

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ibadah haji merupakan salah satu rukun islam yang memiliki kedudukan penting sebagai manifestasi puncak penghambaan dan spiritualitas umat muslim. Selain bernilai ibadah, pelaksanaan haji juga merupakan kegiatan berskala besar yang menuntut kesiapan fisik, kemampuan kognitif dan ketahanan psikologis yang tinggi dari para jemaah. Berbeda halnya dengan ibadah lainnya, ibadah haji diselenggarakan dalam situasi yang melibatkan jutaan orang pada waktu dan tempat yang sama di tengah kondisi iklim yang ekstrem di wilayah Jazirah Arab, serta melalui serangkaian ritual yang berlangsung secara berurutan dan berpindah lokasi yang meliputi Makkah, Arafah, Muzdalifah dan Mina.

Pelaksanaan ibadah haji merupakan aktivitas yang menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi dari setiap jemaah. Selain dituntut memahami tata cara manasik secara benar jemaah juga perlu mempersiapkan diri untuk menghadapi berbagai tantangan psikologis yang muncul selama proses penyesuaian terhadap lingkungan baru, seperti perbedaan budaya, bahasa, iklim, pola konsumsi dan interaksi sosial selama berada di Arab Saudi. Kondisi tersebut dapat memunculkan *acculturative stress*, yaitu tekanan psikologis yang timbul akibat proses penyesuaian diri terhadap lingkungan dan budaya yang berbeda. Apabila tidak diimbangi

dengan kesiapan mental yang memadai, tekanan tersebut berpotensi menghambat kemampuan jemaah dalam mengikuti rangkaian ibadah haji secara optimal (Pradana et al., 2026).

Berdasarkan data *Saudi General Authority for Statistic* dan Kementerian Agama Republik Indonesia, penyelenggaraan ibadah haji selama periode 2021-2025 menunjukkan perubahan yang sangat signifikan. Pasca pembatasan penyelenggaraan haji akibat pandemi *COVID-19* pada tahun 2021, jumlah jemaah haji dunia mengalami peningkatan secara bertahap hingga kembali mendekati kondisi normal. Di sisi lain, kuota haji Indonesia juga mengalami penyesuaian dari tahun ke tahun yang disertai dengan fluktuasi angka kematian jemaah. Fenomena tersebut mengindikasikan bahwa meningkatnya jumlah jemaah tidak hanya berdampak pada penyelenggaraan ibadah haji, tetapi juga memperbesar tuntutan terhadap kesiapan fisik dan mental jemaah agar mampu menjalankan seluruh rangkaian ibadah haji. Ringkasan perkembangan tersebut disajikan pada tabel berikut :

Tabel 1. 1 Data Statistik Jemaah Haji (2021-2025)

Tahun	Jumlah Jemaah Haji Global (Dunia)	Kuota Jemaah Haji Indonesia	Jumlah Jemaah Indonesia yang Wafat
2021	58.745	0 (Tidak ada Pemberangkatan)	0
2022	899.353	100.051	89

2023	1.845.045	229.000	775
2024	1.833.164	241.000	461
2025	1.673.230	221.000	275

Data mengenai mortalitas jemaah haji mengindikasikan bahwa permasalahan kesehatan selama pelaksanaan ibadah tidak hanya ditentukan oleh kondisi fisik, tetapi turut dipengaruhi oleh aspek psikologis. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kecemasan, stress, kepadatan jemaah dan perubahan lingkungan sangat berpotensi memperburuk kondisi kesehatan, khususnya pada jemaah yang memiliki penyakit penyerta (Rosyidi et al., 2021). Temuan tersebut menegaskan pentingnya kesiapan mental sebagai salah satu aspek yang mendukung kemampuan jemaah dalam mengelola tekanan psikologis, mempertahankan stabilitas emosi dan menjalankan rangkaian ibadah haji secara optimal.

Berdasarkan kondisi tersebut, kesiapan mental yang kuat tidak dapat lagi dipandang hanya sebagai faktor pendukung dalam pelaksanaan ibadah haji, sebaliknya kesiapan mental merupakan aspek protektif yang bersifat fundamental dan perlu dipersiapkan sejak sebelum keberangkatan. Kesiapan tersebut berperan penting dalam menjaga keselamatan jemaah sekaligus mendukung terciptanya pelaksanaan ibadah yang lebih tenang, aman dan khusyuk.

KBIHU Daarut Tauhiid merupakan salah satu lembaga bimbingan ibadah haji di kota Bandung yang mengintegrasikan pembelajaran manasik dengan pembinaan karakter spiritual melalui konsep BAKU (Baik dan Kuat). Meskipun demikian, keberagaman karakteristik jemaah serta kebijakan penyelenggaraan haji yang semakin menekankan kemandirian jemaah menimbulkan tantangan baru bagi lembaga dalam mempersiapkan jemaah secara menyeluruh, tidak hanya dari aspek pengetahuan manasik tetapi juga kesiapan mental dalam menghadapi situasi selama pelaksanaan ibadah.

Meskipun KBIHU Daarut Tauhiid telah menyelenggarakan program manasik secara komprehensif melalui berbagai bentuk simulasi ibadah, hasil evaluasi internal masih menunjukkan adanya kesenjangan antara penguasaan materi manasik dan kesiapan mental jemaah ketika menghadapi kondisi nyata di Tanah Suci. Sejumlah jemaah yang telah memahami tata cara ibadah secara teoritis masih tetap mengalami kecemasan, kepanikan bahkan kesulitan dalam mengambil keputusan ketika berada dalam situasi yang padat dan penuh tekanan (R. Hidayat, 2024).

Fenomena tersebut menunjukkan adanya celah dalam proses persiapan jemaah yang belum sepenuhnya terakomodasi melalui pembelajaran manasik konvensional. Selama ini, kesiapan mental sering diasumsikan akan berkembang secara otomatis seiring meningkatnya pemahaman terhadap tata cara pelaksanaan ibadah haji. Namun, dari perspektif

psikologis kesiapan mental tidak hanya ditentukan oleh tingkat pengetahuan, melainkan juga membutuhkan keyakinan diri yang kuat agar individu mampu menerapkan pengetahuan tersebut secara efektif dalam situasi yang penuh tekanan dan ketidakpastian.

Apabila aspek psikologis sebelum keberangkatan tidak memperoleh perhatian yang memadai, maka risiko kegagalan jemaah dalam melaksanakan rangkaian ibadah haji secara mandiri dapat meningkat. Kondisi tersebut pada akhirnya berpotensi memunculkan berbagai permasalahan kesehatan yang bersumber dari akumulasi tekanan fisik dan psikologis yang tidak tertangani dengan baik selama pelaksanaan ibadah haji.

Dalam konteks tersebut, konsep *self-efficacy* menjadi salah satu pendekatan yang relevan untuk dikaji. Albert Bandura (1997) menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan yang dimiliki individu mengenai kemampuan dirinya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu. Berdasarkan perspektif teori sosial kognitif, *self-efficacy* berperan dalam menentukan bagaimana individu memandang tantangan, mengelola tekanan, serta mempertahankan usahanya ketika menghadapi berbagai kesulitan.

Dalam konteks ibadah haji, tingkat kesiapan mental jemaah diperkirakan turut dipengaruhi oleh keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai tuntutan selama

pelaksanaan ibadah. Meskipun demikian, kajian mengenai hubungan kedua variabel tersebut masih relatif terbatas sehingga diperlukan telaah terhadap penelitian-penelitian sebelumnya untuk mengidentifikasi kesenjangan penelitian yang masih ada.

Jemaah dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi umumnya memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tantangan serta mengelola tekanan yang muncul selama proses pelaksanaan ibadah. Sebaliknya, tingkat *self-efficacy* yang rendah cenderung berkaitan dengan kecemasan dan menurunkan kesiapan mental dalam beribadah (Fauzi dan Aris, 2023). Atas dasar pertimbangan tersebut, diperlukan pengujian secara empiris untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah haji.

Berbagai penelitian sebelumnya telah membahas faktor-faktor yang berkaitan dengan kesiapan jemaah haji, namun belum secara spesifik menguji pengaruh atau hubungan antara *self-efficacy* dan kesiapan mental. Rosyidi et al. (2021) meneliti kecemasan pada jemaah lansia dengan fokus pada faktor kesehatan fisik. Siregar (2022) mengkaji kontribusi kesiapan fisik terhadap kelancaran ibadah haji. Wardani & Nurhayati (2023) menempatkan dukungan social keluarga sebagai predictor kesiapan mental jemaah. Temuan tersebut menunjukkan masih adanya celah penelitian terkait pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan mental Jemaah haji yang perlu dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan hasil telaah beberapa penelitian terdahulu, masih terdapat celah penelitian yang cukup jelas terkait faktor-faktor yang memengaruhi kesiapan mental jemaah haji. Sebagian besar penelitian terdahulu berfokus pada aspek kesiapan fisik, pemahaman manasik dan layanan bimbingan haji, sedangkan kajian yang menguji *self-efficacy* sebagai faktor utama yang memengaruhi kesiapan mental jemaah melalui pendekatan kuantitatif masih relatif terbatas. Kondisi ini semakin menarik untuk dikaji pada lingkungan KBIHU yang menerapkan pembinaan karakter seperti KBIHU Daarut Tauhiid.

Berdasarkan uraian fenomena empiris, landasan teoritis, serta hasil penelitian terdahulu, dapat diketahui bahwa kesiapan mental merupakan aspek yang sangat penting dalam menunjang keberhasilan pelaksanaan ibadah haji. Namun demikian, penelitian yang secara khusus menguji pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah haji masih relatif terbatas, khususnya pada lingkungan KBIHU Daarut Tauhiid. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah dalam mengikuti rangkaian ibadah haji di KBIHU Daarut Tauhiid Tahun 2025. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian psikologi haji serta menjadi bahan evaluasi dalam penyusunan program pembinaan jemaah yang lebih komprehensif.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan berbagai latar belakang permasalahan yang disampaikan sebelumnya, maka dapat dirumuskan bahwa permasalahan pokok yang akan dibahas pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat *Self-Efficacy* jemaah haji di KBIHU Daarut Tauhiid?
2. Bagaimana tingkat kesiapan mental Jemaah haji di KBIHU Daarut Tauhiid?
3. Bagaimana *Self-Efficacy* berpengaruh secara signifikan terhadap kesiapan mental Jemaah haji di KBIHU Daarut Tauhiid?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dipaparkan sebelumnya maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab permasalahan yang disebutkan sebelumnya, yaitu:

1. Untuk menganalisis tingkat *Self-Efficacy* Jemaah haji di KBIHU Daarut Tauhiid.
2. Untuk mengkaji tingkat kesiapan mental Jemaah haji dalam mengikuti rangkaian ibadah haji di KBIHU Daarut Tauhiid.
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh *Self-Efficacy* terhadap kesiapan mental Jemaah dalam mengikuti rangkaian ibadah haji di KBIHU Daarut Tauhiid.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Secara Akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, terkhusus dalam ilmu manajemen haji dan umrah dan ilmu terkait psikologi keagamaan. Temuan empiris terkait pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan Jemaah dapat memperkuat landasan teoritis mengenai pentingnya kesiapan mental dalam menunjang keberhasilan penyelenggaraan ibadah haji.

Hal ini menjadi penting mengingat tingkat kompleksitas dalam pelaksanaan ibadah haji yang mengharuskan jemaah memiliki kesiapan tidak hanya pada aspek fisik dan administratif tetapi juga kesiapan psikologis yang optimal. Selain itu, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya baik dalam bentuk pengembangan teori maupun studi replikasi pada berbagai konteks.

1.4.2 Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat langsung bagi KBIHU Daarut Tauhiid dalam melakukan evaluasi serta peningkatan kualitas program pembinaan jemaah, khususnya pada aspek penguatan kesiapan mental dan keyakinan diri (*self-efficacy*). Temuan penelitian ini dapat dijadikan landasan dalam merumuskan strategi bimbingan yang lebih komprehensif bagi jemaah, termasuk pengembangan materi manasik yang

tidak hanya berfokus pada aspek teknis pelaksanaan ibadah tetapi juga pada pembinaan psikologis dan emosional Jemaah.

Selain itu, saya berharap penelitian ini dapat menjadi referensi bagi Lembaga Pendidikan, penyelenggara ibadah haji maupun instansi terkait dalam merancang kurikulum, modul pelatihan dan kebijakan yang berorientasi pada peningkatan kesiapan Jemaah dalam menjalani seluruh rangkaian kegiatan ibadah haji secara optimal.

1.5 Kerangka Pemikiran

Penelitian ini menggunakan dua landasan teori utama, yaitu *self-efficacy* yang dikembangkan oleh Albert Bandura (1997) dan teori kesiapan mental yang dirumuskan oleh Salamah (2006). Kedua teori ini dipilih karena sama-sama menjelaskan aspek psikologis individu dalam menghadapi tuntutan atau tantangan, termasuk dalam pelaksanaan ibadah haji. *Self-efficacy* menurut (Bandura, 1997) adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan guna mencapai tujuan tertentu.

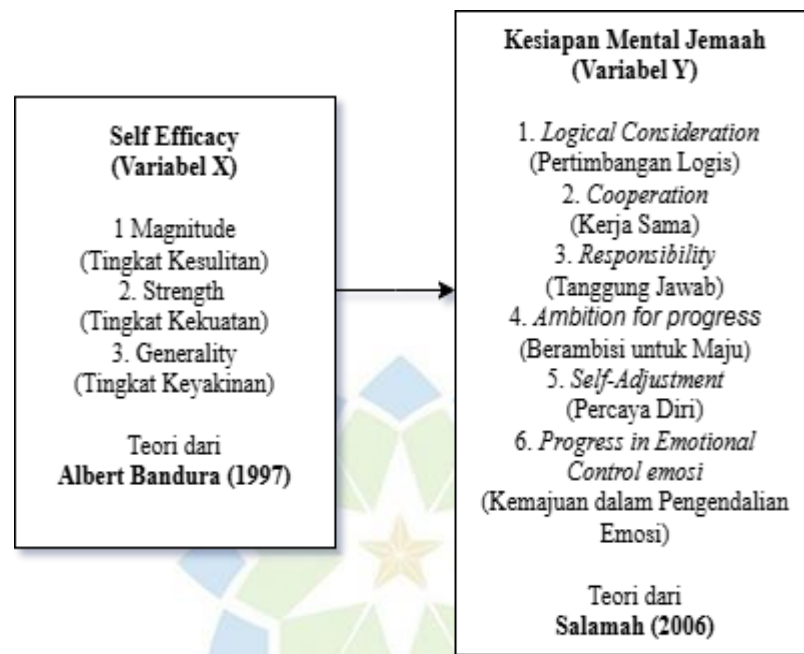
Konsep di atas menekankan penilaian subjektif seseorang terhadap kemampuannya dalam menggunakan keterampilan yang dimiliki dalam situasi tertentu, bukan sekedar kemampuan aktual yang di miliki. Sementara itu, (Salamah, 2006) mendefinisikan kesiapan mental sebagai kondisi psikologis individu yang mencakup aspek *kognitif, afektif dan konatif* dalam menghadapi suatu tuntutan atau situasi. Dalam konteks ibadah haji,

kesiapan mental menjadi faktor penting karena pelaksanaannya tidak hanya menuntut kesiapan fisik dan finansial saja tetapi juga ketahanan, ketenangan dan kemantapan psikologis jemaah.

Self-efficacy sebagai variabel independen (X) dalam penelitian ini adalah keyakinan Jemaah haji terhadap kemampuannya dalam melaksanakan seluruh rangkaian ibadah haji secara optimal. Bandura (1997) menjelaskan bahwa *self-efficacy* dipengaruhi oleh empat sumber utama, yaitu pengalaman keberhasilan sebelumnya, pengalaman melalui pengamatan orang lain, persuasi verbal dari lingkungan serta kondisi fisiologis dan emosional individu. Jemaah dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih berani menghadapi tantangan, lebih gigih dibandingkan mereka yang memiliki *self-efficacy* rendah. Dalam penelitian ini, *Self-Efficacy* diukur melalui dimensi *magnitude*, *generality* dan *strength* (Bandura, 1997).

Sementara itu, kesiapan mental Jemaah haji sebagai variabel (Y) merujuk pada kondisi psikologis yang mencakup aspek *kognitif*, *afektif* dan *konatif* dalam menghadapi pelaksanaan ibadah haji (Salamah, 2006). Aspek kognitif berkaitan dengan pemahaman Jemaah terhadap tata cara dan makna ibadah, aspek afektif berkaitan dengan kestabilan emosi seperti ketenangan dan motivasi spiritual sedangkan aspek konatif berkaitan dengan kesiapan bertindak dan berperilaku yang mendukung pelaksanaan ibadah. Kesiapan mental dalam konteks haji tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga

menyangkut dimensi spiritual dan ketahanan psikologis sehingga menjadi faktor penting dalam keberhasilan pelaksanaan ibadah secara menyeluruh.



Gambar 1. 1 Kerangka Pemikiran

Dalam konteks ibadah haji, jemaah dengan *self-efficacy* tinggi akan menunjukkan kesiapan yang lebih adaptif, baik secara kognitif melalui pemahaman dan partisipasi aktif dalam manasik, secara afektif melalui kestabilan emosi dan pengendalian kecemasan, maupun secara konatif melalui konsistensi dalam pelaksanaan ibadah. Hal ini diperkuat oleh Bandura (1986) serta (Schwarzer & Hallum, 2008) yang menegaskan bahwa *self-efficacy* merupakan faktor penting yang membentuk motivasi, perilaku dan ketahanan psikologis individu. Dengan demikian, semakin tinggi *self-efficacy* jemaah haji, maka semakin baik pula kesiapan mentalnya dalam menghadapi rangkaian ibadah haji.

Untuk memperkuat landasan teoretis, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki keterkaitan pada kesiapan psikologis individu. Alwisol (2009) menemukan bahwa *self-efficacy* berhubungan positif dengan kemampuan individu dalam menghadapi situasi penuh tekanan dan ketidakpastian, individu dengan *self-efficacy* yang tinggi maka mampu beradaptasi secara psikologis dalam kondisi yang menuntut ketahanan mental. Selaras dengan temuan tersebut, Luszczynska et al. (2005) membuktikan bahwa *self-efficacy* berpengaruh signifikan terhadap kesiapan individu menghadapi situasi sulit melalui aspek kognitif dan afektif.

Berdasarkan kajian teori dan penelitian terdahulu, *self-efficacy* merupakan faktor psikologis yang berperan dalam membentuk kesiapan mental Jemaah haji. Menurut Bandura (1997) bahwa keyakinan individu mengenai kapasitas dirinya turut berperan dalam membentuk motivasi, kondisi emosional serta perilaku ketika menghadapi berbagai tantangan. Begitu juga terkait kesiapan mental Salamah (2006) menjelaskan bahwa kesiapan mental mencakup aspek kognitif, afektif dan konatif yang diperlukan dalam pelaksanaan ibadah haji. Dengan mengacu pada dua teori tersebut maka dapat diasumsikan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* jemaah haji maka semakin baik pula kesiapan mentalnya dalam menjalankan ibadah haji.

Tabel 1. 2 Konsep Operasional Variabel

VARIABEL	DIMENSI	INDIKATOR	SKALA
<i>Self-Efficacy</i> (X) Teori: A. Bandura (1997)	1) <i>Magnitude</i> (tingkat kesulitan kerja)	a) Keyakinan mampu melaksanakan seluruh rangkaian ibadah haji. b) Keyakinan mampu menghadapi tingkat kesulitan ibadah. c) Keyakinan mampu menyelesaikan ibadah meskipun menghadapi hambatan.	Skala Likert
	2) <i>Strength</i> (kekuatan dan keyakinan)	a) Mempertahankan keyakinan ketika menghadapi kelelahan atau kelelahan fisik. b) Tetap berusaha ketika menghadapi hambatan. c) Tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan.	Skala Likert
	3) <i>Generality</i> (generalisasi atau pengalaman)	a) Keyakinan mampu beradaptasi dengan lingkungan baru. b) Keyakinan menghadapi perubahan situasi. c) Keyakinan menghadapi berbagai kondisi yang berbeda.	Skala Likert

VARIABEL	DIMENSI	INDIKATOR	SKALA
Kesiapan Mental Jemaah (Y) Teori: Salamah (2006)	1) Kemampuan berpikir secara rasional dan logis.	a) Mampu mengambil keputusan secara rasional. b) Mampu mempertimbangkan informasi sebelum bertindak.	Skala Likert
	2) Kemampuan bekerja sama dengan orang lain	a) Bersedia bekerja sama dengan sesama jemaah. b) Menjalin hubungan yang baik dengan kelompok.	Skala Likert
	3) Kesanggupan memikul tanggung jawab	a) Melaksanakan kewajiban ibadah dengan sungguh-sungguh. b) Bertanggung jawab terhadap tindakan yang dilakukan.	Skala Likert
	4) Berambisi untuk maju	a) Berusaha memperbaiki kualitas pelaksanaan ibadah. b) Mau belajar dari pengalaman selama berhaji.	Skala Likert
	5) Kemampuan beradaptasi untuk menyesuaikan diri	a) Kesiapan mental menerima perbedaan budaya dan kondisi sosial di tanah suci. b) Kemampuan menyesuaikan diri dengan	Skala Likert

VARIABEL	DIMENSI	INDIKATOR	SKALA
		cuaca ekstrem dan fasilitas yang ada di Arab Saudi.	
	6) Pengendalian Emosi	a) Kemampuan mengelola rasa cemas dan takut terkait hal-hal aneh di tanah suci. b) Kesabaran dalam menghadapi kepadatan massa serta tekanan fisik selama puncak haji.	Skala Likert

1.6 Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir yang disusun di atas maka hipotesis penelitian ini adalah:

1. H0: Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *Self-Efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah dalam mengikuti rangkaian ibadah haji di KBIHU Daarut Tauhiid.
2. H1: Terdapat pengaruh positif dan signifikan *Self-Efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah dalam mengikuti rangkaian ibadah haji di KBIHU Daarut Tauhiid.

1.7 Langkah-langkah Penelitian

1.7.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di KBIHU Daarut Tauhiid yang beralamatkan di jalan Gegerkalong Girang no.67, Gegerkalong, Kec. Sukasari, Kota

Bandung, Jawa Barat, 40153. Peneliti mengambil objek penelitian di KBIHU ini dikarenakan KBIHU ini memiliki keragaman karakteristik demografis yang cukup luas, sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat mempresentasikan kondisi kesiapan mental jemaah haji secara menyeluruh pada KBIHU Daarut Tauhiid.

1.7.2 Paradigma dan Pendekatan

Penelitian ini berlandaskan pada paradigma positivisme sebagai landasan berpikir ilmiah. Paradigma tersebut menekankan pentingnya pengujian teori serta hubungan sebab akibat secara objektif dan terukur. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat merumuskan hipotesis berdasarkan teori yang relevan, kemudian mengujinya menggunakan metode penelitian dan Teknik analisis data yang sesuai dengan fokus permasalahan penulis.

Pendekatan kuantitatif digunakan sebagai landasan dalam pelaksanaan penelitian ini. Pendekatan tersebut dipilih karena memungkinkan pengumpulan data yang bersifat numerik dan dapat dianalisis secara statistik untuk mengidentifikasi hubungan antar variabel secara sistematis. Dalam penelitian ini, pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengkaji besarnya pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah melalui penggunaan instrumen penelitian yang terstandar berupa kuesioner (Fitriani et al., 2022).

1.7.3 Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode survei yang dianalisis dengan pendekatan kuantitatif untuk memperoleh data mengenai variabel yang diteliti. Pemilihan metode survei didasarkan pada kemampuannya dalam menghimpun data dari sampel yang merepresentasikan populasi melalui penggunaan instrument terstandar, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai fenomena yang diteliti.

Metode kuantitatif adalah pendekatan studi positivisme yang berfokus pada populasi tertentu, menggunakan instrumen pengumpulan data dan analisis statistik untuk menguji hipotesis yang dirumuskan (Sugiyono, 2018). Studi ini menggunakan kuesioner untuk pengumpulan data, hal tersebut dianggap efektif untuk menjangkau basis responden yang besar dan mengukur variabel secara objektif.

Metode survei ini dipilih secara khusus untuk mendapatkan informasi empiris dari Jemaah haji di KBIHU Daarut Tauhiid mengenai tingkat *self-efficacy* yang dimiliki serta persepsi mereka mengenai kesiapan mental dalam menghadapi rangkaian ibadah haji. Data yang dihimpun melalui instrumen terstandarisasi tersebut selanjutnya dianalisis menggunakan pendekatan statistik guna menguji hubungan kausal dan besarnya pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah.

1.7.4 Jenis data dan Sumber data

1.7.4.1 Jenis Data

Penelitian ini memanfaatkan data kuantitatif berupa numerik yang diperoleh melalui pengukuran statistik. Pendekatan kuantitatif tersebut memungkinkan pengujian hipotesis secara objektif berdasarkan instrument yang telah di standarisasi. Data yang terkumpul kemudian dianalisis secara statistik untuk mengidentifikasi pola serta hubungan antar variabel, khususnya dalam mengkaji pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah haji di KBIHU Daarut Tauhiid.

1.7.4.2 Sumber Data

1. Sumber Data Primer

Data primer dalam penelitian ini diperoleh secara langsung oleh peneliti dari sumber utama, yaitu Jemaah haji yang mengikuti program bimbingan manasik di KBIHU Daarut Tauhiid pada tahun 2025. Dari total 273 jemaah yang diberangkatkan, ditetapkan sebanyak 117 orang sebagai responden penelitian. Penentuan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *random sampling* sehingga setiap Jemaah memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai responden.

Pengumpulan data primer dilaksanakan secara langsung dari responden penelitian melalui penyebaran angket atau kuesioner yang telah

disusun secara sistematis. Kuesioner tersebut dirancang berdasarkan indicator dari dua variabel utama *Self-Efficacy* dan kesiapan mental.

2. Sumber Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini merupakan data yang diperoleh secara tidak langsung dari subjek penelitian, melainkan berasal dari sumber yang telah tersedia dan sebelumnya dikumpulkan oleh pihak lain melalui prosedur tertentu (A. Hidayat, 2020). Dalam penelitian ini, penulis mengkaji berbagai literatur ilmiah yang memiliki keterkaitan dengan topik *self-efficacy*, bimbingan manasik haji dan kesiapan mental jemaah.

Penelitian ini juga memanfaatkan dokumen resmi tidak hanya dari artikel jurnal tapi juga dari situs web atau media bimbingan yang disediakan Kementerian Agama Republik Indonesia dan berbagai penelitian terdahulu yang mengkaji hubungan anatara kesiapan mental dan program pembinaan keagamaan. Seluruh sumber data sekunder tersebut digunakan untuk memperkuat landasan teoritis penelitian dan mengkaji kesesuaian temuan penelitian dengan hasil-hasil studi sebelumnya.

1.7.5 Populasi dan Sampel

1.7.5.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh jemaah haji yang mengikuti program bimbingan manasik haji di KBIHU Daarut Tauhiid pada tahun 2025, dengan jumlah keseluruhan 273 orang. Populasi tersebut terdiri atas Jemaah dengan karakteristik yang beragam, baik dari segi

usia, jenis kelamin, maupun latar belakang sosial ekonomi, sehingga mampu mempresentasikan kondisi dan karakteristik Jemaah haji binaan KBIHU Daarut Tauhiid secara menyeluruh.

1.7.5.2 Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan random sampling, yaitu metode pemilihan responden secara acak yang memberikan kesempatan yang sama kepada seluruh anggota populasi untuk terpilih sebagai sampel. Populasi penelitian mencakup seluruh Jemaah haji yang mengikuti bimbingan manasik haji di KBIHU Daarut Tauhiid pada tahun 2025 dengan jumlah sebanyak 273 orang.

Untuk menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan rumus Slovin, karena rumus ini dinilai efektif dalam menetapkan ukuran sampel. Ketika jumlah populasi diketahui secara pasti dan peneliti menghendaki tingkat ketelitian tertentu (Antoro, 2024). Adapun rumus Slovin yang digunakan sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = jumlah Populasi

e = tingkat kesalahan (*error tolerance*)

Dengan jumlah populasi sebanyak 273 jemaah dan tingkat kesalahan sebesar 7% (0,07) maka perhitungannya adalah :

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{273}{1 + 273(0,07)^2} \\
 n &= \frac{273}{1 + 273 (0,0049)} \\
 &= \frac{273}{1 + 1,3377} \\
 n &= \frac{273}{2,3377} \\
 &= 116,78 \quad = 117
 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, jumlah sampel minimal yang diperlukan adalah 117 responden. Jumlah tersebut dinilai memadai untuk mempresentasikan populasi serta dianalisis secara kuantitatif guna mengkaji pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan mental Jemaah dalam mengikuti rangkaian ibadah haji di KBIHU Daarut Tauhiid.

1.7.6 Teknik Pengumpulan Data

1.7. 6.1 Angket (Kuesioner)

Instrument utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner (angket). Kuesioner merupakan Teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui pemberian sejumlah pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab sesuai dengan kondisi, pengalaman dan pemahaman masing-masing. Melalui instrument ini, peneliti dapat memperoleh data secara langsung dari responden yang relevan dengan variabel yang diteliti (Khoirudin, 2020).

Kuesioner disusun dalam beberapa bagian yang bertujuan untuk mengukur variabel *Self-Efficacy* serta kesiapan mental Jemaah. Dalam

teknik ini peneliti akan menyebarkan kuesioner berbentuk *google form* atau *hard file* kepada jemaah haji di KBIHU Daarut Tauhiid yang telah mengikuti rangkaian ibadah haji tahun 2025.

Tabel 1. 3 Skala Penilaian Responden

Pertanyaan	Skor
Sangat Setuju (SS)	5
Setuju (S)	4
Netral (N)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

Dalam pengisian kuesioner responden diminta untuk memberikan tanda centang (*checklist*) pada salah satu dari lima alternatif jawaban yang tersedia, yang mempresentasikan rentang penilaian dari kategori sangat rendah hingga sangat tinggi. Setiap pilihan jawaban diberi skor tertentu untuk mempermudah proses pengolahan dan analisis data secara kuantitatif, sehingga hasil penelitian dapat dianalisis secara objektif dan terukur.

1.7.6.2 Observasi

Observasi dalam penelitian ini sangat dibutuhkan guna memperkuat dan melengkapi data yang diperoleh dari kuesioner. Dalam penelitian ini, kegiatan observasi dilaksanakan oleh peneliti di lingkungan KBIHU Daarut Tauhiid pada pelaksanaan rangkaian ibadah haji, terutama dalam kegiatan bimbingan manasik haji dan pembinaan jemaah. Melalui observasi tersebut, peneliti mengamati secara langsung kesiapan jemaah dalam mengikuti

rangkaian pembinaan, interaksi antara pembimbing dan jemaah, tingkat partisipasi jemaah dan respon psikologis jemaah selama proses pembelajaran berlangsung.

1.7.7 Uji Validitas dan Reliabilitas

1.7.7.1 Uji Validitas

Suharsimi Arikunto dalam Khoirudin (2020) mengungkapkan bahwa validitas merupakan tingkat ketepatan suatu instrumen dalam mengukur konstruk atau variabel yang menjadi sasaran penelitian. Dengan demikian, validitas menunjukkan sejauh mana instrumen mampu menghasilkan data yang akurat dan sesuai dengan tujuan pengukuran.

Validitas kuesioner dapat diukur melalui uji validitas yang memastikan bahwa pertanyaan-pertanyaan di dalamnya benar-benar mengukur aspek yang ingin diuji. Uji validitas ini menggunakan signifikansi 0,05. Adapun standar untuk menilai validitas kuesioner yaitu:

- a. Jika $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$, maka item dalam kuesioner tersebut dinyatakan valid.
- b. Jika $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$, maka item dalam kuesioner tersebut dinyatakan tidak valid.

1.7.7.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui tingkat konsistensi dan keandalan suatu instrumen dalam menghasilkan data. Menurut Sugiyono

(2018), instrumen dinyatakan reliabel apabila mampu memberikan hasil yang relatif sama ketika digunakan berulang kali pada objek yang sama dalam kondisi yang setara.

Keandalan instrumen menunjukkan bahwa hasil pengukuran tetap stabil meskipun dilakukan pada waktu yang berbeda. Dalam penelitian ini, reliabilitas instrumen diukur menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Suatu instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki Cronbach's Alpha lebih dari 0,60 (Sujarweni, 2014).

Tabel 1. 4 Tabel Interpretasi Nilai Cronbach's Alpha

Koefisien Cronbach's Alpha	Tahap
$\alpha \geq 0.90$	Cemerlang
$0.80 \leq \alpha < 0.90$	Baik
$0.70 \leq \alpha < 0.80$	Diterima
$0.60 \leq \alpha < 0.70$	Dipertanyakan

1.7.8 Teknik Analisis Data

1.7.8.1 Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini digunakan untuk menyajikan gambaran umum mengenai karakteristik responden serta kondisi variable *Self-Efficacy* dan kesiapan mental Jemaah di KBIHU Daarut Tauhiid. Ghazali (2018) menjelaskan bahwa statistik deskriptif bertujuan untuk menggambarkan data penelitian melalui penyajian ukuran pemusatan dan penyebaran data seperti nilai rata-rata (mean), frekuensi,

presentase dan standar deviasi tanpa bermaksud melakukan generalisasi atau penarikan kesimpulan inferensial.

Pada penelitian ini analisis statistik deskriptif diterapkan pada data yang diperoleh dari hasil pengisian kuesioner oleh jemaah haji. Data tersebut diolah untuk mengetahui kecenderungan tingkat *self-efficacy* Jemaah dalam menjalankan rangkaian ibadah haji serta tingkat kesiapan mental mereka dalam menghadapi berbagai tuntutan fisik, psikologis dan social selama pelaksanaan ibadah haji. Penyajian data dalam bentuk table dan presentase dimaksudkan untuk mempermudah pemahaman hasil penelitian sekaligus memberikan gambaran empiris mengenai kondisi nyata responden.

Melalui penerapan analisis statistik deskriptif ini peneliti memperoleh gambaran awal mengenai kondisi *self-efficacy* dan kesiapan mental Jemaah KBIHU Daarut Tauhiid. Hasil tersebut selanjutnya dijadikan sebagai dasar untuk melanjutkan analisis inferensial pada tahap berikutnya, khususnya dalam menguji pengaruh *self-efficacy* terhadap kesiapan mental Jemaah dalam mengikuti rangkaian ibadah haji.

1.7.8.2 Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik dilakukan sebagai persyaratan utama sebelum melaksanakan analisis regresi linear sederhana untuk memastikan bahwa model yang digunakan memenuhi kriteria objektif dan tidak bias.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data penelitian memiliki distribusi yang mendekati normal. Menurut Sugiyono dalam Khoirudin (2020), uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pada suatu variabel berdistribusi data yang normal atau mendekati normal merupakan salah satu asumsi yang harus dipenuhi agar hasil analisis statistic dapat memberikan kesimpulan yang valid.

Oleh karena itu, uji normalitas digunakan untuk memastikan bahwa data pada variabel independent dan dependen memenuhi asumsi distribusi normal, sehingga hasil penelitian dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah.

2. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians residual dalam model regresi bersifat konstan pada setiap pengamatan. Menurut Ghozali (2018), pengujian ini bertujuan untuk memastikan tidak adanya perbedaan varians residual antar observasi.

Model regresi yang baik harus memenuhi asumsi homoskedastisitas, yaitu kondisi ketika varians residual tetap pada seluruh pengamatan. Sebaliknya, apabila varians residual berbeda-beda, maka terjadi heteroskedastisitas yang dapat memengaruhi ketepatan dan keakuratan hasil estimasi model regresi.

Pengujian heteroskedastisitas dalam penelitian ini menggunakan uji Glesjer, yaitu dengan mengregresikan nilai absolut residual terhadap variable independent dengan kriteria $\text{Sig} > 0,05$. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa varians residual bersifat konstan pada setiap pengamatan sehingga asumsi homoskedastisitas telah terpenuhi.

1.7.8.3 Analisis Regresi Linear Sederhana

1. Analisis regresi linear sederhana

Analisis linier Sederhana digunakan untuk melihat sejauh mana variabel (X) memengaruhi variabel (Y). metode ini digunakan karena penelitian hanya melibatkan satu variabel independent dan satu variabel dependen. Penggunaan regresi linier sederhana sangat relevan dalam penelitian ini mengingat hubungan yang ingin diuji hanya melibatkan satu variabel bebas dan satu variabel terikat.

Dengan demikian, analisis ini memberikan gambaran yang jelas tentang seberapa besar perubahan kesiapan mental Jemaah haji dapat di bentuk atau di jelaskan oleh variasi dalam *self-efficacy*. Studi Sugiyono (2019), analisis regresi linier sederhana mengidentifikasi variasi temporal dalam variabel dependen dan independent. Studi ini menggunakan regresi linier sederhana untuk mengevaluasi dampak *self-efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah haji dalam mengikuti rangkaian ibadah haji.

$$Y = a + bX$$

Y = Kesiapan Mental Jemaah (Variabel dependen)

X = *Self-Efficacy* (Variabel independen)

a = Konstanta (nilai Y apabila $X = 0$)

b = Koefisien regresi

Koefisien regresi (b) berfungsi untuk menunjukkan besarnya perubahan mental yang terjadi akibat perubahan satu-satuan *self-efficacy*. Nilai konstanta (a) menunjukkan nilai kesiapan mental ketika *self-efficacy* bernilai 0.

2. Uji Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan variable independent yaitu *self-efficacy* dalam menjelaskan variasi yang terjadi pada variable dependen yaitu kesiapan mentaljemaah. Koefisien determinasi ditunjukkan melalui nilai R square (R^2) yang diperoleh dari hasil analisis regresi linear sederhana. Nilai (R^2) berkisar antara 0 sampai dengan 1, dimana semakin mendekati angka 1 menunjukkan bahwa variable *self-efficacy* memiliki kemampuan yang semakin besar dalam menjelaskan perubahan pada kesiapan mental jemaah, sedangkan nilai yang mendekati 0 menunjukkan bahwa kemampuan penjelasannya semakin rendah.

Dengan demikian nilai koefisien determinasi memberikan gambaran mengenai seberapa kontribusi *self-efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah dalam mengikuti rangkaian ibadah haji. Sementara itu, sisa presentase yang tidak dijelaskan oleh nilai (R^2) menunjukkan adanya faktor lain di luar variable penelitian yang turut memengaruhi kesiapan mental jemaah.

3. Uji T / Uji Parsial

Uji t (parsial) digunakan untuk menguji signifikansi pengaruh variabel independent yaitu *self-efficacy* terhadap variabel dependen berupa kesiapan mental jemaah dalam mengikuti rangkaian ibadah haji. Pengujian ini bertujuan untuk mengetahui apakah secara individual *self-efficacy* memiliki pengaruh yang bermakna terhadap kesiapan mental jemaah. Hasil dari uji ini kemudian dijadikan dasar dalam menentukan apakah hipotesis penelitian yang diajukan diterima atau ditolak.

Pengambilan keputusan dalam uji t dilakukan dengan membandingkan nilai t hitung dengan t tabel. Apabila nilai t hitung lebih besar daripada t tabel ($t_{hitung} > t_{tabel}$) maka variabel *self-efficacy* dinyatakan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesiapan mental jemaah. Selain itu, penilaian juga dapat didasarkan pada nilai signifikan (Sig.) dengan tingkat signifikansi sebesar 0,05. Jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($Sig. < 0,05$) maka (H_0) ditolak dan (H_1) diterima. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara *self-efficacy* terhadap kesiapan mental jemaah dalam menjalankan rangkaian ibadah haji (Ardyan, 2023).