

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan menuju masa dewasa, di mana pada fase ini individu mulai menghadapi berbagai tuntutan perkembangan yang berkaitan dengan kehidupan pribadi, sosial, pendidikan, maupun karier. Masa perkuliahan tidak hanya menjadi proses memperoleh pengetahuan dan keterampilan sesuai bidang keilmuan, tetapi juga menjadi periode bagi individu untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi kehidupan setelah menyelesaikan pendidikan tinggi. Salah satu aspek penting yang menjadi perhatian mahasiswa pada tahap ini adalah proses menentukan arah karier sebagai bagian dari persiapan memasuki dunia kerja.

Keputusan karier menjadi salah satu bentuk keputusan penting yang dihadapi mahasiswa karena berkaitan dengan arah kehidupan profesional yang akan dijalani setelah menyelesaikan pendidikan. Dalam proses pengambilan keputusan karier, mahasiswa dihadapkan pada berbagai pilihan yang membutuhkan pertimbangan matang, seperti kesesuaian antara kemampuan diri dengan bidang pekerjaan, informasi mengenai peluang karier, tuntutan lingkungan, serta harapan terhadap masa depan. Kemampuan mahasiswa dalam menentukan pilihan karier tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga berkaitan dengan kondisi internal individu, terutama keyakinan terhadap kemampuan dirinya.

Permasalahan mengenai kesiapan individu dalam menghadapi dunia kerja masih menjadi perhatian dalam perkembangan pemuda secara global. Berdasarkan laporan *Global Employment Trends for Youth* pada tahun 2025 yang diterbitkan oleh *International Labour Organization* (ILO), sebanyak 262 juta pemuda di dunia berada dalam kondisi *Not in Employment, Education, or Training* (NEET) (Niall O'Higgins, 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat kelompok pemuda yang mengalami hambatan dalam proses transisi dari pendidikan menuju dunia kerja. Fenomena tersebut menggambarkan bahwa kesiapan dalam

menghadapi dunia kerja tidak hanya berkaitan dengan kesempatan yang tersedia, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan individu dalam mempersiapkan dan menentukan arah kariernya.

Fenomena rendahnya keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) juga dialami oleh mahasiswa di Indonesia, khususnya mereka yang berada pada fase dewasa awal dan sedang menghadapi masa transisi menuju dunia kerja (Wijaya, Feilicya Aurellia & Virilia, Stefani, 2024). Mahasiswa tingkat akhir, termasuk angkatan 2022, berada pada tahap perkembangan yang menuntut adanya kejelasan arah karier setelah menyelesaikan studi, baik melanjutkan pendidikan, memasuki dunia kerja, maupun menentukan pilihan hidup lainnya.

Pada tahap ini, mahasiswa kerap menghadapi tekanan sosial dari lingkungan sekitar, disertai dengan keraguan serta ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri dalam mengenali potensi, mengeksplorasi pilihan, dan merencanakan keputusan karier secara matang. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa yang belum memiliki kesiapan karier yang optimal dalam menentukan pilihan karier yang sesuai dengan minat dan kemampuannya. Kondisi tersebut berkaitan dengan rendahnya keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengambil keputusan karier, yang dalam kajian psikologi dikenal sebagai *Career Decision-Making Self-Efficacy* (CDMSE) (Putri, Anisa Rahma, & Fauziah, 2022).

Individu dengan tingkat keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam menetapkan pilihan karier secara tepat (Azmi, N., & Rachmadi, D., 2021). Pada mahasiswa angkatan 2022 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang sedang berada pada fase akhir perkuliahan yang dihadapkan pada beragam pilihan karier yang tidak selalu linier dengan bidang studinya, seperti pendidik Islam, sufistik, maupun peran sosial-keagamaan. Keragaman alternatif tersebut menuntut kemampuan dalam mengeksplorasi pilihan, mempertimbangkan kesesuaian diri, serta menetapkan keputusan karier

secara tepat, sehingga menjadikan keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) sebagai aspek yang penting untuk dikaji pada kelompok ini.

Sebagai seorang mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi, memahami bahwa proses pengambilan keputusan karier bukan sekadar persoalan kemampuan intelektual, tetapi juga berkaitan dengan kedewasaan spiritual dan kestabilan emosional individu. Dalam psikologi pendidikan, keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) adalah konsep yang menjelaskan seberapa besar keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk membuat keputusan yang tepat mengenai kariernya, mulai dari tahap perencanaan hingga penyelesaian hambatan (Lestari, D. A., & Ardani, M. R., 2021).

Sementara itu, dalam perspektif tasawuf, dinamika batin individu dalam proses pengambilan keputusan dijelaskan melalui konsep lintasan hati (*Khatir/الخاطر*), yaitu bisikan atau dorongan yang muncul dalam qalb dan memengaruhi arah pikiran serta tindakan seseorang. Abu Hamid al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menjelaskan bahwa khatir merupakan awal dari terbentuknya kehendak dan perilaku, karena setiap tindakan manusia berawal dari lintasan yang melintas di dalam hati. Lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) tidak bersifat tunggal, melainkan memiliki beberapa sumber, di antaranya *khatir rabbani* (الخطر الرباني/ ilahi), *malaki* (الخطر الملكي/ malaikat), *nafsani/insani* (الخطر النفسي/ dorongan hawa nafsu), dan *syaithani* (الخطر الشيطاني/ godaan setan) (Imam Al-Ghazali, 2021). *Khatir rabbani* (الخطر الرباني) dan *malaki* (الخطر الملكي) cenderung mengarahkan individu pada kebaikan, kejernihan berpikir, serta ketenangan dalam mengambil keputusan, sedangkan *khatir nafsani* (الخطر النفسي) dan *syaithani* (الخطر الشيطاني) dapat menimbulkan keraguan, kecemasan, serta kecenderungan menghindari keputusan yang tepat.

Dalam konteks ini, lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) memiliki peran dalam memengaruhi keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya, karena lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) yang dominan akan memengaruhi cara individu memahami diri, memaknai pilihan, serta merespons berbagai ketidakpastian dalam

kehidupannya. Pada fase *emerging adulthood*, mahasiswa berada pada tahap perkembangan yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan, serta tuntutan untuk mulai menentukan arah hidup dan karier secara lebih realistis (Jeffrey Jensen Arnett, 2000).

Mayoritas mahasiswa berada pada rentang usia 17–25 tahun yang merupakan fase peralihan dari remaja akhir menuju dewasa awal. Pada fase ini, individu mulai dihadapkan pada berbagai tuntutan perkembangan, khususnya dalam menentukan masa depan dan pilihan karier. Kondisi tersebut menjadikan proses pengambilan keputusan karier tidak hanya melibatkan pertimbangan rasional, seperti informasi pekerjaan atau peluang yang tersedia, tetapi juga dipengaruhi oleh dinamika internal berupa dorongan, keraguan, harapan, dan kecenderungan batin yang muncul dalam diri individu. Oleh karena itu, kualitas lintasan hati (*Khatir/الخطر*) berpotensi memengaruhi tinggi rendahnya keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa.

Fokus penelitian ini diarahkan pada mahasiswa tingkat akhir, khususnya mahasiswa angkatan 2022 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Pemilihan mahasiswa tingkat akhir didasarkan pada pertimbangan perkembangan karier, di mana individu pada tahap ini tidak lagi hanya berada pada fase eksplorasi, tetapi mulai memasuki tahap komitmen dan implementasi terhadap pilihan karier yang lebih nyata. Mahasiswa angkatan 2022 umumnya berada pada rentang usia 21–24 tahun, yaitu fase *transition* hingga *trial-little commitment* dalam perkembangan karier, di mana individu mulai mengarahkan pilihan karier secara lebih spesifik dan realistis sebagai persiapan memasuki dunia kerja. Pada tahap ini, mahasiswa mulai dihadapkan pada tuntutan untuk menentukan pekerjaan, pendidikan lanjutan, maupun arah hidup setelah lulus, sehingga proses pengambilan keputusan karier menjadi lebih kompleks dibandingkan mahasiswa tingkat awal.

Selain itu, mahasiswa angkatan 2022 juga mulai menghadapi realitas karier secara langsung melalui penyusunan rencana setelah lulus, pengalaman organisasi, magang, pencarian informasi pekerjaan, serta pertimbangan terhadap bidang karier

yang akan dipilih. Kondisi tersebut menjadikan mahasiswa angkatan 2022 relevan untuk mengkaji hubungan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*).

Fenomena rendahnya kesiapan karier dalam menghadapi transisi menuju dunia kerja tidak hanya terjadi pada tingkat global, tetapi juga terlihat secara nyata di Indonesia. Berdasarkan data dari (Badan Pusat Statistik, 2025), tingkat pengangguran terbuka (TPT) nasional pada Februari 2025 sebesar 4,76%. Namun, jika ditinjau berdasarkan tingkat pendidikan, lulusan perguruan tinggi justru menunjukkan angka yang lebih tinggi, yaitu mencapai 6,23%. Hal ini menunjukkan bahwa dari setiap 100 individu lulusan pendidikan tinggi, sekitar 6 orang masih berada dalam kondisi menganggur. Kondisi ini mengindikasikan bahwa penyelesaian pendidikan tinggi tidak secara otomatis menjamin kesiapan individu dalam memasuki dunia kerja.

Selain itu, fenomena ini juga mencerminkan adanya kesenjangan antara kompetensi lulusan dengan kebutuhan pasar kerja, serta belum optimalnya kesiapan psikologis dan perencanaan karier pada mahasiswa tingkat akhir. Salah satu faktor yang berkaitan dengan kondisi tersebut adalah rendahnya keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*). Pada mahasiswa tingkat akhir, khususnya mahasiswa angkatan 2022 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, kondisi ini tercermin dalam ketidakmantapan dalam menilai kemampuan diri ketika dihadapkan pada beragam pilihan karier yang tidak selalu memiliki jalur yang linier dengan bidang studinya, seperti sufistik, pendidik islam, maupun peran sosial-keagamaan lainnya. Situasi tersebut menuntut kemampuan dalam menilai potensi diri secara tepat, namun pada individu dengan tingkat efikasi diri yang rendah, hal ini justru memunculkan kecenderungan kurang yakin terhadap kemampuan yang dimiliki, sehingga tidak mantap dalam menetapkan pilihan karier dan mudah dipengaruhi oleh pendapat orang lain (Dela Kristy Palayukan, Minarni, Sitti Syawaliyah Gismin, 2025).

Pada pendidikan tinggi di Indonesia, jurusan Tasawuf dan Psikoterapi merupakan bidang yang relatif spesifik dan tidak tersebar secara merata di seluruh perguruan tinggi. Jurusan ini umumnya berada dalam lingkungan Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN), seperti UIN Sunan Gunung Djati Bandung, UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, UIN Raden Mas Said Surakarta, UIN Raden Intan Lampung, UIN Sunan Ampel Surabaya, UIN Walisongo Semarang, UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon, UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, UIN Saizu Purwokerto, dan UIN Antasari Banjarmasin. Oleh karena itu, peneliti melakukan studi pendahuluan melalui penelusuran website resmi pada Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di berbagai Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN) tersebut. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, secara umum program studi jurusan Tasawuf dan Psikoterapi memiliki karakteristik keilmuan yang relatif homogen, yaitu mengintegrasikan kajian tasawuf dengan pendekatan terapeutik dan pengembangan aspek kesehatan mental berbasis ajaran Islam.

Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Gunung Djati Bandung dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki posisi historis sebagai perguruan tinggi pertama yang mengembangkan Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di Indonesia. Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung (sebelumnya IAIN Sunan Gunung Djati Bandung) didirikan pada tahun 1998 atas gagasan Dr. H. Muhammad Nursamad Kamba dan menjadi awal berkembangnya kajian integrasi antara tasawuf, psikologi, dan psikoterapi dalam lingkungan Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN). Perkembangan program studi ini kemudian menjadi rujukan bagi beberapa UIN lainnya dalam membuka program studi serupa. Sebagai universitas yang menjadi pelopor bidang Tasawuf dan Psikoterapi, Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Gunung Djati Bandung telah membentuk mahasiswa dengan pengalaman akademik yang unik dan komprehensif, serta melahirkan lulusan yang sukses dan menjadi rujukan bagi universitas lain. Kombinasi status historis sebagai pelopor, kurikulum yang memadukan kompetensi spiritual dan psikologis, serta reputasi keberhasilan

alumninya menjadikan mahasiswa UIN Bandung subjek yang paling representatif untuk meneliti *Career Decision Making Self-Efficacy* (CDMSE), yaitu keyakinan diri dalam mengambil keputusan karier.

Adapun observasi yang dilakukan peneliti bersifat partisipatif atau partisipasi pasif, di mana peneliti merupakan bagian dari mahasiswa angkatan 2022 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Kedekatan peneliti dengan lingkungan subjek penelitian memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman awal mengenai fenomena yang berkaitan dengan variabel penelitian. Meskipun memiliki keterlibatan sebagai bagian dari kelompok yang diamati, peneliti tidak memberikan intervensi maupun memengaruhi aktivitas subjek, melainkan menempatkan diri sebagai pengamat untuk menjaga objektivitas terhadap fenomena yang diteliti.

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung tidak hanya menekankan aspek pembelajaran teoritis di ruang kelas, tetapi juga memberikan ruang pengembangan kompetensi mahasiswa melalui program Praktik Profesi Mahasiswa (PPM) dan *Career Development Center* (CDC). Selain itu, peneliti menemukan bahwa mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi memiliki keterlibatan aktif dalam berbagai program pengembangan kompetensi diri tersebut. Berdasarkan Pedoman Pelaksanaan PPM Tahun Akademik 2025–2026, mahasiswa ditempatkan pada berbagai instansi seperti rumah sakit, lembaga rehabilitasi, lembaga sosial, pesantren, hingga instansi pemerintahan untuk mengembangkan keterampilan profesional berbasis nilai tasawuf dan psikoterapi.

Selain itu, berdasarkan informasi dari *Career Development Center* (CDC) UIN Sunan Gunung Djati Bandung, terdapat program *Student Career Ambassador* (SCA) yang bertujuan untuk meningkatkan kesiapan karier mahasiswa melalui peran sebagai pendamping karier (*career buddy*), penyebaran informasi, serta penguatan kompetensi mahasiswa dalam mempersiapkan masa depan karier. Adapun kegiatan seminar karier seperti *Seminar Nasional Networking and Career 2026* juga diselenggarakan sebagai upaya meningkatkan wawasan dan kesiapan

mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja. Namun demikian, keberadaan berbagai program tersebut justru menunjukkan bahwa kesiapan karier mahasiswa masih menjadi perhatian, khususnya pada aspek internal seperti keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun dukungan eksternal telah tersedia, faktor internal seperti keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) dan dinamika batin berupa lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) tetap memegang peran penting dalam menentukan kematangan keputusan karier mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan pengkajian empiris untuk menganalisis hubungan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, sehingga kelompok tersebut menjadi subjek yang relevan dalam penelitian ini.

Hasil observasi ini juga diperkuat melalui wawancara semi-terstruktur terhadap empat mahasiswa angkatan 2022 Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang mewakili setiap kelas. Wawancara semi-terstruktur dipilih karena peneliti menggunakan pedoman pertanyaan berdasarkan aspek/dimensi dari keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) dan lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*), namun tetap memberikan kesempatan kepada informan untuk menyampaikan pengalaman serta pandangannya secara lebih luas terkait proses pengambilan keputusan karier.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara terhadap mahasiswa angkatan 2022 dan alumni Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, ditemukan adanya variasi dalam proses pengambilan keputusan karier serta dinamika batin yang menyertainya. Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa telah memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya, mulai memahami potensi yang dimiliki, serta mampu mempertimbangkan pilihan karier yang sesuai dengan kemampuan dan minatnya. Namun, sebagian mahasiswa lainnya masih berada dalam proses eksplorasi

terhadap kemampuan diri, informasi karier, maupun arah pilihan yang ingin dicapai.

Pada dimensi keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), ditemukan adanya perbedaan tingkat keyakinan individu dalam menjalankan tugas-tugas pengambilan keputusan karier. Sebagian mahasiswa menunjukkan keyakinan dalam mengenali potensi diri, mencari informasi mengenai peluang karier, menentukan tujuan, serta menyusun rencana untuk masa depan. Di sisi lain, terdapat mahasiswa yang masih mengalami proses pertimbangan dalam memahami kemampuan diri, menentukan pilihan karier, maupun menyusun langkah yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Variasi tersebut menunjukkan bahwa tingkat keyakinan mahasiswa dalam menghadapi proses pengambilan keputusan karier tidak berada pada kondisi yang sama.

Fenomena serupa juga ditemukan pada alumni Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Hasil wawancara terhadap alumni angkatan 2019 dan 2021 menunjukkan bahwa proses pengambilan keputusan karier setelah menyelesaikan pendidikan tetap melibatkan berbagai pertimbangan, baik berkaitan dengan kemampuan diri, informasi mengenai bidang pekerjaan, penyusunan rencana karier, maupun kemampuan menghadapi hambatan. Alumni yang telah memasuki dunia kerja menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri berkembang melalui pengalaman, proses pembelajaran, serta penyesuaian terhadap tuntutan karier yang dijalani.

Selain dimensi keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), studi pendahuluan juga menunjukkan adanya dinamika batin yang dialami mahasiswa dan alumni dalam menentukan pilihan karier. Sebagai individu yang mempelajari kajian tasawuf, mahasiswa dan alumni Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi tidak terlepas dari konsep lintasan hati (*khatir/الخاطر*) sebagai bagian dari pengalaman batin manusia. Hasil wawancara menunjukkan bahwa dalam proses menentukan pilihan karier muncul berbagai bentuk lintasan hati, seperti dorongan untuk memilih jalan yang dianggap baik,

keyakinan terhadap usaha yang dilakukan, pertimbangan mengenai manfaat suatu pilihan, maupun munculnya kekhawatiran terhadap kemungkinan kegagalan.

Pada beberapa individu, lintasan hati tersebut muncul dalam bentuk dorongan positif yang memberikan ketenangan dan keyakinan dalam mengambil keputusan. Namun, pada kondisi tertentu juga muncul kekhawatiran, ketakutan, maupun pertimbangan yang membuat individu perlu melakukan proses refleksi sebelum menentukan pilihan. Hal ini menunjukkan bahwa proses pengambilan keputusan karier tidak hanya berkaitan dengan kemampuan individu dalam menilai pilihan secara rasional, tetapi juga berkaitan dengan dinamika batin yang menyertai individu ketika menghadapi suatu keputusan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, dapat dipahami bahwa mahasiswa dan alumni Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi mengalami dinamika yang beragam dalam menentukan arah karier. Di satu sisi terdapat keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi proses pengambilan keputusan karier, namun di sisi lain terdapat berbagai pengalaman batin yang menyertai proses tersebut. Kondisi ini menjadi dasar bagi peneliti untuk mengkaji lebih lanjut hubungan antara lintasan hati (*khatir*/ الخاطر) dengan keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa angkatan 2022 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Dari sudut pandang psikologi sosial-kognitif, keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) yang dikembangkan oleh Bandura (1986) dan diperluas Nancy Ellen Betz (1994) menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengambil keputusan karier sangat dipengaruhi oleh pengalaman keberhasilan, modeling sosial, persuasi verbal, dan kondisi fisiologis. Dukungan terhadap teori ini juga ditemukan dalam penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa dimensi kepribadian seperti *conscientiousness* dan *openness to experience* secara signifikan meningkatkan efikasi diri dalam pengambilan keputusan karier pada mahasiswa

Indonesia, memperkuat asumsi Bandura mengenai faktor kognitif dan afektif dalam proses karier (Suyasa, P. T. Y. S., Jessyca, F., Oktaviani, F., & Fahditia, A, 2023).

Sementara itu, dalam perspektif tasawuf, konsep lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) sebagaimana dijelaskan oleh Abu Hamid al-Ghazali dalam *Ihya' Ulum al-Din* dipahami sebagai lintasan hati yang memengaruhi kecenderungan berpikir dan bertindak individu. Pemahaman ini sejalan dengan kajian tasawuf yang menempatkan hati (*qalb*) sebagai pusat kesadaran batin dan proses pengetahuan manusia (Moh Bakir, 2019). Selain itu, ajaran tasawuf juga menekankan bahwa kondisi batin individu sangat dipengaruhi oleh dinamika internal yang perlu dikelola melalui kesadaran spiritual dan pengendalian diri (Abdul Wahab Syakhrani, Siti Syaidah, Siti Nur Asyfa Jakaria, 2025). Dengan demikian, lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) dapat dipahami sebagai bagian dari dinamika batin yang berperan dalam membentuk arah pemikiran, kecenderungan emosional, serta penilaian individu terhadap dirinya. Sementara itu, keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) memberikan kerangka psikologis untuk memahami bagaimana keyakinan diri tersebut memengaruhi kemampuan individu dalam mengambil keputusan karier secara yakin dan terarah.

Dalam pandangan ulama tasawuf, Konsep lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) yang memengaruhi arah pemikiran dan perilaku individu tidak hanya dibahas oleh Abu Hamid al-Ghazali, tetapi juga dikembangkan oleh sejumlah ulama tasawuf lainnya, baik klasik maupun yang lebih kontemporer. Salah satu tokoh yang membahas lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) secara sistematis adalah Al-Qushayri dalam karya monumentalnya *Risalah al-Qushayriyah*. Al-Qushayri menjelaskan bahwa lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) merupakan sesuatu yang melintas dalam hati tanpa disengaja dan dapat berasal dari berbagai sumber, yaitu dari Allah (*rabbani*), malaikat (*malaki*), nafsu (*nafsan*), dan setan (*syathani*). Ia menekankan bahwa kemampuan membedakan sumber lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) menjadi bagian penting, karena

kesalahan dalam mengenali sumber lintasan hati dapat mengarahkan individu pada keputusan yang keliru (Aly Mashar, 2023).

Pandangan yang sejalan juga ditemukan dalam pemikiran Al-Harith al-Muhasibi, lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dipahami sebagai lintasan batin yang pertama kali muncul dalam hati sebelum berkembang menjadi niat dan tindakan nyata. Dalam karyanya *Al-Ri'ayah li Huquq Allah*, ia menegaskan bahwa setiap perilaku manusia berawal dari dinamika batin yang harus diawasi melalui proses muhasabah (introspeksi diri). Oleh karena itu, lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) tidak dapat dipandang sebagai fenomena yang netral, melainkan sebagai proses awal yang menentukan arah kecenderungan individu dalam bertindak. (Muhammad Iqbal Alghifary, 2025). Dalam hal ini, lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) memiliki posisi strategis sebagai titik awal pembentukan keputusan, sehingga pengelolaannya sangat menentukan kualitas tindakan seseorang (Irbah, Zukhruf, Ida Kurnia Shofa, & Hana Rahadatul Aisy., 2022).

Dalam konteks pemikiran tasawuf yang lebih modern, Said Nursi dalam karya *Risale-i Nur* menjelaskan bahwa hati manusia senantiasa menjadi medan pertarungan antara ilham positif dan bisikan negatif. Nursi menegaskan bahwa kualitas keputusan seseorang sangat dipengaruhi oleh kecenderungan batin yang dominan dalam dirinya (Yusrina Dyah Wulandari, Romlah Widyawati, 2024). Pemikiran ini memperkuat konsep klasik lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan menempatkannya dalam konteks psikologis yang lebih relevan dengan kehidupan modern. Secara konseptual, berbagai pandangan tersebut menunjukkan bahwa lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) berperan sebagai proses awal dalam pembentukan keyakinan dan keputusan individu. Dalam kaitannya dengan keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), hati (*Khatir/ الخاطر*) yang positif seperti *khatir rabbani* dan *malaki* berpotensi memperkuat keyakinan individu dalam menilai kemampuan diri, menetapkan tujuan, serta mengambil keputusan karier secara mantap. Sebaliknya, dominasi *khatir nafsani* dan *syathani* dapat memunculkan keraguan, ketakutan, serta

penilaian diri yang negatif, yang pada akhirnya menurunkan tingkat efikasi diri dalam pengambilan keputusan karier.

Beberapa penelitian terdahulu telah membahas variabel keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) maupun dinamika batin dalam perspektif tasawuf secara terpisah, yang menunjukkan relevansi dan potensi keduanya dalam menjelaskan proses pengambilan keputusan individu. Namun demikian, kajian yang mengintegrasikan kedua aspek tersebut, khususnya yang mengaitkan konsep lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) dengan keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), masih sangat terbatas. Hal ini menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut, terutama dalam konteks mahasiswa pada lingkungan pendidikan berbasis keilmuan tasawuf.

Pada ranah keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), penelitian yang dilakukan oleh (Resia Anugrah Wijikapindho & Cholichul Hadi, 2021) dalam artikelnya berjudul "*Hubungan antara Self-Efficacy dengan Kesiapan Kerja pada Mahasiswa Semester Akhir*" menunjukkan bahwa tingkat *self-efficacy* berhubungan signifikan dengan kesiapan kerja mahasiswa, yang sangat relevan dengan pengambilan keputusan karier. Penelitian ini mengungkapkan bahwa *self-efficacy* yang tinggi dapat memprediksi kesiapan kerja mahasiswa, di mana individu yang memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan dunia kerja cenderung lebih siap untuk mengambil keputusan karier yang lebih mantap dan percaya diri. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *self-efficacy* mampu memprediksi kesiapan kerja sebesar 4,1%, dengan koefisien regresi positif ($B=0,428$), yang berarti setiap peningkatan dalam *self-efficacy* akan diikuti dengan peningkatan kesiapan kerja mahasiswa.

Di sisi lain, dalam perspektif tasawuf, kajian mengenai lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) lebih banyak dibahas sebagai bagian dari dinamika batin yang memengaruhi kecenderungan berpikir dan bertindak individu. Konsep lintasan hati (*Khatir/الخاطر*)

(الخاطر) sebagaimana dijelaskan oleh Abu Hamid al-Ghazali dalam *Ihya' Ulum al-Din* merujuk pada lintasan hati yang menjadi awal terbentuknya perilaku manusia, yang dapat bersumber dari dorongan positif maupun negatif. Penelitian yang dilakukan oleh (Abi Syaiful Haq, 2021) dalam skripsinya yang berjudul “*Gambaran Khatir pada Mahasiswa IAIN Kudus yang Mengalami Stres Akademik*” menunjukkan bahwa lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) memiliki peran signifikan dalam membentuk respons psikologis mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pada mahasiswa dengan tingkat stres sedang, sebanyak 83% didominasi oleh lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) negatif, seperti perasaan cemas, kecewa, dan tertekan. Sementara itu, pada mahasiswa dengan tingkat stres berat, sebanyak 69% juga menunjukkan dominasi lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) negatif yang ditandai dengan kecenderungan emosional seperti gelisah, takut, dan kehilangan ketenangan. Temuan ini menunjukkan bahwa kondisi lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) yang tidak terkelola dengan baik berkaitan dengan munculnya ketidakstabilan psikologis pada individu.

Dari kombinasi temuan-temuan tersebut, terlihat bahwa dinamika batin yang tercermin melalui lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) berpotensi membentuk dasar internal individu, seperti kestabilan emosi, kejernihan dalam menilai diri, serta keteguhan dalam menentukan pilihan. Dalam konteks keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), kondisi batin yang didominasi oleh khatir negatif berpotensi menimbulkan keraguan, ketidakmantapan, serta kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri, yang merupakan karakteristik dari keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*). Sebaliknya, individu yang mampu mengelola antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) secara lebih adaptif berpotensi memiliki keyakinan yang lebih kuat dalam menentukan arah kariernya.

Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan kajian yang belum banyak disentuh, yaitu mengkaji hubungan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career*

Decision-Making Self-Efficacy) pada mahasiswa, khususnya mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang berada pada fase akhir studi dan sedang menghadapi masa transisi menuju dunia kerja.

Penelitian-penelitian sebelumnya yang mengkaji antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dalam perspektif tasawuf maupun keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) umumnya masih bersifat parsial dan berdiri sendiri tanpa adanya integrasi konseptual maupun empiris antara kedua ranah tersebut belum terdapat penelitian yang secara langsung menghubungkan keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) dengan dinamika lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dalam perspektif tasawuf.

Padahal, dalam kajian sufistik, khatir dipahami sebagai lintasan batin dan pintu awal yang memengaruhi arah pemikiran, kecenderungan emosional, serta penilaian individu terhadap dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai pilihan hidup. Oleh karena itu, khatir memiliki potensi yang signifikan dalam membentuk kejelasan berpikir, keteguhan sikap, serta keyakinan diri yang menjadi dasar dalam pengambilan keputusan karier yang matang. Selain itu, sebagian besar penelitian masih dilakukan pada subjek umum, seperti siswa sekolah menengah atau mahasiswa secara umum, belum secara spesifik mengkaji mahasiswa pada Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi yang secara keilmuan memiliki keterkaitan langsung dengan dinamika batin.

Melihat adanya celah dari penelitian terdahulu yang belum mengintegrasikan aspek spiritual Islam dengan konstruksi psikologis kontemporer, penelitian ini hadir sebagai upaya alternatif untuk menghubungkan lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Secara teoretis, penelitian ini berkontribusi dalam memperluas khazanah keilmuan di bidang Tasawuf dan

Psikoterapi dengan menempatkan konsep lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) tidak hanya sebagai fenomena batin dalam kajian tasawuf, tetapi juga sebagai mekanisme internal yang berpotensi memengaruhi terbentuknya keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*). Selain itu, penelitian ini juga menawarkan kontribusi praktis bagi pengembangan pendidikan berbasis keislaman, khususnya pada lingkungan perguruan tinggi dengan konsentrasi keilmuan tasawuf dan psikoterapi. Dengan menguji hubungan empiris antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dan keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi dosen, pembimbing akademik, maupun praktisi bimbingan konseling Islam dalam merancang pendekatan pengembangan karier yang tidak hanya berfokus pada aspek kognitif dan informasi, tetapi juga mempertimbangkan dinamika batin mahasiswa.

Penelitian ini memiliki keunikan dari segi pendekatan, metode, dan konteks subjek yang diteliti. Dari sisi pendekatan, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional yang relatif belum banyak diaplikasikan dalam kajian tasawuf, khususnya pada konsep khatir, yang selama ini lebih banyak dikaji melalui pendekatan kualitatif atau deskriptif naratif. Pemilihan pendekatan ini memungkinkan penelitian untuk memberikan gambaran hubungan yang terukur secara statistik antara dinamika lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan tingkat keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa. Metode kuantitatif korelasional dinilai tepat untuk menguji hubungan antar variabel psikologis dan spiritual karena mampu menghasilkan data yang objektif serta dapat dianalisis secara inferensial untuk melihat kekuatan hubungan antarvariabel (Wulandari, N., & Setiawan, D., 2021).

Keunikan lain terletak pada integrasi antara konsep psikologi karier kontemporer dan konsep tasawuf klasik dalam satu kerangka berpikir. Penelitian ini memadukan keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) yang dikembangkan oleh Taylor dan Betz dengan konsep

khatir dalam tasawuf yang dijelaskan oleh Imam al-Ghazali dalam *Ihya' Ulum al-Din* sebagai lintasan hati yang memengaruhi arah pemikiran dan kecenderungan tindakan individu.

Dengan menyasar mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, penelitian ini juga memiliki konteks yang spesifik karena subjek penelitian merupakan mahasiswa yang secara akademik mempelajari dinamika kejiwaan dan spiritualitas, sekaligus berada pada fase transisi menuju dunia kerja yang menuntut kematangan dalam pengambilan keputusan karier. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya menyajikan data korelasi antara variabel lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dan keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), tetapi juga memberikan pemahaman bahwa dinamika batin individu memiliki peran dalam membentuk keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, maka permasalahan utama dalam penelitian ini difokuskan pada hubungan antara lintasan hati (*khatir*) dengan tingkat keyakinan dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Untuk memperjelas fokus penelitian, maka rumusan masalah dijabarkan ke dalam pertanyaan-pertanyaan berikut:

1. Bagaimana gambaran tingkat lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Bagaimana gambaran tingkat keyakinan dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

3. Bagaimana hubungan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk mengetahui gambaran tingkat lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat keyakinan dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
3. Untuk mengetahui bagaimana hubungan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung

D. Manfaat Hasil Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, maka akan didapatkan manfaat penelitiannya, yaitu:

1. Manfaat Teoretis / Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan khazanah keilmuan pada bidang Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya dalam mengkaji keterkaitan antara konsep lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dalam perspektif tasawuf dengan keyakinan individu dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*). Dengan meneliti hubungan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), hasil

penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan ilmiah bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang tertarik mengkaji integrasi dan mengeksplorasi antara dimensi spiritual Islam dan aspek psikologis dalam pengambilan keputusan karier (Rahayu, E., Widayanti, C. G., & Sawitri, D. R., 2024). Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan wawasan metodologis melalui penggunaan pendekatan kuantitatif korelasional dalam mengkaji variabel spiritual-psikologis, yang selama ini lebih banyak diteliti melalui pendekatan kualitatif atau deskriptif.

2. Manfaat Praktis:

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak yang terkait dengan pengembangan mahasiswa, khususnya:

- a. Bagi mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya memahami dinamika batin, khususnya lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*), sebagai salah satu faktor internal yang memengaruhi keyakinan dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), sehingga mahasiswa mampu menentukan arah karier secara lebih matang dan terarah
- b. Bagi dosen, pembimbing akademik, dan pihak Jurusan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merancang program pembinaan dan pengembangan karier mahasiswa yang tidak hanya berfokus pada aspek kognitif dan informasi karier, tetapi juga mempertimbangkan aspek internal dan batiniah mahasiswa sebagai bagian dari proses pengambilan keputusan karier.

E. Kerangka Berpikir

Dalam konteks kehidupan akademik mahasiswa, proses transisi menuju dunia kerja seringkali dihadapkan pada berbagai tuntutan yang menuntut kemampuan dalam mengambil keputusan karier secara matang. Situasi ini tidak

hanya melibatkan aspek kognitif, tetapi juga berkaitan dengan dinamika batin individu dalam menilai dirinya dan menghadapi berbagai alternatif pilihan yang tersedia. Dalam perspektif tasawuf, dinamika batin tersebut dapat dipahami melalui konsep khatir, yaitu lintasan hati yang memengaruhi kecenderungan berpikir dan bertindak individu. Oleh karena itu, kajian mengenai lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) menjadi relevan untuk ditelaah lebih lanjut, tidak hanya sebagai konsep spiritual, tetapi juga sebagai aspek internal yang berpotensi memengaruhi keyakinan individu dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*).

Penelitian ini berangkat dari asumsi bahwa dinamika lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) tidak hanya berkedudukan sebagai fenomena spiritual normatif, tetapi juga memiliki implikasi fungsional terhadap proses kognitif yang mendasari pembentukan keyakinan diri individu. Dalam perspektif ini, lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) diposisikan sebagai tahap awal dari proses internal yang berpotensi memengaruhi bagaimana individu melakukan evaluasi diri, menimbang alternatif pilihan, serta menetapkan keputusan. Dengan demikian, lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) tidak lagi dipahami secara pasif sebagai lintasan hati semata, melainkan sebagai mekanisme psikospiritual yang beririsan dengan konstruksi kognitif dalam pembentukan *self-efficacy*. Argumen tersebut memperoleh relevansi empiris ketika dikaitkan dengan karakteristik subjek penelitian, yaitu mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2022.

Secara akademik, mahasiswa dalam jurusan ini memiliki akses terhadap kajian tasawuf yang membahas pengelolaan batin, termasuk konsep lintasan hati (*Khatir/الخاطر*). Namun demikian, keberadaan akses kognitif terhadap konsep tersebut tidak secara otomatis berbanding lurus dengan tingkat internalisasi maupun kemampuan regulasi batin dalam praktik kehidupan sehari-hari. Hal ini membuka kemungkinan adanya diskrepansi antara penguasaan konseptual dan aktualisasi psikologis, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kualitas penilaian diri serta keyakinan individu dalam menghadapi pengambilan keputusan karier. Dalam kerangka teori *self-efficacy*, keyakinan individu terhadap kemampuannya tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal, tetapi juga oleh proses internal yang bersifat

kognitif-afektif. Dalam konteks ini, lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) sebagai dinamika awal dalam alur pembentukan niat dan tindakan memiliki potensi untuk memengaruhi konstruksi keyakinan tersebut, khususnya dalam domain pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*). Oleh karena itu, variasi dalam karakteristik dan kecenderungan lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) yang dialami mahasiswa diduga berkontribusi terhadap perbedaan tingkat keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), sehingga relasi antara kedua variabel tersebut layak untuk diuji secara empiris melalui pendekatan kuantitatif korelasional.

Secara terminologi, konsep *qalb* dalam tradisi tasawuf merujuk pada pusat kesadaran batin manusia yang memiliki peran dalam menentukan arah perilaku dan kualitas spiritual individu. Menurut Abu Hamid al-Ghazali dalam karyanya *Ihya' Ulum al-Din*, *qalb* tidak hanya dimaknai sebagai organ fisik, melainkan sebagai hakikat batin manusia yang mampu menerima pengetahuan, memahami kebenaran, serta menjadi tempat munculnya berbagai lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) yang memengaruhi tindakan manusia (Ricky Firmansyah, Azizah Fajar Islam, 2020). *Qalb* dalam hal ini berfungsi sebagai pusat pengendali diri yang menentukan baik dan buruknya perilaku seseorang, sebagaimana ditegaskan dalam hadis Nabi Muhammad Saw.:

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً، إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

“Ketahuilah, sesungguhnya di dalam tubuh terdapat segumpal daging; apabila ia baik, maka baiklah seluruh tubuh, dan apabila ia rusak, maka rusaklah seluruh tubuh. Ketahuilah, itulah hati (*qalb*).” (HR. al-Bukhari dan Muslim)

Hadis tersebut menunjukkan bahwa *qalb* memiliki kedudukan sentral dalam menentukan kualitas keseluruhan diri manusia. Al-Harith al-Muhasibi dalam *Al-Ri'ayah li Huquq Allah* menjelaskan bahwa *qalb* merupakan tempat berlangsungnya proses muhasabah, di mana berbagai lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) muncul dan harus diseleksi agar tidak berkembang menjadi tindakan yang menyimpang (Muhammad Iqbal Alghifary, 2025). Dengan demikian, *qalb* dalam perspektif tasawuf dipahami

sebagai pusat kesadaran spiritual sekaligus ruang dinamika batin yang memengaruhi arah keputusan manusia.

Sementara itu, dalam perspektif psikologi, konsep yang memiliki fungsi serupa dengan qalb dalam tasawuf dapat dipahami melalui peran pikiran (mind) sebagai pusat proses kognitif. Pikiran merupakan sistem yang berfungsi dalam menerima, mengolah, dan mengevaluasi informasi, yang kemudian memengaruhi emosi serta perilaku individu. Menurut Aaron T. Beck dalam teori kognitif, pikiran manusia secara otomatis menghasilkan *automatic thoughts*, yaitu lintasan kognitif spontan yang muncul sebagai respons terhadap suatu situasi dan berperan dalam membentuk interpretasi individu terhadap pengalaman yang dihadapi (Wahyuni, Sri., & Kurniawan, Dedi, 2021). Pikiran dalam hal ini tidak hanya bersifat rasional, tetapi juga dipengaruhi oleh pengalaman, keyakinan, serta kondisi emosional individu.

Adapun dalam perspektif filsafat, kedudukan pikiran sebagai pusat kesadaran manusia telah lama menjadi perhatian utama. René Descartes melalui konsep *cogito ergo sum* (“aku berpikir, maka aku ada”) menegaskan bahwa aktivitas berpikir merupakan bukti fundamental eksistensi manusia (Suhendra, Ahmad., 2021). Pemikiran ini menunjukkan bahwa sejak manusia hadir dalam kehidupan, proses berpikir telah menjadi bagian inheren yang tidak terpisahkan hingga akhir kehidupannya. Dengan kata lain, manusia senantiasa berada dalam aktivitas berpikir yang terus-menerus sebagai bagian dari kesadarannya terhadap diri dan realitas.

Dalam kajian psikologi modern, manusia sering dipahami sebagai makhluk *homo sapiens*, yaitu makhluk yang memiliki kemampuan berpikir rasional dan reflektif. Perspektif ini berkembang dalam aliran psikologi kognitif yang menempatkan manusia sebagai agen aktif dalam memproses informasi. Tokoh seperti Ulric Neisser, yang dikenal sebagai pelopor psikologi kognitif, menjelaskan bahwa manusia secara aktif mengorganisasi pengalaman melalui proses mental seperti persepsi, ingatan, dan penalaran (Rahman, Abdul., & Putri, Nabila Aulia, 2023). Dengan demikian, manusia tidak hanya bereaksi terhadap lingkungan, tetapi

juga secara aktif membentuk makna melalui proses berpikirnya. Dalam *teori self-efficacy* yang dikemukakan oleh Albert Bandura, pikiran atau proses kognitif memiliki peran penting dalam membentuk keyakinan individu terhadap kemampuannya. Bandura menjelaskan bahwa keyakinan tersebut terbentuk melalui interaksi antara pengalaman pribadi, pembelajaran sosial, persuasi verbal, serta kondisi emosional. Hal ini menunjukkan bahwa apa yang dipikirkan individu tentang dirinya akan memengaruhi tingkat keyakinan dan keputusan yang diambil.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa qalb dalam tasawuf dan pikiran dalam psikologi memiliki kesamaan kedudukan sebagai pusat yang memengaruhi kesadaran, penilaian, dan tindakan manusia. Dalam tasawuf, qalb menjadi tempat munculnya lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) yang menentukan kecenderungan batin, sedangkan dalam psikologi, pikiran menjadi tempat munculnya *automatic thought* yang memengaruhi keyakinan dan perilaku. Dengan demikian, baik qalb maupun pikiran sama-sama berperan sebagai pusat internal yang menentukan bagaimana individu memahami dirinya dan mengambil keputusan dalam kehidupannya.

Pemahaman bahwa dinamika batin dalam diri individu, khususnya yang berkaitan dengan lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*), memiliki peran dalam membentuk keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) dapat ditinjau melalui dalil-dalil keagamaan, kajian tasawuf, serta teori baik dalam bidang psikologi maupun studi spiritualitas Islam. Keterkaitan ini menunjukkan bahwa proses internal dalam diri individu tidak hanya berdimensi psikologis, tetapi juga spiritual, yang keduanya saling berkontribusi dalam membentuk keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*). Dalam perspektif Islam, proses batin manusia memiliki peran krusial dalam membentuk perilaku dan keputusan yang diambil. Hal ini ditegaskan dalam firman Allah Swt.:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka sendiri.” (QS. Ar-Ra’d: 11)

Ayat tersebut menunjukkan bahwa perubahan yang tampak dalam perilaku dan pilihan hidup tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan berakar pada dinamika internal yang berlangsung dalam diri individu. Proses internal tersebut mencakup bagaimana seseorang memaknai dirinya, membentuk keyakinan, serta merespons lintasan batin yang muncul. Dalam konteks ini, apa yang terdapat “dalam diri” dapat dipahami sebagai keseluruhan kondisi batin, termasuk pikiran, keyakinan, dan dorongan yang menjadi dasar dalam menetapkan suatu keputusan. Dengan demikian, kualitas proses batin tersebut akan memengaruhi keteguhan individu dalam menentukan pilihan, termasuk dalam pengambilan keputusan karier. Sejalan dengan itu, Rasulullah Saw. juga bersabda:

لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّىٰ يَكُونَ هَوَاهُ تَبَعًا لِمَا جَنَّتْ بِهِ

“Tidaklah beriman salah seorang di antara kalian hingga hawa nafsunya mengikuti apa yang aku bawa (ajaran Islam).” (HR. an-Nawawi dalam *Al-Arba'in*, dinilai hasan shahih)

Dalam hadits tersebut, Rasulullah SAW. menegaskan bahwa kualitas keimanan seseorang berkaitan dengan kemampuan mengarahkan dorongan batin agar selaras dengan nilai yang benar. Hadis tersebut menunjukkan bahwa apa yang ada dalam diri manusia, termasuk kecenderungan, dorongan, dan lintasan batin, memiliki peran dalam menentukan sikap dan pilihan yang diambil. Dalam konteks ini, proses internal tidak hanya berkaitan dengan aspek keyakinan, tetapi juga dengan bagaimana individu mengelola dorongan yang muncul sebelum menetapkan suatu keputusan. Hal ini selaras dengan makna QS. Ar-Ra'd: 11 yang menekankan bahwa perubahan bermula dari dalam diri. Dengan demikian, dinamika batin, termasuk lintasan hati (*Khatir*/ *الخاطر*) sebagai lintasan awal dalam diri manusia, berkontribusi dalam membentuk arah pertimbangan dan ketetapan individu dalam mengambil keputusan, termasuk dalam konteks karier.

Menurut Abu Hamid al-Ghazali dalam *Ihya' Ulum al-Din*, proses terbentuknya perilaku manusia tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan melalui beberapa tahapan batin. Al-Ghazali menjelaskan bahwa perilaku diawali dari

lintasan hati (*Khatir*/ الخاطر), yang kemudian berkembang menjadi *raghbah* (keinginan), dilanjutkan menjadi *i'tiqad* (keyakinan), dan akhirnya bermuara pada '*azam* (tekad) yang mendorong individu untuk bertindak (Muhammad Nuruttamam Al-Amin, Ahmad Zaro, 2022). Lintasan hati (*Khatir*/ الخاطر) merupakan lintasan awal yang muncul dalam hati sebagai respons terhadap suatu situasi. Lintasan ini dapat bersifat positif maupun negatif, tergantung pada sumber dan kondisi batin individu. Ketika lintasan tersebut diterima dan dipelihara, maka akan berkembang menjadi *raghbah*, yaitu kecenderungan atau dorongan untuk mengarah pada suatu pilihan. Lalu dorongan tersebut akan menguat menjadi *i'tiqad*, yaitu keyakinan individu terhadap pilihan atau kemampuannya. Pada tahap akhir, keyakinan tersebut akan membentuk '*azam*, yaitu tekad yang kuat untuk merealisasikan tindakan. Jika ditinjau dalam konteks psikologi karier, tahapan yang dijelaskan oleh Al-Ghazali tersebut memiliki kesesuaian dengan konsep *Career Decision-Making Self-Efficacy (CDMSE)*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengambil keputusan karier.

Dalam hal ini, *i'tiqad* dapat dipahami sebagai bentuk keyakinan diri (*self-efficacy*), sedangkan lintasan hati (*Khatir*/ الخاطر) berperan sebagai tahap awal yang memengaruhi terbentuknya keyakinan tersebut. Dengan demikian, kualitas lintasan hati (*Khatir*/ الخاطر) yang muncul dalam diri individu akan sangat menentukan arah perkembangan keyakinan dirinya. Lintasan hati (*Khatir*/ الخاطر) yang positif, seperti dorongan optimisme, keyakinan akan pertolongan Allah, serta pemahaman diri yang baik, berpotensi memperkuat *i'tiqad* sehingga meningkatkan *self-efficacy* dalam pengambilan keputusan karier. Sebaliknya, lintasan hati (*Khatir*/ الخاطر) yang negatif, seperti keraguan berlebihan, rasa takut gagal, dan pikiran pesimis, dapat menghambat terbentuknya keyakinan diri, sehingga menurunkan tingkat keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*).

Dalam perspektif integratif antara tasawuf dan psikologi, lintasan hati (*Khatir*/ الخاطر) juga memiliki kesesuaian dengan konsep *automatic thought* dalam teori kognitif yang dikemukakan oleh Aaron T. Beck. Dalam teori kognitif, *automatic thought* yang dikemukakan oleh Aaron T. Beck merupakan lintasan

pikiran spontan yang muncul secara cepat sebagai respons terhadap suatu situasi. Beck lebih banyak menekankan pada *automatic negative thoughts*, yaitu pikiran otomatis yang bersifat disfungsional, seperti keraguan terhadap kemampuan diri, kecenderungan berpikir pesimis, serta antisipasi terhadap kegagalan. Pikiran-pikiran ini berperan dalam membentuk emosi negatif dan dapat memengaruhi perilaku individu secara maladaptif (Siti Lutfiah, Qoqom Komariah, 2025).

Di sisi lain, konsep *automatic positive thoughts* dikembangkan oleh Rick E. Ingram dan Kenneth S. Wisnicki, yang menjelaskan bahwa individu juga memiliki lintasan pikiran spontan yang bersifat adaptif dan konstruktif. *Automatic positive thoughts* mencerminkan penilaian diri yang positif, harapan terhadap keberhasilan, serta keyakinan akan kemampuan diri dalam menghadapi berbagai situasi (Rick E. Ingram dan Kenneth S. Wisnicki, 1988). Pikiran ini berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis serta memperkuat kepercayaan diri individu. Dalam konteks ini, proses perubahan dari *automatic thought* menuju *core belief* memiliki kesesuaian dengan tahapan *i'tiqad* dalam perspektif tasawuf, yaitu terbentuknya keyakinan dalam diri individu setelah melalui proses lintasan batin sebelumnya.

Keterkaitan ini menjadi semakin relevan ketika dikaitkan dengan konsep *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Albert Bandura. Bandura menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya terbentuk melalui proses kognitif yang melibatkan penilaian terhadap pengalaman, interpretasi terhadap keberhasilan maupun kegagalan, serta kondisi emosional yang menyertainya. Dengan demikian, *automatic thought* tidak hanya dipahami sebagai sumber distorsi kognitif, tetapi juga sebagai mekanisme internal yang dapat memperkuat atau melemahkan keyakinan diri, tergantung pada kualitasnya. Dalam konteks pengambilan keputusan karier, *automatic negative thoughts* cenderung menurunkan keyakinan individu terhadap kemampuannya, sedangkan *automatic positive thoughts* berperan dalam memperkuat keyakinan tersebut. *Automatic thought* dapat dipahami sebagai tahap awal dalam proses kognitif yang berkontribusi terhadap terbentuknya keyakinan diri. Jika dikaitkan dengan kerangka tasawuf, posisi *automatic thought* memiliki titik temu dengan lintasan hati (*Khatir*/ *الخاطر*) sebagai lintasan awal dalam

hati, yang kemudian berkembang menjadi keyakinan (*i'tiqad*). Oleh karena itu, baik dalam perspektif tasawuf maupun psikologi, dapat dipahami bahwa kualitas lintasan awal, baik berupa lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) maupun *automatic thought* memiliki peran dalam membentuk keyakinan diri individu, yang pada akhirnya memengaruhi tingkat *Self-Efficacy* dalam pengambilan keputusan karier. Hubungan antara keduanya bersifat konseptual dan dapat dipahami melalui integrasi antara teori tasawuf mengenai dinamika batin dengan teori psikologi mengenai pembentukan keyakinan diri. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya menguji secara empiris keterkaitan tersebut, khususnya dalam konteks mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi yang memiliki pemahaman terhadap konsep batiniah sekaligus menghadapi tuntutan pengambilan keputusan karier.

Dalam kajian tasawuf, khatir dipahami sebagai lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) yang dipengaruhi oleh beberapa aspek atau faktor dalam individu. Penelitian terdahulu mengenai gambaran lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) pada mahasiswa menunjukkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) merujuk pada pemikiran Imam al-Ghazali dalam kitab *Ihya Ulumuddin* (Abi Syaiful Haq, 2021). Dalam kajian tersebut, lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal seperti imajinasi, nafsu, amarah (*al-ghadab*) dan akhlak. Adapun faktor eksternal meliputi panca indera. Temuan tersebut menunjukkan bahwa lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) berkaitan dengan dinamika batin individu yang terbentuk melalui interaksi antara aspek pengalaman, perilaku, emosional, dan spiritual.

Dalam perspektif Islam, proses pengambilan keputusan dalam kehidupan, khususnya yang berkaitan dengan arah karier, merupakan bagian dari ikhtiar manusia dalam merencanakan masa depan yang belum sepenuhnya dapat diketahui. Keterbatasan manusia dalam memahami hal-hal yang akan terjadi di masa mendatang menjadikan proses tersebut memerlukan pertimbangan yang matang serta keyakinan terhadap pilihan yang diambil. Oleh karena itu, manusia dituntut untuk tetap memiliki harapan dan kepercayaan diri dalam menentukan arah

hidupnya. Hal ini sebagaimana dijelaskan oleh Allah SWT dalam QS. Al-Baqarah (216):

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ
شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Ayat tersebut menunjukkan bahwa keterbatasan pengetahuan manusia terhadap konsekuensi suatu pilihan menjadikan proses pengambilan keputusan tidak selalu didasarkan pada preferensi yang disukai, melainkan pada pertimbangan yang lebih luas mengenai kemaslahatan. Ujian dan pengalaman hidup menjadi bagian dari mekanisme ilahiah dalam mengarahkan manusia menuju kebaikan yang mungkin tidak segera disadari.

Dalam konteks ini, ketika individu dihadapkan pada berbagai alternatif pilihan, diperlukan kemampuan untuk menilai, mempertimbangkan, serta menetapkan keputusan secara tepat. Oleh karena itu, keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) menjadi aspek yang berperan dalam mendukung individu untuk menetapkan pilihan karier secara mantap, terarah, dan bertanggung jawab.

Seperti yang telah dijelaskan bahwasannya keyakinan dalam mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) adalah kepercayaan diri yang dimiliki oleh individu mengenai kapabilitas yang dimilikinya dalam membuat keputusan kariernya di masa depan (Dharma, Zakiyah, Akmal, 2020). Bandura juga menyebutkan efikasi diri adalah keyakinan diri yang dimiliki oleh individu terhadap kemampuannya untuk berhasil melaksanakan tugas ataupun perilaku tertentu (Bandura, A., 1986).

Bandura mengakui bahwa efikasi diri merupakan jembatan utama terkait perubahan perilaku. Entitas individu yang memiliki efikasi diri yang suboptimal atau rendah terhadap suatu tugas atau perilaku yang diharapkan akan lebih condong untuk melakukan penghindaran dari tugas ataupun perilaku tersebut. Sebaliknya, entitas individu yang memiliki efikasi diri yang optimal atau tinggi terhadap suatu tugas atau perilaku yang diharapkan biasanya akan mendekat pada tugas atau

perilaku tersebut. Teori efikasi diri yang berkaitan dengan keputusan karier pertama kali diusulkan oleh Taylor & Betz yang mendefinisikan *career decision making self-efficacy* sebagai keyakinan yang dimiliki oleh individu mengenai kemampuannya untuk berhasil melaksanakan tugas dan perilaku yang berkaitan dengan proses pembuatan keputusan karier (Chandra Yudistira Purnama & Linda Ernawati, 2021).

Pada skripsi penelitian terdahulu dijelaskan bahwa *self efficacy* pengambilan keputusan karier seseorang dipengaruhi faktor internal dan eksternal (Siti Nabila Azzahra Purisyah, 2024). Adapun faktor internal mencakup aspek-aspek yang berasal dari dalam diri individu, seperti jenis kelamin, umur, etnisitas, prestasi mahasiswa, kebutuhan untuk berkembang, pandangan terhadap masa depan (*future time perspective*), dan Kepribadian Proaktif. Sementara itu, faktor eksternal mencakup jurusan di sekolah tinggi, pengalaman mengikuti kursus perencanaan karier, serta dukungan dari orang tua.

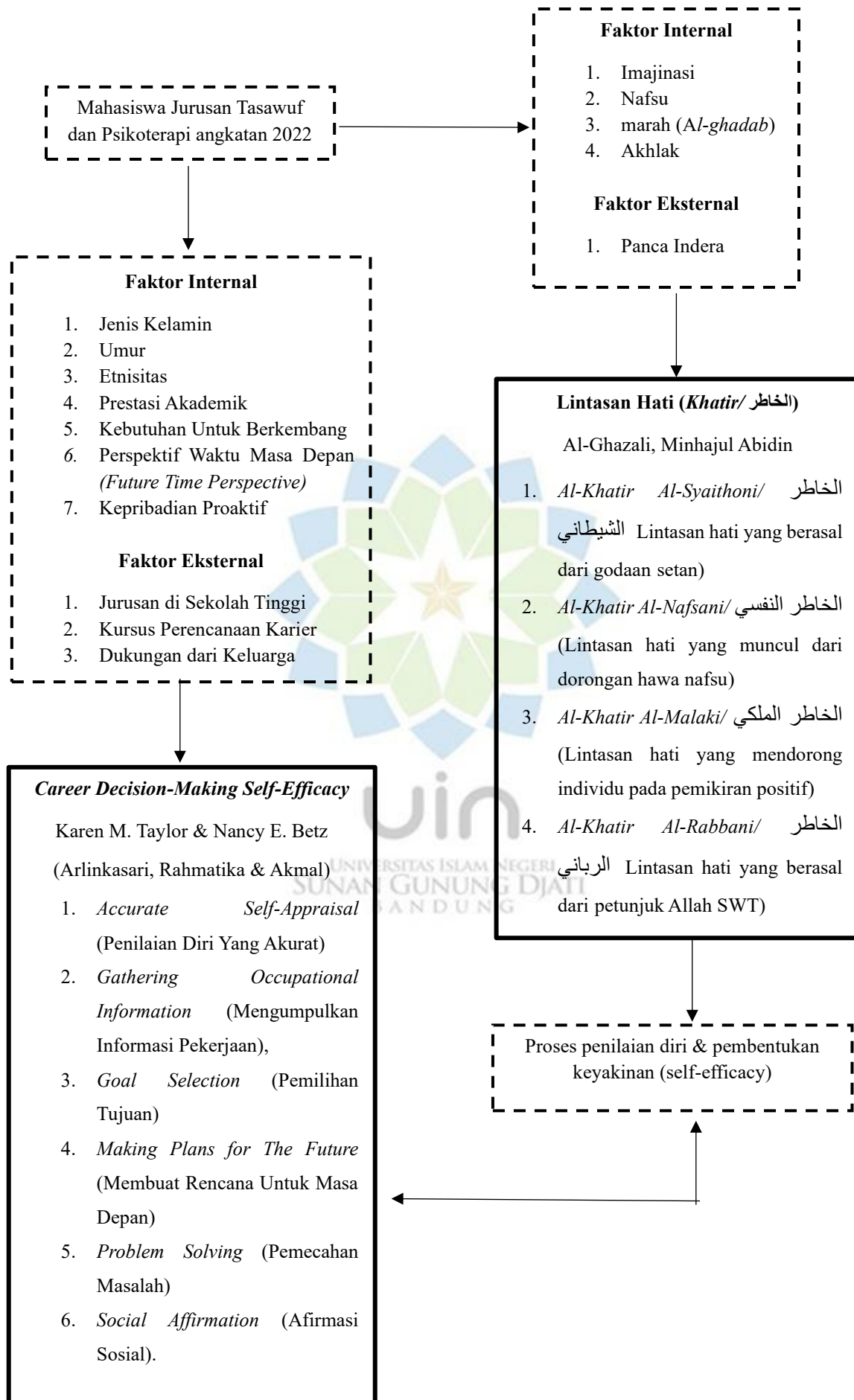
Mencermati keterkaitan antara aspek spiritual dan psikologis, penelitian ini diarahkan untuk mengkaji hubungan antara dinamika batin dalam konsep lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan individu dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*). Dalam kerangka ini, lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) tidak hanya dipahami sebagai fenomena spiritual berupa lintasan hati, tetapi juga sebagai proses internal yang berkontribusi terhadap pembentukan penilaian diri dan keyakinan individu. Sementara itu, dalam perspektif psikologi, keyakinan individu dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) merupakan faktor kognitif yang memengaruhi bagaimana individu menetapkan pilihan dan mengambil keputusan.

Dengan demikian, penelitian ini menempatkan lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) sebagai variabel yang secara konseptual memiliki keterkaitan dengan proses kognitif yang mendasari self-efficacy. Paradigma yang digunakan mengarah pada integrasi antara perspektif tasawuf dan psikologi kontemporer dalam memahami proses pengambilan keputusan karier. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk menguji hubungan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan tingkat keyakinan individu dalam pengambilan keputusan

karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa, sehingga diperoleh gambaran empiris mengenai keterkaitan antara aspek spiritual dan keyakinan dalam pengambilan keputusan karier.

Berangkat dari kerangka konseptual yang telah diuraikan, maka paradigma dalam penelitian ini memposisikan lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) sebagai dinamika batin yang berpotensi memengaruhi arah pertimbangan individu dalam menetapkan pilihan karier. Lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) yang muncul tidak hanya merefleksikan kondisi spiritual, tetapi juga berkaitan dengan cara individu memaknai kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai alternatif keputusan. Dalam konteks ini, keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) dipandang sebagai hasil dari proses internal yang melibatkan interaksi antara aspek kognitif dan pengalaman batin. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk menguji secara empiris keterkaitan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa. Pendekatan yang digunakan memberikan ruang untuk melihat bagaimana dimensi spiritual dapat beririsan dengan proses psikologis dalam membentuk kesiapan individu menentukan pilihan kariernya.



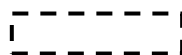


Gambar 1.1 Bagan Kerangka Berfikir

Keterangan:



Variabel yang diteliti



Variabel yang tidak diteliti

F. Hipotesis

Penelitian ini mengajukan hipotesis yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) sebagai variabel independen (X) dan keyakinan dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) sebagai variabel dependen (Y) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Maka hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

H₀: Tidak adanya hubungan yang signifikan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) pada mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

H₁: Adanya hubungan yang signifikan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam kemampuan mengambil keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) mahasiswa angkatan 2022 jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian yang secara langsung mengkaji hubungan antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) hingga saat ini belum banyak ditemukan. Namun demikian, sejumlah penelitian terdahulu telah meneliti kedua variabel tersebut secara terpisah, baik dalam konteks kajian tasawuf mengenai lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) maupun dalam kajian psikologi mengenai keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*). Penelitian mengenai lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) umumnya berfokus pada bagaimana lintasan hati memengaruhi kondisi psikologis, emosi, serta perilaku individu, sedangkan

penelitian mengenai keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*) lebih menyoroti pada aspek keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menentukan pilihan karier, tanpa secara mendalam mengkaji dinamika batin yang mendasari terbentuknya keyakinan tersebut. Oleh karena itu, kajian terhadap penelitian terdahulu menjadi penting untuk menunjukkan posisi penelitian ini, sekaligus memperlihatkan bahwa secara konseptual terdapat keterkaitan antara kualitas lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*).

Dalam skripsi yang berjudul *Gambaran Khatir Pada Mahasiswa Iain Kudus Yang Mengalami Stres Akademik* menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki kecenderungan lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) *muhlikat* (buruk) sebesar 75%, yang ditandai dengan munculnya perasaan cemas, kecewa, sedih, marah, dan tertekan, sedangkan 25% lainnya menunjukkan lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) *munjiyat* (baik) seperti sabar, ikhlas, ridha, dan kesiapan dalam menghadapi pembelajaran daring (Abi Syaiful Haq, 2021). Temuan ini menunjukkan bahwa kondisi stres akademik berkaitan dengan dominasi lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) yang cenderung negatif, sehingga memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa. Hal ini sejalan dengan konsep dalam tasawuf yang menyatakan bahwa lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) merupakan sesuatu yang dapat memengaruhi pikiran dan perilaku individu. Meskipun penelitian ini tidak secara langsung mengukur *career decision-making self-efficacy*, hasil tersebut memberikan gambaran bahwa kualitas lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) memiliki potensi untuk memengaruhi keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*).

Selain itu, skripsi yang berjudul *Pengaruh Religiusitas terhadap Perencanaan Karier Mahasiswa UIN Suska Riau dengan Efikasi Diri sebagai Variabel Intervening* meneliti 240 mahasiswa dengan menggunakan instrumen religiusitas dan efikasi diri dalam model SEM (Hasyim, H. R., 2021). Hasilnya menunjukkan bahwa religiusitas memiliki pengaruh positif signifikan terhadap efikasi diri, yang selanjutnya meningkatkan perencanaan karier mahasiswa.

Temuan ini sejalan dengan gagasan bahwa elemen spiritual dapat memperkuat keyakinan diri dalam membuat keputusan karier, membuka jalan bagi studi yang lebih spesifik mengenai lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) sebagai variabel spiritual utama dalam kerangka keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*).

Adapun penelitian terdahulu dalam skripsi yang berjudul *Hubungan Antara Berpikir Positif dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir* menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara berpikir positif dan dukungan sosial dengan kecemasan karir (Nur Aida Hudaya, 2024). Penelitian ini mengungkapkan bahwa mahasiswa dengan tingkat berpikir positif yang tinggi, yang diukur melalui *automatic thought questionnaire positive*, cenderung memiliki tingkat kecemasan karir yang lebih rendah. Temuan ini relevan dengan konsep dalam tasawuf mengenai lintasan hati (*Khatir/الخاطر*), yang dapat dianggap sebagai lintasan hati yang serupa dengan *automatic thought* dalam psikologi. Keduanya menggambarkan proses kognitif yang memengaruhi bagaimana seseorang merespons situasi tertentu, termasuk kecemasan karir. Meskipun penelitian ini tidak secara langsung mengukur *career decision-making self-efficacy*, hasil tersebut memberikan gambaran bahwa kualitas berpikir positif, yang tercermin dalam *automatic thought positive*, memiliki potensi untuk memengaruhi keyakinan mahasiswa dalam pengambilan keputusan karir mereka, yang sejalan dengan konsep lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) dalam tasawuf.

Selain itu dalam penelitian yang berjudul *Determinasi Religiusitas, Kecerdasan Emosional, dan Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Akademik Siswa* (Jurnal Consulenza) mengungkapkan bagaimana kecemasan akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk konsep religiusitas yang bisa dikaitkan dengan lintasan hati (*Khatir/الخاطر*) (Abidatul Mardliyah, Ely Roy Madoni, 2021). Penelitian ini menyarankan bahwa konsep spiritual dalam Islam, seperti lintasan hati (*Khatir/الخاطر*), dapat membantu mengurangi kecemasan akademik dan memengaruhi kemampuan siswa dalam pengambilan keputusan yang lebih percaya

diri, yang berkaitan dengan keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*).

Selain itu, penelitian yang berjudul *Kecemasan Mahasiswa Fakultas Dakwah Menghadapi Dunia Kerja* (INNOVATIO: Journal for Religious Innovation Studies) menunjukkan bahwa kecemasan terkait dunia kerja pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis dan spiritual (Haryati, Hasanah, 2020). Penelitian ini menyoroti bagaimana keyakinan diri yang dipengaruhi oleh faktor spiritual dalam Islam, termasuk lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*), dapat membantu mengurangi kecemasan karir dan meningkatkan keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*).

Secara keseluruhan, berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu di atas, dapat disimpulkan bahwa meskipun belum terdapat penelitian yang secara eksplisit mengkaji hubungan langsung antara lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), berbagai temuan sebelumnya menunjukkan bahwa baik aspek spiritualitas dalam Islam maupun faktor psikologis memiliki peran penting dalam membentuk kondisi mental individu, termasuk dalam hal keyakinan diri dan pengambilan keputusan karier.

Dengan demikian, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) dengan mengintegrasikan konsep lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) sebagai dinamika batin dalam perspektif tasawuf ke dalam kajian psikologi karier, khususnya pada variabel keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*). Perbedaan utama penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada fokus variabel yang menghubungkan dimensi spiritual lintasan hati (*Khatir/ الخاطر*) dengan aspek psikologis modern keyakinan dalam pengambilan keputusan karier (*Career Decision-Making Self-Efficacy*), subjek penelitian yaitu mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2022 UIN Sunan Gunung Djati Bandung, serta pendekatan kuantitatif korelasional yang digunakan untuk menguji hubungan empiris antar variabel. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan

kontribusi dalam pengembangan integrasi keilmuan antara tasawuf dan psikologi kontemporer, khususnya dalam bidang pengambilan keputusan karier.

