasil uji-t paired sampel t-test yang memiliki nilai signifikansi 0,001 (0,001 < 0,05). Mahasiswi yang mendapat perlakuan memperoleh rerata peningkatan regulasi diri lebih tinggi (62) dibanding sebelum mendapat perlakuan (56,4). Terdapat perbedaan posttest antara kondisi regulasi diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah kelompok eksperimen diberi perlakuan, ditunjukkan dengan hasil uji-t independent sample t-test yang memiliki nilai signifikansi 0,002 (0,002 < 0,05). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan biblioterapi sufistik efektif untuk meningkatkan regulasi diri santri di Pondok Pesantren Annuqayah Latee 1.
Kata Kunci: Biblioterapi Sufistik, Regulasi Diri, Santri

Pendahuluan

Regulasi diri berperan penting dalam proses tumbuh kembang seseorang, khususnya pada rentang usia remaja dan dewasa awal di mana kehidupan semakin kompleks dan berbagai tuntutan harus dipenuhi. Regulasi diri utamanya dalam belajar akan membantu seseorang untuk memenuhi segala tuntutan dengan mengatur tujuan, mengevaluasi dan membuat adaptasi yang diperlukan (Rachmah, 2015). Hal tersebut sejalan dengan kehidupan pesantren yang sangat beragam, kemajemukan yang ada tidak lantas menjadi penghalang akan peran utama pesantren dalam mendidik generasi yang berakhlakul karimah dan berpengetahuan luas. Karena pesantren sebagai salah satu lembaga pendidikan tertua di Indonesia tidak hanya fokus pada materi ajar berbasis keagamaan, namun juga tentang pengetahuan umum sebagai penunjang keberlangsungan hidup di era milenial.

Pondok pesantren, dengan kekhasannya diharapkan mampu memengaruhi dan mencetak santri yang berprestasi baik dalam bidang akademik, lebih-lebih terkait etika bermasyarakat. Hal terpenting dari tugas ini adalah bagaimana pesantren mampu membimbing santri dalam menemukan strategi untuk mengatur hidup, utamanya dalam belajar, dan mengevaluasi diri. Upaya inilah disebut regulasi diri (*self-regulation*). Sebagaimana Bandura menjelaskan, regulasi diri adalah kemampuan berpikir yang dimiliki manusia kaitannya dengan manipulasi lingkungan sehingga terjadi perubahan dalam lingkungan yang signifikan (Mu'min, 2016).

Proses belajar mengajar dengan *self regulation* dapat membantu para pelajar (santri) untuk memahami dan menetapkan tujuan, mengelola waktu, antara keinginan belajar dan berdiam diri di rumah ataupun di asrama (Kristian, 2017). Belajar seharusnya mengintegrasikan bagaimana proses belajar yang efektif, akan tetapi minimnya kekuatan dan dorongan dari peserta didik maupun pengajar, mengakibatkan terjadinya ketidaksinkronan dalam proses belajar mengajar. Santri yang bertempat tinggal di pesantren secara geografis jauh dari kontrol dan arahan keluarga, sehingga tidak jarang santri yang belajar di pesantren dengan mencari penghidupan untuk menuntut ilmu dan pengalaman hidup agar kehidupannya lebih baik hanya sekadar mondok saja tanpa tahu arah tujuannya dalam menimba ilmu di pesantren (Agustiana, 2021).

Selain berada jauh dari keluarga, santri yang bertempat tinggal di pesantren juga dituntut untuk menyesuaikan diri. Spielberger, menggunakan istilah *adaptation* sebagai konseptualisasi perubahan yang relatif stabil pada individu atau kelompok untuk menanggapi tuntutan dari luar, proses tersebut dapat meningkatkan kecocokan individu dengan lingkungannya (Mubarok, 2012). Bagi santri, penyesuaian diri dengan lingkungan, jauh dari keluarga, tidak lagi menggunakan alat komunikasi sebagaimana dirinya ketika di rumah, serta dituntut untuk menjalankan padatnya aktivitas dan menaati peraturan yang ada, menyebabkan santri dirundung beban dan stres dengan kehidupan barunya. Sehingga mengakibatkan emosi yang tidak stabil, lemahnya dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang tertanam secara berangsur-angsur oleh lingkungan dan perubahan (Goleman, 2000).

Di Pondok Pesantren Annuqayah Latee 1, terdapat perilaku kurang baik yang dilakukan santri seperti terlambat berangkat sekolah, minimnya minat belajar, serta rendahnya *himmah* dalam belajar. Terdapat banyak faktor yang memengaruhi rendahnya minat belajar beberapa santri di lingkungan Pondok Pesantren Annuqayah Latee 1, yaitu faktor internal maupun eksternal. Pertama; faktor internal, yaitu keadaan santri yang tidak memahami betul akan pentingnya menimba ilmu di pesantren, kurangnya penghayatan akan makna belajar ini mengakibatkan santri lebih banyak mengentengkan tanggungjawab. Kedua; faktor eskternal, yaitu dorongan dan pengaruh dari luar diri santri baik lingkungan maupun teman sebaya.

Proses menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, tidak jarang membuat santri gelisah dan mencari pelarian atas situasi yang sedang dihadapi. Pada saat santri jenuh dan tidak memiliki mekanisme koping untuk menyelesaikan tekanan yang dihadapi, mereka akan melakukan apapun untuk meredakan situasi. Banyaknya faktor tersebut selaras dengan semakin beragamnya pula kemajuan iptek dan kemudahan bersosialisasi serta sarana komunikasi antar manusia yang semakin luas, sehingga para santri yang tinggal di pesantren khususnya Pondok Pesasantren Annuqayah Latee I,

dituntut untuk menyesuaikan diri dengan kebutuhan untuk menimba ilmu dan juga segenap peraturan-peraturan baru yang berlaku.

Semakin meluasnya teknologi digital menjadikan komunikasi antar manusia, manusia dengan mesin, atau mesin dengan mesin dan lain sebagainya sangat cepat, mudah, lebih ekonomis dan menjangkau secara global. Semua itu bisa digunakan hanya dengan satu *gadget* (gawai) komunikasi yang terkoneksi dengan internet. Layaknya teknologi digital, buku menjadi salah satu kebutuhan manusia sebagai sarana memperluas wawasan, pengetahuan, informasi, dan hiburan. Tidak hanya itu, buku sebagai jendela dunia semakin menunjukkan kiprahnya dalam ranah yang lebih spesifik dengan dijadikannya buku sebagai suatu terapi (*treatment*), khususnya usai perang dunia I dan II (Herlina, 2012). Dalam arti, buku bisa menjadi sarana untuk berdialog dan *muhasabah* diri.

Penggunaan buku atau literatur lain sebagai suatu terapi dikenal dengan istilah biblioterapi. Pada perkembangannya, biblioterapi banyak digunakan untuk mengatasi isu dan permasalahan tidak hanya oleh tenaga medis namun juga beberapa profesi lain, pada beragam usia serta kalangan masyarakat luas. *Bibliotherapy* digunakan oleh konselor sekolah, pekerja sosial, perawat kesehatan mental, guru, dan pustakawan (Herlina, 2012). Hal tersebut sejalan dengan wahyu pertama yang diturunkan kepada nabi Muhammad Saw, yaitu perintah membaca yang terdapat dalam surah Al-'Alaq ayat 1; yang artinya *"Bacalah dengan nama Tuhanmu yang menciptakan"*. Ayat ini sekaligus menegaskan peran pentingnya membaca pada kehidupan manusia. Menurut Quraish Shihab (2016), kandungan ayat tersebut yaitu:

> *Bacalah wahyu-wahyu Ilahi yang sebentar lagi akan banyak engkau terima dan baca juga alam dan masyarakatmu. Bacalah agar engkau membekali dirimu dengan kekuatan pengetahuan. Bacalah semua itu tetapi dengan syarat hal tersebut engkau lakukan dengan atau demi nama Tuhan yang selalu memelihara dan membimbingmu dan yang mencipta semua makhluk kapan dan di mana pun.*

Menelaah lebih jauh pandangan Quraish Shihab kata اقْرَأْ dalam surat al'Alaq tersebut melingkupi taraf menyampaikan, menelaah, membaca, mendalami, meneliti, mengetahui ciri-ciri sesuatu, dan sebagainya yang mengarah pada arti menghimpun (Shihab, 2016). Sehingga Biblioterapi sebagai salah satu teknik perlakuan erat kaitannya dengan bagaimana mengkondisikan persoalan hidup dengan cara penggunaan literatur untuk menciptakan interaksi yang bersifat terapeutik, menghasilkan perubahan kognitif, emosional dan perilaku individu sehingga dia memiliki pemahaman yang benar tentang persoalan yang dihadapi (Trihantoro dkk, 2016).

Biblioterapi merupakan salah satu teknik terapi kognitif. *Bibliotherapy* terdiri atas kata biblio yang berarti buku, dan *therapy* yang berasal dari kata therapeia, yang berarti untuk melayani dan membantu secara medis serta mengarahkan pada proses

penyembuhan (Prabandani, 2016). Dengan menggunakan media bahan bacaan yang bertujuan untuk mengurangi atau menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi seseorang (Trihantoro, 2016). Penggunaan literatur ini sangatlah beragam disesuaikan dengan kompleksitas masalah yang dialami oleh subjek, baik dengan *story reading* dan *story telling*, termasuk mendengarkan cerita dan puisi, menonton film, dan melihat gambar (Prabandani, 2016).

Sebagaimana Nugent mendefinisikan biblioterapi sebagai bentuk terapi dengan menggunakan literatur sebagai alat bantu yang dapat digunakan untuk membantu memperlancar proses penyembuhan, adaptasi, atau pertumbuhan seseorang (Yustika, 2016). Sedangkan sufistik mengandung arti bersifat atau beraliran sufi, berkaitan dengan ilmu tasawuf. Berdasarkan hal tersebut, maka dapat dipahami biblioterapi sufistik mengarah pada proses layanan konseling yang dilakukan baik oleh individu maupun kelompok dengan menggunakan literatur ilmu tasawuf.

Bahan bacaan yang digunakan sebagai media penunjang untuk biblioterapi dipilih dari pelbagai literatur yang substansinya mengandung pesan atau cara-cara dalam mengatasi permasalahan. Bahan bacaan yang dimaksud bisa didapatkan dari buku, kitab, atau karya tulis lain yang kandungannya relevan dengan jenis permasalahan yang dihadapi individu. Sebagai sebuah literatur, literatur sufistik merupakan materi bacaan yang cocok jika dijadikan sebagai medium biblioterapi. Sebab, banyak sekali literatur sufistik yang di dalamnya mengandung solusi terhadap problem sehari-hari dan dikemas dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Misalnya, terdapat salah satu penelitian yang mengulas karya tokoh sufi Jalaluddin Rumi sebagai medium terapi (Yani, 2021).

Pada praktiknya, biblioterapi merupakan teknik perlakuan yang diberikan oleh konselor ataupun peneliti beragam, salah satunya dengan kegiatan membaca *story reading* dan *story telling*. Kegiatan membaca erat kaitannya bagaimana seseorang memperoleh wawasan dan pengetahuan. Akan tetapi, banyak dari akademisi yang kurang menyadari bahwa membaca tidak sekadar melewati halaman-halaman buku, tetapi juga perlu dilakukan secara cerdas dan kritis. Membaca kritis merupakan salah satu cara berpikir kritis, sebagai langkah awal untuk memperoleh informasi yang tepat dengan memahami kandungan dan isi, termasuk nilai kebenarannya (Sihotang, 2018).

Materi ajar yang disuguhkan di pesantren sangatlah beragam, mulai dari teori-teori keagamaan serta teori umum yang semua itu diimbangi dengan penerapan dalam kehidupan, yang merujuk pada bagaimana santri meneladani sikap yang diajarkan dalam kajian kitab klasik, teladan Rasulullah Saw, serta keteladanan oleh para kiai sebagai figur para santri di pesantren. Sehingga dengan begitu, santri secara tidak sadar akan mendapatkan cara pandang, pedoman, dan tuntunan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Kearifan begitu ditekankan dalam hal ini (Wahid, 2011), mengingat pendidikan terutama di pesantren perlu melihat penggunaan konsep-

konsep budaya/pendidikan sebagai proses historis yang utuh, bukan sepotong-sepotong.

Lebih jauh, terdapat tiga nilai utama yang tercermin dalam kehidupan santri, yaitu pertama, akhlak yang merujuk kepada tugas dan tanggung jawab selain syari'ah dan ajaran Islam secara umum. Kedua *term* adab, merujuk kepada sikap yang dihubungkan dengan tingkah laku yang baik. Dan ketiga, keteladanan yang merujuk kepada kualitas karakter yang ditampilkan oleh seorang muslim yang baik yang mengikuti keteladanan Nabi Muhammad saw, seperti para sahabat, dan para tokoh sufi dalam ajaran tasawuf (Abidin, 2019). Tercermin pula dalam karakteristik kehidupan pesantren, di mana kiai seringkali melambangkan peranan telah mencapai kesempurnaan pengertian tentang Tuhan (*wasilun*), sementara santri para perambah jalan (*salikun*) untuk mencapai kesempurnaan pengertian tentang Tuhan (Wahid, 2011).

Kegiatan berpikir ketika membaca ataupun mendengarkan dalam biblioterapi khususnya biblioterapi sufistik dengan konsep telaah kisah sufi merujuk pada *term* ketiga yang tercermin dalam kepribadian. Melalui kegiatan meneladani sikap seorang muslim yang baik utamanya para tokoh sufi yang terdapat dalam literatur tasawauf. Tujuannya, untuk membentuk pola pikir terbuka sebagai kesempatan untuk mengekplorasi suatu kejadian yang hampir sama dengan kejadian yang mereka alami, dengan bentuk berbeda agar tidak terfokus pada kejadian itu. Dengan proses elaborasi pikiran, secara tidak langsung individu akan mengubah jalan hidupnya sendiri tanpa perlu tekanan dan emosi (Canfield dkk, 2015).

Beberapa riset terdahulu menghasilkan temuan biblioterapi bermanfaat dalam mengendalikan pola pikir sehingga siswa bisa lebih memaksimalkan kegiatan belajar (Trihantoro, 2016). Penggunaan literatur untuk menciptakan interaksi yang bersifat terapeutik, menghasilkan perubahan kognitif, emosional dan perilaku, sehingga individu memiliki pemahaman yang benar tentang persoalan yang dihadapi. Hasil riset yang lain menunjukkan bahwa teknik biblioterapi dalam layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman empati peserta didik (Rakhmawati, 2018). Biblioterapi juga bisa meningkatkan sikap asertif pada siswa serta bisa menetralisir kondisi pikiran tertekan dan hal negatif lainnya (Yustika, 2016).

Konsep tersebut juga mengacu pada pandangan yang menyebutkan bahwa, setiap hari manusia menghadapi lebih dari 60.000 pikiran. Satu-satunya hal yang dibutuhkan sejumlah besar pikiran ini adalah pengarahan. Jika arahan tersebut negatif, maka sekitar 60.000 pikiran akan keluar dari memori ke arah negatif. Sebaliknya, jika arahan bersifat positif maka memori akan mengeluarkan pikiran yang positif pula (Factor, 2015). Sehingga dengan mengacu pada sikap dan kebiasaan hidup santri di Pondok Pesantren Annuqayah Latee I, maka pendekatan literasi dipandang relevan untuk meningkatkan regulasi diri santri dalam belajar.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen. Penelitian dengan desain eksperimen adalah suatu penelitian yang bertujuan meramalkan dan menjelaskan hal-hal yang terjadi atau yang akan terjadi diantara variabel-variabel tertentu melalui upaya manipulasi atau pengontrolan variabel-variabel atau hubungan di antara mereka agar ditemukan hubungan, pengaruh atau perbedaan salah satu atau lebih variabel (Bungin, 2004). Desain penelitian eksperimen yang digunakan yaitu *pretest-posttest control group design*. Hal tersebut dilakukan dengan cara melakukan perlakuan terhadap kelompok eksperimen, kepada setiap kelompok eksperimen diberikan perlakuan (*treatment*) tertentu dengan kondisi yang dapat dikontrol (Zuriah, 2005).

Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu biblioterapi sufistik sebagai variabel independen dan regulasi diri dalam belajar sebagai variabel dependen. Biblioterapi sufistik adalah layanan konseling yang dilakukan oleh individu maupun kelompok dengan menggunakan literatur ilmu tasawuf disesuaikan dengan kompleksitas masalah yang sedang dihadapi, baik *story telling* atau *story reading*. Sedangkan regulasi diri dalam belajar adalah suatu upaya yang dilakukan individu dengan mengintegrasikan ketiga unsur diri dalam kegiatan belajar, yaitu: kemampuan metakognisi yang mengarah pada bagaimana memahami sesuatu secara lebih mendalam, mengaktifkan dan mengatur pikiran, perilaku serta emosi dalam meraih tujuan hidup (Ghufron dan Risnawita, 2010).

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah santri yang ada di Pondok Pesantren Annuqayah Latee I dengan kriteria, yaitu santri yang bermukim di Pondok Pesantren Annuqayah Latee I Guluk-Guluk Sumenep dan santri yang terindikasi bermasalah saat belajar di Pondok Pesantren baik di kelas maupun di luar kelas. Data ini diperoleh dari pengurus pendidikan Pondok Pesantren Annuqayah Latee 1, yaitu berstatus sebagai mahasiswi mulai dari semester II-VI. Dengan melihat banyaknya data mahasiswi yang bermasalah mulai dari rentang usia 17 sampai 22 tahun diperoleh data populasi sebanyak 66 orang.

Subjek yang diambil dalam penelitian sebanyak 20 santri yang ada di Pondok Pesantren Annuqayah Latee I, yang nantinya 10 orang santri sebagai kelompok eksperimen dan 10 orang lagi sebagai kelompok kontrol. Dengan berpedomankan pada persentase banyaknya populasi yang ada, yaitu "jika ukuran populasi mencapai 1.000, maka sampel yang mewakili adalah 10% nya. Akan tetapi jika populasinya 100 maka sampel yang mewakili adalah 30% nya. Lebih khusus lagi untuk populasi sedikit yang berjumlah <30 orang maka semua populasi tersebut dijadikan sebagai sampel dalam penelitian dengan persentase 100%" (Darmawan, 2016).

Sebagaimana populasi yang ada sebanyak 66 orang santri yang bermasalah dalam belajar, maka persentase nilai ukuran sampel adalah 19,8, sehingga jika

dibulatkan menjadi 20 mahasiswi sebagai subjek penelitian. Teknik pemilihan sampel dilakukan secara acak (*random*) pada masing-masing kelompok. Dengan teknik *random*, unit sampling memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai sampel, untuk mencegah bias dalam penelitian (Latipun, 2017). Teknik *random* yang digunakan untuk menetapkan anggota sampel dengan random sederhana (*simple random*), yaitu seluruh santri Annuqayah Latee I yang memenuhi kriteria sebagai subjek penelitian dipilih secara acak, dengan cara mengambil nomor undian yang keluar sebanyak 20 undian.

Berdasarkan hal di atas, terdapat dua kelompok yang dipilih, diantaranya; kelompok eksperimen (O1) sebagai kelompok yang diberi perlakuan sebanyak 10 orang santri dengan nama-nama terpilih dan kelompok kontrol (O3) yaitu 10 orang santri dengan nama-nama terpilih. Kelompok eksperimen diberi *treatment* (perlakuan) berupa teknik biblioterapi sufistik, sedangkan kelompok kontrolnya tidak diberikan perlakuan. Melalui kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan, maka dapat diketahui pengaruh *treatment* (perlakuan) pada kelompok eksperimen, yang dilanjutkan dengan pemberian *post-test* (O2 dan O4) pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen untuk mengetahui hasil perlakuan yang diberikan (Latipun, 2017).

Penelitian ini menggunakan dua instrumen berupa skala regulasi diri dan modul biblioterapi sufistik. Skala regulasi diri dalam belajar dikembangkan oleh peneliti berdasarkan definisi operasional yang telah dibuat, dengan aspek-aspek menurut Zimmerman yaitu metakognisi, motivasi, dan perilaku. Dari aspek-aspek tersebut kemudian, dibuat aitem-aitem pernyataan pada skala regulasi. Skala regulasi diri dalam belajar merupakan instrumen non-tes yang digunakan untuk mengukur sikap, maka validitas yang digunakan adalah validitas kostruk (*contruct validity*) (Sugiyono, 2015). Adapun rincian *blue print* skala regulasi diri sebagai berikut:

Tabel 1

Tabel Item Skala *Favorable* dan *Unfavorable* Skala Regulasi Diri dalam Belajar

No.	**Aspek-Aspek**	**Item**		**Jumlah**
		Fav.	**Unfav.**	
1.	Metakognisi	1, 7, 13, 19	4, 10, 16, 22	8
2.	Motivasi	2, 8, 14, 20	5, 11, 17, 23	8
3.	Perilaku	3, 9, 15, 21	6, 12, 18, 24	8
Total				**24**

Sementara itu, modul terapi belajar dengan biblioterapi sufistik berupa buku yang disusun oleh peneliti dengan tujuan untuk memudahkan pelaksanaan terapi belajar dan dikembangkan berdasarkan penjelasan tentang cara-cara mengatasi semangat belajar. Sumber literatur sufistik yang digunakan sebagai medium terapi diambil dari kitab *Tadzkiratul Auliya'* karya Fariduddin Attar diterjemahkan dari *Muslim saints and mystics: Episodes from the Tadhkiratul al-Auliya' (Memorial Of The Saints)*. Kitab ini memuat kisah-kisah ajaib yang sarat akan hikmah para wali Allah. Kisah-kisah tersebut bisa menghadirkan *insight* baru pada subjek dalam memandang masalah. Selanjutnya, sebelum modul digunakan, terlebih dahulu diujikan oleh para ahli. Kemudian para ahli (*experts judgment*) memberikan penilaian terkait ketiga aspek yang telah disebutkan, yaitu:

a) Aspek kelayakan materi, berisi pernyataan bahwa materi yang disajikan layak diterapkan untuk meningkatkan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswi.
b) Aspek kebahasaan berisi pernyataan bahwa bahasa yang digunakan untuk menjelaskan materi menggunakan bahasa yang sederhana, tidak multi tafsir dan relatif sesuai dengan kognitif pembaca pada umumnya, sekaligus berisi pernyataan bahwa perlakuan (*treatment*) tetap digunakan untuk meningkatkan regulasi diri dalam belajar
c) Aspek tampilan menyeluruh atau penyajian yang berisi pernyataan bahwa sistematika penyajian dan penjelasan materi tergambar konsisten dan terdapat kesesuaian yang signifikan antara materi, desain dan tanda baca pada modul.

Modul biblioterapi sufistik juga memuat rangkatan kegiatan terapi, yaitu: a) menyediakan literatur biblioterapi sufistik; b) pemberian motivasi pada subjek; c) membaca *basmalah* dan *tawasul* kepada pengarang kitab dan para guru; d) membaca secara seksama dan tenang; e) inkubasi; f) tindak lanjut (diskusi); g) menyimak secara seksama pemaparan teman sesama terapi; h) kegiatan evaluasi. Untuk menyempurnakan modul ini, validator memberikan dua data berupa data kualitatif dan data kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari saran dan komentar dari validator. Sedangkan data kuantitatif diperoleh secara deskriptif. Data kuantitatif diperoleh dengan cara teknik analisis data menggunakan persentase. Peneliti menggunakan rumusan berdasarkan pendapat Sudijono (2011) untuk memperoleh data kuantitatif tersebut, yaitu:

$$P = \frac{F}{N} \text{x } 100\ \%$$

Keterangan:

P = nilai presentase

F = frekuensi jawaban responden

N = jumlah sampel

Dari penilaian ahli 1 dan ahli 2 terhadap tiga aspek penilaian yang telah dilakukan, maka diperoleh hasil berikut:

Tabel 2

Hasil Penilaian Ahli

No	**Aspek Penilaian**	**Ahli 1**		**Ahli 2**	
		Rerata	**Prosentase**	**Rerata**	**Prosentase**
1.	Isi	3,7	92,5%	3,7	92,5%
2.	Kebahasaan	4	100%	4	100%
3	Tampilan Menyeluruh	3,6	90%	3,6	90%
Rata-rata		**3,7**	**92,5%**	**3,7**	**92,5%**
Kriteria		**Sangat Baik, tidak perlu direvisi**		**Sangat Baik, tidak perlu direvisi**	

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian didapatkan melalui analisis terhadap data yang didapatkan dari sampel penelitian. Tujuan analisis data dalam penelitian kuantitatif adalah untuk menjawab dan menguji hipotesis yang telah diajukan sebelumnya. Proses ini penting dilakukan untuk menghasilkan kesimpulan yang benar, sebab kebenaran kesimpulan ditentukan oleh ketepatan dalam melakukan analisis. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji t untuk proses analisis. Sebelum melakukan uji t, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas. Uji Normalitas digunakan oleh peneliti untuk memastikan data dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas menjadi hal yang harus terpenuhi dalam uji parametrik. Jika data tidak berdistribusi normal, jumlah sampel sedikit dan jenis data nominal atau ordinal, maka menggunakan statistik non parametrik (Siregar, 2014).

Untuk menguji normalitas data dapat menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* dengan ketentuan *Asymp.Sig* > 0,05 maka data tersebut berdistribusi normal (Siregar, 2014). Dalam hal ini pengujiannya menggunakan bantuan program IBM SPSS 21 (*Statistical Product and Service*). Dari uji ini maka diperoleh nilai signifikansi untuk *pretest* kelompok kontrol adalah 0,812 > 0,05, *posttest* kelompok kontrol 0,846 > 0,05, *pretest* kelompok eksperimen 0,961 > 0,05, dan *posttest* kelompok eksperimen adalah 0,682 > 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini berdistribusi normal.

Tabel 3

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pretestek s	Protestek s	pretestko n	postTestk on
N		10	10	10	10
Normal Parameters[a,b]	Mean	56.40	62.00	58.90	59.10
	Std. Deviation	3.893	3.091	4.841	3.784
Most Extreme Differences	Absolute	.160	.227	.201	.194
	Positive	.141	.134	.153	.161
	Negative	-.160	-.227	-.201	-.194
Kolmogorov-Smirnov Z		.505	.717	.637	.613
Asymp. Sig. (2-tailed)		.961	.682	.812	.846

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah beberapa varian populasi apakah sama atau tidak. Metode yang digunakan dalam melakukan uji homogenitas ini adalah metode varian terbesar dibandingkan dengan varian terkecil (Siregar, 2014). Kriteria pengujian uji homogenitas adalah sebagai berikut: nilai signifikan < 0,05 maka data dari populasi yang mempunyai varians tidak sama/tidak homogen dan nilai signifikan ≥ 0,05 maka data dari populasi yang mempunyai varians sama/homogen. Untuk memudahkan perhitungan, peneliti menggunakan bantuan program IBM SPSS 21 (*statistical product and service)*. Dari uji ini untuk *pretest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh nilai signifikansi 0,235 > 0,05, sedangkan nilai signifikansi *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah 0,537 >

0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa varian data kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada penelitian ini adalah homogen.

Tabel 4

Uji Homogenitas *Pretest* (Kelompok Kontrol Dan Eksperimen)

Test of Homogeneity of Variances

HasilPreTest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.509	1	18	.235

Tabel 5

Uji Homogenitas *Postest* (Kelompok Kontrol Dan Eksperimen)

Test of Homogeneity of Variances

HasilPostTest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.395	1	18	.537

Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji-t, dalam dua uji yaitu; *paired sample T-test* dan *Independent sampel T-test.* Kedua uji tersebut termasuk uji parametrik dengan syarat data yang diujikan berdistribusi normal, dengan tingkat keterandalan pengujian 95% dengan signifikansi 5% (0,05). *Paired sample T-test* digunakan dalam rangka untuk mengetahui pengaruh antar variabel, yang dalam hal ini pengaruh variabel bebas (Biblioterapi sufistik) kepada variabel terikat (regulasi diri dalam belajar). Kemudian *Independent sampel T-test* digunakan untuk mengetahui rerata antar dua kelompok yang menjadi sampel penelitian yaitu kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Dengan berpedomankan pada hipotesis sebagai berikut:

H_a = adanya perbedaan rerata tinggi regulasi diri dalam belajar antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang sudah diberikan perlakuan berupa biblioterapi sufistik.

H_o = tidak adanya perbedaan rerata antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol yang sudah diberikan perlakuan biblioterapi sufistik.

Tabel 6
Hasil Uji Pired Sample T Test

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretesteks - protesteks	-5.600	3.373	1.067	-8.013	-3.187	-5.250	9	.001
Pair 2	pretestkon - postTestkon	-.200	4.467	1.413	-3.396	2.996	-.142	9	.891

Tabel 7
Hasil Independent Sample T Test

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
PostTest	Equal variances assumed	.395	.537	1.877	18	.077	2.900	1.545	-.346	6.146
	Equal variances not assumed			1.877	17.310	.078	2.900	1.545	-.356	6.156

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan *Independent sampel T-test* dan *Paired sample T-test* menunjukkan bahwa biblioterapi sufistik memiliki pengaruh terhadap meningkatnya efikasi diri santri dalam belajar. Hal ini bisa dilihat dari adanya perbedaan hasil pengukuran tingkat efikasi diri baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol antara sebelum mendapatkan perlakuan berupa terapi biblioterapi sufistik dan setelah mendapatkan perlakukan. Termasuk juga diperkuat dengan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* antara sebelum perlakuan dan setelah dilaksanakan perlakuan.

Hasil tersebut di atas juga selaras dengan data wawancara yang didapatkan dari salah satu responden yang mengatakan bahwa biblioterapi sufistik menghasilkan afek yang positif dibandingkan sebelumnya. Hal tersebut juga sesuai dengan pandangan sebelumnya tentang adanya pengaruh lingkungan sosial dan pengalaman terhadap regulasi diri, utamanya dukungan orang terdekat yang positif akan

meningkatkan *self efficacy* (yaitu penilaian atas kemampuan diri untuk melakukan atau meraih tujuan tertentu). Perasaan positif yang tepat tentang *self-efficacy* dapat mempertinggi keyakinan tentang kemampuan sehingga berpengaruh pada regulasi diri (Yanuardianto, 2019).

Selama perlakuan berlangsung, peneliti berupaya untuk mengontrol terhadap *extraneous variable*. Pengontrolan variabel, bertujuan untuk meminimalisir kondisi-kondisi eksternal yang bisa mengganggu terhadap validitas internal kegiatan terapi yang dilaksanakan. Biblioterapi sufistik dilaksanakan saat jam libur kuliah disesuaikan dengan jadwal perkuliahan dan kesepakan dengan masing-masing subjek penelitian. Pelaksanaan biblioterapi sufistik sempat agak terganggu dengan aktivitas di lingkungan pondok, namun hal tersebut kemudian bisa teratasi dengan adanya tempat yang lebih kondusif untuk kepentingan terapi. Dengan demikian, kelompok perlakuan bisa melaksanakan semua sesi terapi dengan antusias dan tenang.

Pada gilirannya, dengan adanya modul yang menjelaskan secara detail langkah-langkah biblioterapi sufistik, kegiatan terapi ini tidak mengharuskan selalu melibatkan terapis sebagai alat untuk menjalankan *treatment*. Berbekal persiapan yang baik dan penguasaan terhadap penggunaan modul, maka kegiatan biblioterapi sufistik bisa dilaksanakan. Karena teknik biblioterapi sufistik bisa dioperasikan atau dilakukan oleh perorangan dengan mengintegrasikan antara kepribadian pembaca dengan literatur yang mendasari bimbingan. Dengan persiapan yang baik, maka biblioterapi sufistik bisa membantu mengatasi masalah emosional dan penyesuaian diri, terutama yang menyangkut upaya meningkatkan regulasi diri pada individu.

Kesimpulan

Penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa biblioterapi sufistik efektif untuk meningkatkan regulasi diri santri di Pondok Pesantren Annuqayah Latee 1, dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan antara kondisi regulasi diri kelompok eksperimen sebelum diberi perlakuan dan setelah diberi perlakuan. Hal tersebut ditunjukkan pada hasil uji- t *pired sampel t- test* yang memiliki nilai signifikansi 0,001 (0,001 < 0.05), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_o ditolak dan H_a diterima.

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah kelompok eksperimen diberi perlakuan untuk meningkatkan regulasi diri santri. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil uji- t *Independen Sampel t-Test* yang memiliki nilai signifikansi 0,002 (0,002 > 0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_o ditolak dan H_a diterima. Melalui biblioterapi sufistik individu bisa memahami dan meningkatkan kondisi regulasi diri.

Harapannya, para santri dapat menerapkan biblioterapi sifistik ini dalam kegiatan belajar sebagai bahan telaah, untuk mengetahui kondisi dirinya terkhusus

bagi mahasiswi yang kesulitan atau belum bisa mengungkapkan masalahnya secara verbal. Bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian dengan minat yang sama, agar lebih memperhatikan jarak waktu, antara *pretest* dan *posttest* pada kedua kelompok, sehingga perbedaan jarak waktunya tidak terlalu dekat, karena hal ini dapat berpengaruh pada optimalisasi hasil penelitian.

Daftar Pustaka

Abidin, M. N. Zainal. (2021). Pendidikan Karakter Menurut Islam dalam Perspektif Imam Al-Ghazali. *Jurnal Akademika Program Studi Manajemen Pendidikan Islam IAI Sunan Kalijogo Malang 1* (1).

Agustiana, Widya. (2021). *Dinamika Psikologis Santri Perantau pada Masa Pandemi Covid-19*. Skripsi, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.

Alfiana, Arini Dwi (2013). Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau dari Keikutsertaan dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, *1* (2).

Anggraeni, Amalia, Ari Kusumadewi. (2017). Penerapan Biblioterapi untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Labelling Negatif pada Siswa Kelas VII-D Di SMPN 2 Dlanggu-Mojokerto. *Jurnal BK 7* (3).

Anggraini, Shella. (2019). *Hubungan Regulasi Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Peserta Didik Kelas X di Ma Al-Hikmah Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019*. Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung 24.

Anjar dan Staven. (2009). Motivasiholic Seni Memotivasi Diri Sendiri, Jakarta: PT. Grasindo.

Apriani, Linna Nur Wulan dkk. (2017). Pendekatan Bimbingan Konstruktif Melalui Biblioterapi untuk Pengembangan Disiplin Diri Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Mitra Suara Ganesa 4 (*1).

Bungin, Burhan. (2004). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Permada Media

Canfield, Jack dkk. (2015). *Chicken Soup for the Soul; Kekuatan Berpikir Positif*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

------- (2007). *Chicken Soup for the Writers's Soul; Harga Sebuah Impian*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Darmawan, Deni. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Factor, Aladdin. (2015). *Terapi Berpikir Positif, disadur oleh Ibrahim Elfiky*. Jakarta: Zaman.

Goleman, Daniel. (2020). *Emotional Intelegence*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, Kompas Gramedia.

Herlina. (2012). Bibliotherapy (Terapi Melalui Buku). *Jurnal eduLib*, Tahun 2, Vol 2, No.2.

Jatisunda, Muhammad Gilar. (2017). Hubungan Self-Efficacy Siswa SMP dengan Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis. *Jurnal THEOREMS (The Original Research of Mathematics) 1* (2).

Khadafi, Canggih Mu'ammar. (2017). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Tanggungjawab Pribadi pada Mahasiswa Pekerja Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. *Jurnal Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945.

Kristian, Tomas Tri Utama. (2017). *Kemampuan Belajar Berdasarkan Regulasi Diri pada Mahasiswa*. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.

Latipun. (2017). *Psikologi Eksperimen*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.

Margaretha, Nindya P. N R. (2012). Hubungan antara Kekerasan Emosional pada Anak terhadap Kecenderungan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental 1* (2).

M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S. (210). Teori-Teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.

Mu'min, Sitti Aisyah. (2016). Regulasi Diri dalam Bekerja (Studi pada Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Kediri). *Jurnal Ta'adib*, Vol. 9, No.1.

Mubarok, Ahmad Fahmi. (2012). Penyesuaian Diri para Pendatang di Lingkungan Baru. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 1 (1).

Mulyadi, M Yasdar. (2018). Penerapan Teknik Regulasi Diri (Self Regulation) untuk Meningkatkan Kemandirian BelajarMahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan 2* (2).

Nabila, Neila. (2019). Hermien Laksmiwati, Hubungan antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri pada Santri Remaja Pondok Pesantren Darut Taqwa Ponorogo. *Jurnal Penelitian Psikologi* 6 (3).

Prabandani, Lydia. (2015). *Menurunkan Body Dissatisfaction Melalui Bibliokonseling untuk Mahasiswi BK FKIP UKSW Angkatan 2013-2015*. Artikel Skripsi, 5. 2015.

Prasetyo, Anggun Resdasari dkk. (2020). *Buku Ajar Metode Penelitian Eksperimen*. Semarang: Psikologi UNDIP.

Pratiwi, Ika Wahyu, Sri Wahyuni. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja dalam Bersosialisasi. *JP3SDM*, 8 (1).

Prihartanta, Widayat. (2015). Teori-Teori Motivasi. *Jurnal Adabiya*, 1 (83).

Purwaningsih & Herwin. (2020). Pengaruh Regulasi Diri dan Kedisiplinan Terhadap Kemandirian Belajar Siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*,13 (1).

Purwanto, Evaluasi Hasil Belajar, Surakarta: Pustaka Belajar, 2009.

Purwanto, Evanthe. (2015). Pengaruh Bibliotherapy terhadap Psychological Well-Being Perempuan Lajang, Calyptra. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, Vol.4 No.1.

Rachmah, Dwi Nur. (2015). Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*, Volume 42, No. 1.

Rahayu, Dwi Sri dkk. (2020). Model Emphaty Training Berbantuan Teknik Biblioterapy untuk Calon konselor. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, Volume 5 Nomor 1.

Rakhmawati, Meita. (2018). *Pengaruh Teknik Biblioterapi dalam Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Pemahaman Empati Siswa*. Skripsi Program Studi

Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.

Sagala, Khoirunnisa Br. (2018). *Biblioterapi dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Remaja di Taman Baca Masyarakat Caktuk Pintar Nologaten Yogyakarta*. Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Santoso, Shinta Larasaty. (2015). Hubungan Regulasi Diri dengan Coping Stres Berfokus Masalah Pada Pengurus Ormawa Fip Uny. Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

Shihab, M. Quraish,. (2016). *Tafsir al-Misbah, Volume 15, Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Tangerang: Lentera Hati.

Siregar, Syofian. (2014). Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif. Jakarta: Bumi Aksara.

Sudijono, Anas. (2011). *Pengantar Statistic Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers.

Sudjana, Sudjana. (2020). Metode Statistika. Bandung, Tarsito.

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung, CV.Alfabetea.

Tim Redaksi Cemerlang, Kumpulan Peribahasa dan Pantun Indonesia Terlengkap, Tangerang Selatan: Cemerlang, 2019.

Trihantoro, Ardo dkk. (2016). Pengaruh Teknik Biblioterapi untuk Mengubah Konsep Diri Siswa. *Insigth: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5 (1).

Wahid, Abdurrahman. (2011). *Membaca Sejarah Nusantara: 25 Kolom Sejarah Gus Dur*. Yogyakarta: LKIS.

Widodo, Prasetyo Budi. (2006). Reliabilitas dan Validitas Konstruk Skala Konsep Diri untuk Mahasiswa Indonesia. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3 (1).

Wulan, Dwi Kencana, Widarti Ratna Negara. (2018). Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa Pondok Pesantren MA Husnul Khotimah. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 7 (2).

Yani, Ahmad (2021). *Biblioterapi Sufistik: Studi Analisis terhadap Karya Jalaluddin Rumi dalam Implementasinya sebagai Media Terapi*. Skripsi. Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati, Bandung.

Yanuardianto, Elga. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis dalam Menjawab Problem Pembelajaran di Mi. Jurnal Auladuna, 01 (02).

Yustika, Wilujeng Dian. (2018). *Efektifitas Teknik Bibliokonseling untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMAN Loceret Nganjuk Tahun Pelajaran 2016/2017*. Artikel Skripsi, Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Zuriah, Nurul. (2005). *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Bumi Aksara.