



**PENGARUH MEDITASI CINTA KASIH DAN KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP
HASIL BELAJAR SISWA PENDIDIKAN AGAMA BUDDHA DI SMK NEGERI 1
TANJUNG KABUPATEN LOMBOK UTARA**

Oleh

Joni Pranata¹, Suherman², Julia surya³

^{1,2}Program Studi Pendidikan Keagamaan Buddha (S2), Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha

Email: ¹dhammosubo@gmail.com, ²herusuhermanlim@gmail.com,

³juliasurya@smaratungga.ac.id

Abstract

Learning outcomes are one of the indicators of achieving educational goals, to overcome the achievement of learning outcomes that are less than optimal, SMK Negeri 1 Tanjung North Lombok Regency has implemented the practice of loving kindness meditation and self-confidence in an effort to increase student learning concentration. The problem in this study based on preliminary observations shows that not a few students of SMK Negeri 1 Tanjung still show symptoms of lack of concentration and lack of confidence in learning. Data collection was carried out on the population that had been established by the researcher with questionnaires. The collected data is tested for validity and reliability, which is analyzed using inferential statistical methods. The results of the analysis are presented in the form of tables, frequency distribution tables, and graphs. Next, discussion and interpretation are carried out. Finally, conclusions are made based on the data collected as a short answer to each problem formulation that has been proposed. The results showed that the regression of loving-kindness meditation (X1) had an effect of 0.751 or 75.1%, the regression of the Self-Confidence variable (X2) of -0.216, this showed that the level of self-confidence carried out on students of SMK Negeri 1 Tanjung North Lombok Regency was very low but very significant. Simultaneously Loving Kindness Meditation, Self-Confidence has a positive and significant effect on Learning Outcomes at SMK Negeri 1 Tanjung North Lombok Regency. Based on the results of the coefficient of determination test, an *Adjusted R Square* value of 0.183 was obtained. These results showed that only 18.3% of the variables of loving-kindness meditation (X1), self-confidence (X2) were able to explain the variable of learning outcomes (Y) in students of SMK Negeri 1 Tanjung North Lombok Regency while the remaining 81.7% were the influence of other independent variables that were not explained. Based on the results of the study, it can be concluded that the loving kindness meditation and self-confidence of students shows a significant influence on the learning outcomes of SMK Negeri 1 Tanjung students. The suggestion put forward is that loving kindness meditation and self-confidence need to be further improved by students, so that its application does not only stop at school, but can be continued at home, and other researchers are advised to conduct more in-depth similar research on loving kindness meditation and students' self confidence

Keywords: *Loving-Kindness Meditation, Self-Confidence, Learning Outcomes*

PENDAHULUAN

Penguatan dan penekanan terhadap pemahaman materi sebagai bagian krusial pada pembelajaran pendidikan keagamaan Buddha. Pembelajaran dalam agama harus

mampu menghadirkan konsentrasi siswa, dengan menekankan meditasi kepada siswa. Meditasi (*bhavana*) yang diberikan kepada siswa merupakan hal yang sangat positif guna menunjang pembelajaran agar siswa dalam



mengikuti proses belajar mengajar sudah siap dan terbiasa memiliki konsentrasi terlebih dahulu dan memiliki ketenangan Berdasarkan hasil observasi penulis terhadap siswa SMK Negeri 1 Tanjung pada bulan Januari 2023 dalam situasi pembelajaran, tampak bahwa peserta didik memiliki keraguan saat memberikan argumen atau pendapat saat menjawab dari pertanyaan yang diajukan oleh guru. Selain itu, masih ada sebagian siswa yang jarang untuk mengemukakan hasil dari belajarnya, rasa malu serta kurang berani dalam menyampaikan pendapat maupun untuk bertanya, serta kurang merespon, sifat-sifat tersebut termasuk dalam tanda seseorang yang kurang percaya diri, yaitu: tidak berani atau gentar ketika berbicara di depan banyak orang, mudah menyerah, tidak bertanggung jawab, pemarah, dan menyendiri dan terisolasi (Supriyo dalam Indriawati, 2018:61).

Kurangnya kepercayaan diri inilah merupakan faktor penghambat di dalam pembelajaran. Kepercayaan diri berdampak pada prestasi akademik. Rendahnya rasa percaya diri berpengaruh pada capaian dari hasil belajar. Siswa dengan tingkat percaya diri yang tinggi adalah peserta yang memiliki hasil belajar yang positif, begitu juga sebaliknya. Siswa dengan kepercayaan tinggi condong bersikap lebih aktif, berani dan bisa mengulang kembali materi yang sudah dipelajari, bisa menyampaikan pendapat dengan berani, selain itu siswa yang percaya diri selalu mempelajari materi terlebih dahulu sebelum dibahas sehingga siap disaat kegiatan belajar (Budinisih, 2022:97).

SMK Negeri 1 Tanjung sudah mulai menerapkan meditasi cinta kasih untuk seluruh peserta didik. Meditasi cinta kasih tersebut dilaksanakan kurang lebih 10 menit saat hari Jum'at pagi didalam kegiatan Imtaq dan terkadang-kadang sebelum pembelajaran dimulai. Tujuannya yaitu untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa karena pikiran dan mental siswa sudah siap belajar bersama guru di kelas.

Meditasi cinta kasih yang diterapkan di SMK Negeri 1 Tanjung belum berjalan efektif dalam meningkatkan konsentrasi belajar karena tidak semua siswa dapat melaksanakannya dengan baik dan menerima efek positif. Siswa merasa tidak nyaman ketika dirinya harus duduk diam dalam beberapa menit karena karakter siswa yang hiperaktif dan mudah bosan. Beberapa siswa akan mudah mengantuk dan beberapa lebih asik untuk berbisik-bisik dengan teman disampingnya sehingga menimbulkan kebisingan saat meditasi cinta kasih dilaksanakan. Hal ini berpengaruh pada pelaksanaan kegiatan pembelajaran yang berlangsung di kelas karena dengan konsentrasi yang kurang baik maka pembelajaran di kelas menjadi kurang efektif.

Berdasarkan permasalahan diatas, penulis tertarik melakukan kajian mengenai "Pengaruh Meditasi Cinta Kasih dan Kepercayaan Diri Terhadap Hasil Belajar Siswa Pendidikan Agama Buddha di SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara".

Berdasarkan konteks identifikasi permasalahan tersebut, peneliti memusatkan perhatian pada permasalahan:

1. Apakah ada pengaruh meditasi cinta kasih terhadap hasil belajar siswa pendidikan agama buddha di SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara?
2. Apakah ada pengaruh kepercayaan diri terhadap hasil belajar siswa pendidikan agama Buddha di SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara?
3. Seberapa besar pengaruh meditasi cinta kasih dan kepercayaan diri terhadap hasil belajar siswa pendidikan agama buddha di SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara?

Tujuan penulis melakukan penelitian ini adalah:



1. Menganalisis secara ilmiah pengaruh meditasi cinta kasih terhadap hasil belajar siswa pendidikan agama buddha di SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara.
2. Menganalisis secara ilmiah pengaruh kepercayaan diri siswa terhadap hasil belajar siswa pendidikan agama buddha di SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara.
3. Menganalisis secara ilmiah seberapa besar pengaruh meditasi cinta kasih dan kepercayaan diri siswa terhadap hasil belajar siswa pendidikan agama buddha di SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara.

LANDASAN TEORI

a. Pengertian Hasil Belajar

Hasil belajar adalah transformasi terhadap keseluruhan potensi yang dimiliki semakin berkembang atau secara menyeluruh (Relita & Regina, 2015:128). Hasil belajar merupakan evaluasi akhir, evaluasi terhadap proses yang diulang-ulang selama pembelajaran (Sulastri et al., 2015:100).

b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Semua orang memiliki keinginan untuk memperoleh hasil belajar yang lebih baik atau meningkat dari hasil sebelumnya, hasil ini tentu tidak serta merta dicapai dan setiap siswa memiliki capaiannya masing-masing yang tertera di laporan semesternya. Perbedaan dalam tingkatan hasil belajar ini disebabkan oleh faktor dari dalam dan luar dirinya. Belajar membutuhkan dorongan untuk mencapai prestasi, terutama kehendak yang muncul dari diri sendiri maupun dorongan dari luar

c. Indikator Hasil Belajar

Indikator hasil belajar Straus dkk (dalam Fauhah & Rosy, 2021:328) menyatakan indikator hasil belajar sebagai berikut:

- 1) Ranah kognitif adalah tentang bagaimana mempelajari hal-hal baru (pengetahuan) di sekolah

menggunakan berbagai cara untuk mendapatkan informasi dan belajar.

- 2) Ranah Afektif adalah tentang nilai dan keyakinan, dan hal ini dapat memengaruhi cara kita berperilaku (sikap).

Ranah psikomotorik adalah tentang mempelajari dan mengembangkan keterampilan baru. Dengan berlatih dan mencoba hal-hal baru, bisa menguasai keterampilan tersebut dan menjadi lebih mandiri

1. Meditasi Cinta Kasih

Buddha menguraikan tentang konsentrasi yang dibarengi dengan moralitas, akan memperoleh hasil yang besar terhadap berubah batin. Pikiran yang berkonsentrasi yang disertai dengan kebijaksanaan akan membebaskan dari noda-noda batin (*D.II.91*). kebodohan yang dimaksud adalah terbebas dari ketidaktahuan serta mampu membedakan benar dan salah sehingga menyebabkan seseorang yang melatih konsentrasi akan mampu mengambil keputusan yang tepat dan menghadapi permasalahan dengan bijaksana

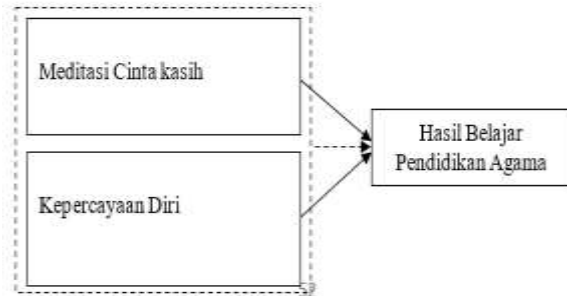
a. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dimiliki oleh setiap orang dalam dirinya, tetapi itu perlu dikembangkan. Kepercayaan diri merupakan keyakinan yang dipunyai oleh setiap individu yang mengondisikan seseorang terdorong melakukan sesuatu yang dibutuhkan. Kepercayaan diri membuat seseorang memiliki semangat dan keyakinan yang besar untuk menggapai segala sesuatu yang di rencanakan atau diinginkan, sehingga dengan adanya keyakinan seseorang akan berusaha keras dan mengeluarkan semua potensi didalam diri untuk merealisasikan tujuannya (Widyanti et al., 2017:2).

A. Kerangka Berpikir

Berdasarkan uraian di atas, kerangka berpikir dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 1. Kerangka Berpikir



METODE PENELITIAN

1. Objek Penelitian

Objek penelitian ini adalah semua siswa yang beragama Buddha di SMK Negeri 1 Tanjung yang masih aktif tahun pelajaran 2022/2023.

2. Waktu Dan Tempat Penelitian

a. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan sejak awal tahun sampai dengan Mei 2023, penelitian ini diawali dengan menyusun proposal Tesis, melakukan uji coba instrumen, memperbaiki instrumen dan mengumpulkan data melalui angket, mengolah data dan menyajikan data dalam bentuk karya ilmiah.

b. Tempat penelitian

SMK Negeri 1 Tanjung yang bertempat di Desa Sokong, Kec. Tanjung, KLU menjadi lokasi yang dipilih untuk melakukan penelitian.

Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan menggunakan teknik korelasi atau teknik statistik, dengan menggunakan metode pengumpulan data menggunakan angket (*kuesioner*), untuk menentukan apakah ada hubungan antara dua variabel atau lebih menggunakan penelitian korelasional (Emzir, 2017:37).

1. Definisi Operasional Variabel

a. Variabel Terikat (*Dependen*) (Y) Hasil Belajar Pendidikan Agama Buddha

Hasil belajar merupakan perubahan pada kecakapan intelektual, mental, dan perilaku yang dicapai melalui proses kegiatan belajar. Lewat hasil belajar inilah yang digunakan untuk menentukan tingkatan prestasi peserta didik.

b. Variabel Bebas (*Independen*) (X)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi sehingga timbulnya variabel terikat (*dependen*).

Penelitian ini memiliki 2 variabel bebas yaitu:

- (1) Meditasi cintakasih (X_1) adalah memusatkan pikiran cinta kasih untuk dikembangkan kesemua makhluk tanpa keakuan. Cinta kasih yang didasari dengan ketulusan serta tanpa kemelekatan, cinta yang diberikan kepada semua tanpa ada diskriminasi yang bertujuan untuk kesejajaran semua makhluk. Cinta kasih ini apabila dikembangkan akan mampu membawa kedamaian baik untuk diri sendiri, lingkungan sekitar bahkan dunia, karena hidup dengan dasar cinta kasih akan memberikan rasa nyaman sehingga masalah apapun akan bisa diatasi termasuk didalam belajar, karena pikiran yang baik akan memudahkan berkonsentrasi untuk fokus didalam proses belajar mengajar.
- (2) Kepercayaan diri siswa (X_2) adalah suatu keyakinan akan kemampuan seseorang untuk mencapai apa yang diinginkannya dengan terus belajar dan mengembangkan potensi yang telah ada dalam dirinya. Rasa percaya diri akan memotivasi seseorang untuk terus berusaha mencapai tujuannya sehingga dapat mengatasi segala hambatan dengan memaksimalkan kemampuan yang telah dimiliki tanpa bergantung pada orang lain. Terutama dalam dunia Pendidikan diharapkan kepercayaan diri diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik skala Likert (*Likert's Summated Rating = LSR*) digunakan dalam penelitian ini



untuk mengimpun data. Sebagai langkah awal untuk menyusun item instrumen berupa pernyataan, indikator ini menggunakan skala variabel Likert yang hendak diukur dijabarkan dalam indikator variabel. Sedangkan alat yang diterapkan adalah kuesioner daftar pernyataan

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif Data

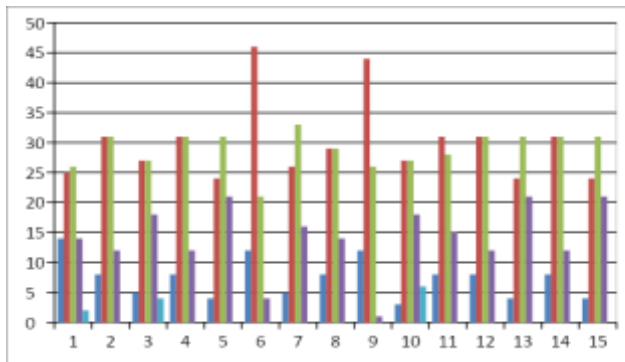
a. Analisis Meditasi Cinta Kasih

Variabel Meditasi Cinta Kasih (X1) dalam penelitian ini memiliki 15 buah pernyataan. Di bawah ini adalah pendistribusian atau penjelasan atas frekuensi dari jawaban masing-masing responden sebagai berikut:

Tabel. 2. Deskripsi Variabel Meditasi Cinta Kasih

No	Kategori	Bobot	Frekuensi	Jumlah	%
1	Sangat Setuju	5	111	555	13,36
2	Setuju	4	451	1804	43,44
3	Kurang Setuju	3	440	1320	31,78
4	Tidak Setuju	2	231	462	11,12
5	Sangat Tidak Setuju	1	12	12	0,29
	Total		1245	4153	100

Sumber: Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah).



Sumber: Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Berdasarkan Tabel 2. dapat dilihat responden yang menjawab terbanyak sebagai berikut : Menyatakan setuju sebesar **43,44 %** bahwa Meditasi Cinta Kasih memberikan hasil belajar yang baik bagi siswa.

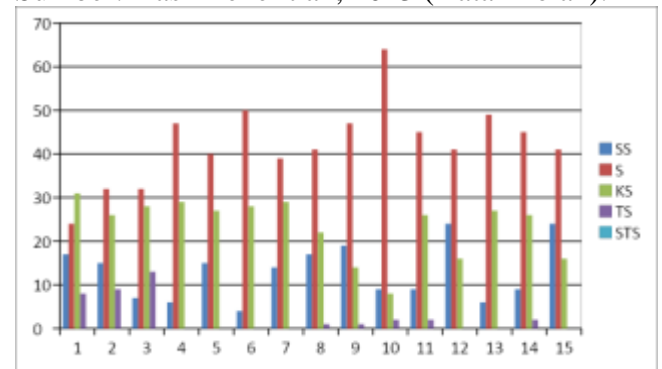
b. Kepercayaan Diri

Variabel **Kepercayaan Diri** (X2) dalam penelitian ini memiliki 15 buah pernyataan. Di bawah ini adalah pendistribusian atau penjelasan atas frekuensi dari jawaban masing-masing responden sebagai berikut

Tabel. 3 Deskripsi Variabel Kepercayaan Diri

No	Kategori	Bobot	Frekuensi	Jumlah	%
1	Sangat Setuju	5	196	980	20,78
2	Setuju	4	639	2556	54,21
3	Kurang Setuju	3	359	1077	22,84
4	Tidak Setuju	2	51	102	2,163
5	Sangat Tidak Setuju	1	0	0	0
	Total		1245	4715	100,000

Sumber: Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah).



Berdasarkan Tabel 5 dapat dilihat responden yang menjawab 54,21% yang menjawab setuju atas variabel Kepercayaan Diri. bahwa memberikan hasil belajar yang baik bagi siswa.

c. Hasil Belajar

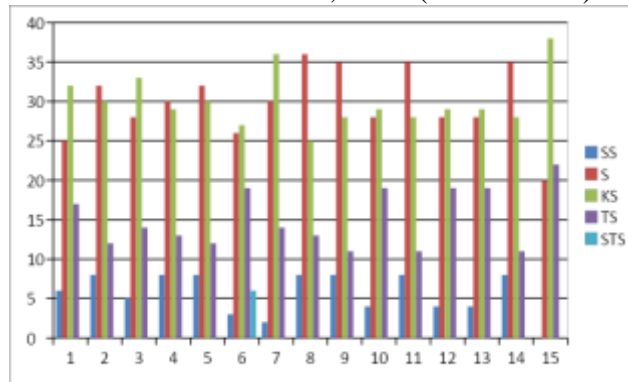
Variabel **Hasil Belajar** (Y) dalam penelitian ini memiliki 15 buah pernyataan. Di bawah ini adalah pendistribusian atau

penjelasan atas frekuensi dari jawaban masing-masing responden sebagai berikut

Tabel. 4.3 Deskripsi Variabel Hasil Belajar

No	Kategori	Bobot	Frekwensi	Jumlah	%
1	Sangat Setuju	5	98	490	11,85
2	Setuju	4	450	1800	43,53
3	Kurang Setuju	3	454	1362	32,94
4	Tidak Setuju	2	240	480	11,61
5	Sangat Tidak Setuju	1	3	3	0,07
	Total		1245	4135	100

Sumber: Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah).



Berdasarkan Tabel 5 dapat dilihat responden yang menjawab terbanyak sebagai berikut : Menyatakan setuju sebesar 43,55% terhadap variable hasil belajar. Dari semua pernyataan yang diberikan ternyata melalui meditasi dan kepercayaan diri sangat berpengaruh terhadap hasil belajar

2. Deskripsi Statistik

Tabel 6. Karakteristik Deskriptif

	Descriptive Statistics		
	Mean	Std. Deviation	
Hb	38.8675	13.71022	83
MeCiKI	50.0361	8.39344	83
KpDs	57.1687	3.67197	83

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Berdasarkan Tabel 6 di atas terlihat bahwa jumlah variabel valid dari 83 sampel data Meditasi Cinta kasih, Percaya Diri dan Hasil Belajar diketahui mempunyai nilai mean sebesar 38,87; 50,04 dan 57,17 serta standar deviasinya sebesar 13,71; 8,34 dan 3,67 berarti mean lebih besar dari nilai standar, sehingga Penyimpangan datanya kecil sehingga sebaran nilainya merata.

3. Hasil Uji Kualitas Data

Pengujian instrumen ini meliputi penggunaan uji validitas dan uji reliabilitas. Valid artinya data yang diperoleh instrumen dapat memenuhi tujuan penelitian. Reliable artinya konsisten atau stabil sehingga data yang diperoleh dapat diandalkan, kemudian dilakukan pengujian. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan terhadap 83 responden untuk mengecek validitas dan reliabilitas kuisiner.

a. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur validitas atau keabsahan suatu pertanyaan. Suatu kuesioner dikatakan valid apabila pernyataan-pernyataan dalam kuesioner tersebut mempunyai kemungkinan untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut. Validasi dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 25.00 for Windows dengan kriteria jika nilai setiap pernyataan lebih besar dari 0,30 maka komponen pernyataan dianggap valid. Sebaliknya jika korelasi butir soal dengan skor total kurang dari 0,30 maka butir instrumen dinyatakan tidak valid.

Hasil pengujian validitas instrumen variabel dapat dilihat pada Tabel berikut ini

Tabel 6. Hasil Uji Validitas

No. N	Pernyataan	Corrected Item-Total Correlation	r _{tabel}	Keterangan
1.	Meditasi Cinta Kasih	0,629	0,30	Valid
2.	Kepercayaan diri	0,591	0,30	Valid
3.	Hasil Belajar	0,938	0,30	Valid



Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Berdasarkan Tabel 6. di atas, hasil pengujian instrumental Meditasi Cinta Kasih, Kepercayaan Diri dan Hasil Belajar ternyata mempunyai nilai lebih besar dari 0,30. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa seluruh instrumen variabel Meditasi Cinta kasih, Kepercayaan Diri dan Hasil Belajar yang digunakan adalah valid dan dapat digunakan dalam penelitian. Kesimpulan ini diperkuat secara signifikan (2- tailed) untuk semua instrumen dengan nilai kurang dari 5% (0,05).

b. Uji Reliabilitas

Setiap alat ukur harus mampu memberikan hasil pengukuran yang relatif konsisten sepanjang waktu. Metode yang digunakan untuk melihat data reliabel dengan metode *Cronbach's Alpha*(α). Koefisien *Cronbach's Alpha* (α) yang digunakan dalam penelitian ini adalah $\alpha > 0,60$. Berikut tabel hasil uji reliabilitas data kuesioner.

Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Variabel

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.762	3

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Reliabilitas di bawah 0,60 kurang baik, sedangkan reliabilitas 0,70 dapat diterima dan reliabilitas dengan *Cronbach's Alpha* 0,6 atau lebih tinggi adalah baik. Berdasarkan hasil yang diperoleh pada tabel di atas diketahui bahwa koefisien reliabilitas variabel cinta kasih, percaya Diri dan hasil belajar dapat diterima. Oleh karena itu, variabel yang digunakan dalam instrumen tersebut dapat digunakan dalam penelitian.

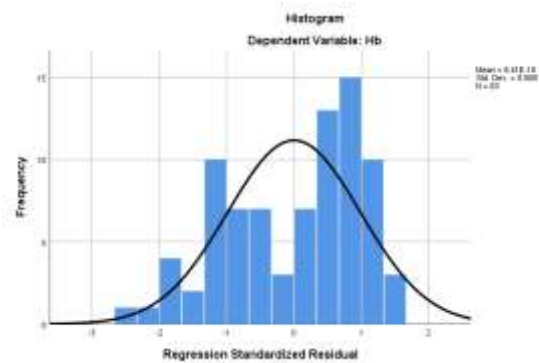
4. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

Sebelum menguji hipotesis ini terlebih dahulu dilakukan uji asumsi klasik untuk memastikan alat uji regresi linier berganda dapat digunakan. Apabila uji hipotesis klasik telah terpenuhi maka alat uji statistik regresi linier berganda dapat digunakan.

2. Uji Normalitas

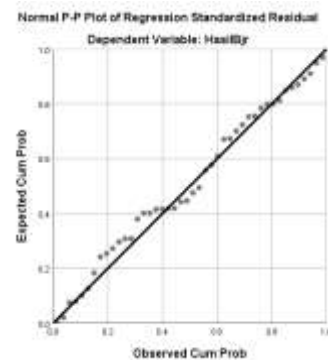
Uji normalitas untuk mengetahui apakah dalam model regresi, variabel terikat dan variabel bebas berdistribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah yang mempunyai distribusi normal atau mendekati normal. Hasil pengujian ditunjukkan pada Gambar 4.1 di bawah ini:



Gambar 1. Uji Normalitas Data

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Berdasarkan gambar 1. bahwa variabel-variabelnya terdistribusi normal. Hal ini diwakili dengan sebaran data yang tidak condong ke kiri atau ke kanan.



Gambar 2. Grafik P-Plot Normalitas

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Berdasarkan gambar 2 diatas terlihat data tersebar pada sekitar garis diagonal dengan mengikuti arah garis diagonal sehingga residualnya terstandarisasi. Dengan demikian, model regresi hipotetis memenuhi hipotesis normalitas.

Di luar dari pengujian normalitas yang dilihat melalui grafik maka dapat dilihat melalui Tabel (K-S) *Test*. Normalitas residual diuji dengan hipotesis sebagai berikut :

- a. H_0 : Residual terdistribusi dengan normal.
- b. H_1 : Residual tidak terdistribusi dengan normal.

Statistik uji yang digunakan adalah uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov (K-S) Test*. Kriteria yang digunakan sebagai berikut :

- 1. Terima H_0 bila signifikan $K-S > \alpha$ (0,05).
- 2. Tolak H_0 bila signifikan $K-S < \alpha$ (0,05).

Hasil perhitungan uji normalitas dapat dilihat pada Tabel berikut ini :

Tabel 8. Hasil Uji Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		84.
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	12.24102314
Most Extreme Differences	Absolute	.167
	Positive	.079
	Negative	-.167
Test Statistic		.167
Asymp. Sig. (2-tailed)		.0004.

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Dari Tabel 4.7. di atas diperoleh sig. $K-S > 0,05$ (nilai α) yaitu $0,167 > 0,05$. Dengan demikian, terima H_0 artinya residual terdistribusi dengan normal.

3. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas dalam penelitian ini adalah menggunakan uji VIF untuk masing-masing variabel lebih besar atau tidak. Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi di antara variabel *independent*. Bila nilai $VIF > 10$ dan $Tolerance < 0,1$ maka

diindikasikan model tersebut memiliki gejala multikolinearitas.

Hasil perhitungan multikolinearitas dengan menggunakan uji VIF dapat dilihat pada Tabel berikut ini :

Tabel 8. Uji Multikolinearitas

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	(Constant)		
	MCink	0.951	1.052
	Kpdsk	0.951	1.052

Dependent Variable: HasilBjr

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Pengambilan keputusan :

- 1. $VIF > 10$ maka diduga mempunyai persoalan multikolinearitas.
- 2. $VIF < 10$ maka tidak terdapat multikolinearitas.
- 3. $Tolerance < 0,1$ maka diduga mempunyai persoalan multikolinearitas.
- $Tolerance > 0,1$ maka tidak terdapat multikolinearitas.

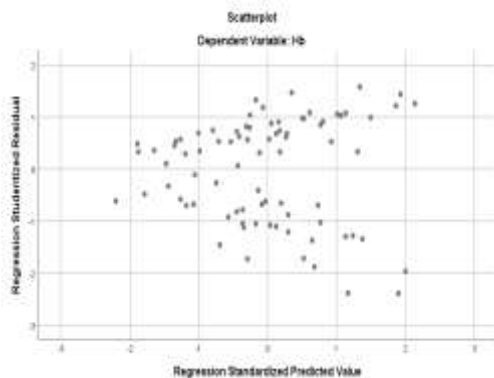
Pada Tabel 4.15. dapat dilihat bahwa nilai $tolerance > 0,1$ dan nilai $VIF < 10$ maka tidak ditemukan multikolinearitas dalam penelitian ini.

Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan *variance* dari suatu residual pengamatan ke pengamatan yang lain atau tidak. Jika *variance* dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain tetap maka disebut homokedastisitas dan jika berbeda disebut heterokedastisitas. Model regresi yang baik adalah homokedastisitas atau tidak terjadi heterokedastisitas. Untuk mendeteksi keberadaan heterokedastisitas, dapat dilakukan dengan metodologi formal yaitu melalui pendekatan grafik.



Hasil uji heterokedastisitas dapat dilihat pada Gambar 4.3. berikut ini :



Gambar 4.3. Grafik Uji Heterokedastisitas
Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Berdasarkan gambar 4.3. di atas terlihat titik-titik tersebut berada di atas dan di bawah nol pada sumbu Y. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa persamaan regresi hipotesis ini terbebas dari asumsi heterokedastisitas.

5. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis ini menyatakan Meditasi Cinta Kasih(X_1), Kepercayaan Diri(X_2) berpengaruh terhadap Hasil Belajar (Y) pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara

a. Hasil Uji Regresi Linear Berganda

Untuk mengetahui pengaruh variabel bebas (X_1 dan X_2) berupa meditasi cinta kasih, percaya diri terhadap variabel terikat (Y) berupa hasil belajar, peneliti menggunakan alat Bantuan SPSS versi 25.00. *Output* yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Analisis Regresi Linear Berganda

Coefficients ^a			
Unstandardized Coefficients			
Model		B	Std. Error
1	(Constant)	13.642	21.638

MCink	.751	.167
Kpdsk	-.216	.382

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Berdasarkan Tabel 4.8. di atas, persamaan regresi linier berganda pada penelitian adalah:

$$Y = 13.642 + 0,751 X_1 - 0,216 X_2 + e$$

Pada persamaan tersebut dapat dilihat bahwa nilai konstanta (a) = 13.642, Artinya walaupun variabel bebas yaitu Meditasi Cinta Kasih(X_1), Kepercayaan Diri (X_2) bernilai tetap maka Hasil Belajar (Y) Pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara adalah mengalami kenaikan sebesar 13.642. Variabel Meditasi Cinta Kasih X_1 (b_1) = 75,1% atau 0,751. Hal ini menunjukkan bahwa variabel Meditasi Cinta Kasih berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap Hasil Belajar. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat Meditasi Cinta Kasih(X_1) Terhadap Hasil Belajar (Y) pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara sangat tinggi.

Variabel Kepercayaan Diri (X_2) = - 0,216 atau -21,6%. Hal ini menunjukkan bahwa variabel Kepercayaan Diri (X_2) berpengaruh secara Negatif terhadap Hasil Belajar. hal ini menunjukkan bahwa tingkat Kepercayaan Diri (X_2) terhadap Hasil Belajar (Y) yang dilakukan pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara cukup rendah.

b. Uji F (Uji Serempak)

Uji F digunakan untuk melihat secara serempak pengaruh secara positif dan signifikan dari variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Kriteria pengambilan keputusan sebagai berikut :

1. H_1 ditolak jika nilai $F_{hitung} \leq F_{tabel}$, jika signifikansi $> 0,05$.
2. H_1 diterima jika nilai $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, jika signifikansi $< 0,05$.



Hasil *F-test* ini pada *output* SPSS versi 25.00 dapat dilihat pada Tabel berikut ini :

Tabel 4.9.
Uji Serempak

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square
1	Regression	3126.445	2	1563.223
	Residual	12287.097	80	153.589
	Total	15413.542	82	

a. Dependent Variable: Hb

b. Predictors: (Constant), KpDs, MeCiKI

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Nilai F_{tabel} diperoleh dengan cara :

Derajat pembilang = $k - 1 = 3 - 1 = 2$.

Derajat penyebut = $n - k = 83 - 3 = 80$.

Nilai $F_{tabel} (2 ; 80)$, $F_{tabel} 0,05$.

Jadi, $F_{tabel} (2 ; 80) = 3,11$

Pada Tabel 4.9. di atas dapat diketahui bahwa nilai F_{hitung} adalah 10.178, pada tingkat kesalahan $\alpha = 5\%$ nilai F_{hitung} lebih besar dari F_{tabel} tersebut signifikan dan nilai signifikan 0% , $0 < 0,05$ pada nilai $F_{tabel} = 3,11$. Berdasarkan kriteria uji hipotesis jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya variabel Meditasi Cinta Kasih(X_1), Kepercayaan Diri(X_2) secara serempak berpengaruh positif dan signifikan terhadap Hasil Belajar pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara.

c. Uji-t (Uji Parsial)

Uji-t digunakan untuk melihat secara parsial pengaruh secara positif dan signifikan dari variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Kriteria pengambilan keputusan sebagai berikut :

1. H_1 ditolak jika $t_{tabel} \leq t_{hitung} \leq t_{tabel}$, jika signifikansi $> 0,05$.

2. H_1 diterima jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $t_{hitung} < t_{tabel}$, jika signifikansi $< 0,05$.

Hasil pengujian hipotesis secara parsial dapat dilihat pada Tabel berikut ini :

Tabel 4.10.
Hasil Uji Parsial

Coefficients^a

Model		t	Sig.
1	(Constant)	.630	.530
	MCink	4.490	.000
	KpdsK	-.565	.574

a. Dependent Variable:

HasilBjr

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Nilai t_{tabel} diperoleh dengan cara :

Penyebut (df) = $n - k$

= $83 - 3$

= 80, $t_{tabel} 0,05$.

Jadi, $t_{tabel} (80) = 1,664$.

Berdasarkan Tabel 4.10. di atas diperoleh hasil sebagai berikut :

1. Nilai t_{hitung} untuk variabel Meditasi Cinta Kasih (4.490) lebih Besar dibandingkan dengan nilai t_{tabel} (1,664) atau nilai sig. t untuk variabel Meditasi Cinta Kasih (0,000) Lebih Kecil dari α atau alpha (0,05). Berdasarkan hasil yang diperoleh maka menolak H_0 dan Menerima H_1 Untuk Variabel Meditasi Cinta Kasih. Dengan demikian, secara parsial Meditasi Cinta Kasih Berpengaruh dan signifikan terhadap Hasil Belajar pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara



2. Nilai t_{hitung} variabel Kepercayaan Diri (-0,565) lebih kecil dibandingkan dengan nilai t_{tabel} (1,664) atau nilai sig. t untuk variabel Kepercayaan Diri (0,574) lebih besar dari α atau alpha (0,05). Berdasarkan hasil yang diperoleh maka menolak H_0 dan menerima H_1 untuk variabel Kepercayaan Diri. Dengan demikian, secara parsial Kepercayaan Diri berpengaruh Negatif Namun hasil ini signifikan terhadap Hasil Belajar pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara

d. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Uji koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruh variabel-variabel independen terhadap variabel dependen pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara Hasil uji koefisien determinasi yang disesuaikan (*adjusted R²*) pada *output* SPSS versi 25.00 dapat dilihat pada Tabel berikut ini :

Tabel 4.11.

Pengujian Koefisien Determinasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.450 ^a	.203	.183	12,39309

a. Predictors: (Constant), KpDs, MeCiKI

b. Dependent Variable: Hb

Sumber : Hasil Penelitian, 2023 (Data Diolah)

Berdasarkan Tabel 4.11. di atas diperoleh nilai

koefisien determinasi yang disesuaikan sebesar 0.183. Hal ini menunjukkan bahwa hanya 18,3% variabel Meditasi Cinta Kasih, Kepercayaan Diri (X_1, X_2) mampu menjelaskan variabel Hasil Belajar (Y) pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara sedangkan sisanya 81,7% merupakan pengaruh dari variabel bebas lain yang tidak dijelaskan oleh model penelitian lainnya.

B. Pembahasan

1. Pengaruh Meditasi Cinta Kasih terhadap Hasil Belajar pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara

Berdasarkan hasil uji hipotesis di atas dapat disimpulkan bahwa uji parsial (uji-t) pada variabel Meditasi Cinta Kasih berpengaruh dan signifikan terhadap Hasil Belajar. Nilai t_{hitung} untuk variabel Meditasi Cinta Kasih (4.490) lebih Besar dibandingkan dengan nilai t_{tabel} (1,664) atau nilai sig. t untuk variabel Meditasi Cinta Kasih (0,000) Lebih Kecil dari α atau alpha (0,05). artinya jika variabel Meditasi Cinta Kasih lebih ditingkatkan maka Hasil Belajar juga akan meningkat. Dari hasil penelitian ini peneliti memperoleh hasil regresi variabel Meditasi Cinta Kasih (X_1) sebesar 0.751 atau 75,1%, hal ini menunjukkan bahwa tingkat Meditasi Cinta Kasih Pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara sangat tinggi.

Berdasarkan hasil yang diperoleh maka menolak H_0 dan menerima H_1 Untuk Variabel Meditasi Cinta Kasih. Dengan demikian, secara parsial Meditasi Cinta Kasih Berpengaruh dan sangat



signifikan terhadap Hasil Belajar pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara. Penelitian ini sesuai dengan teori dari penelitian terdahulu atas Pranata & Wijoyo (2020), yang menyatakan Meditasi Cinta Kasih untuk Mengembangkan Kepedulian dan Percaya Diri Siswa Sekolah Minggu Buddha Taman Lumbini. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis deskriptif. Dengan hasil bahwa Siswa yang mempraktekan meditasi cinta kasih cenderung lebih welas asih, percaya diri, tidak terlalu khawatir, dan memiliki kepribadian yang lebih lembut.

2. Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Hasil Belajar pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara

Berdasarkan hasil uji hipotesis di atas dapat disimpulkan bahwa uji parsial (uji-t) pada variabel Kepercayaan Diri berpengaruh Negatif, namun signifikan terhadap variabel Hasil Belajar. Nilai thitung variabel Kepercayaan Diri (-0,565) lebih kecil dibandingkan dengan nilai ttabel (1,664) atau nilai sig. t untuk variabel Kepercayaan Diri (0,574) lebih Besar dari α atau alpha (0,05). Dari hasil penelitian ini peneliti memperoleh hasil regresi variabel Kepercayaan Diri (X_2) sebesar -0,216, hal ini menunjukkan bahwa tingkat Kepercayaan Diri yang dilakukan pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara sangat rendah namun sangat signifikan. Dengan demikian, secara parsial Kepercayaan Diri berpengaruh Positif Negatif Dan signifikan terhadap Hasil

Belajar Pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara.

Kepercayaan Diri harus lebih ditingkatkan maka Hasil Belajar juga akan meningkat. Penelitian ini tidak sesuai dengan teori dari penelitian terdahulu atas nama Indriawati, (2018) dengan judul Pengaruh Kepercayaan Diri dan Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Universitas Balikpapan. Penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Dalam kebanyakan kasus, pengambilan sampel dilakukan secara acak. Hasil belajar meningkatnya tingkat seiring dengan meningkatnya kepercayaan diri. Peneliti Muawwanah et al. (2020) menyatakan Korelasi Antara Kepercayaan Diri dan Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Sekolah Dasar Penelitian ini adalah penelitian *ex post facto* yang bertujuan untuk mengkaji korelasi antara variabel bebas terhadap varibel terikat dengan hasil Kepercayaan diri dan hasil belajar matematika siswa kelas VSD di Kecamatan Burea berhubungan secara signifikan (berhubungan). menyiratkan bahwa siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang kuat mencapai tingkat belajar yang tinggi.

3. Pengaruh Meditasi Cinta Kasih dan Kepercayaan Diri Terhadap Hasil Belajar pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara

Pada uji serempak (uji F) variabel Meditasi Cinta Kasih dan Kepercayaan Diri secara serempak berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel Hasil Belajar pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara serta



pengaruhnya adalah positif dengan taraf signifikan (α) adalah 5%. Dengan melihat nilai Fhitung adalah 194,908. Pada tingkat kesalahan $\alpha = 5\%$ nilai Fhitung lebih besar dari Ftabel tersebut signifikan dan nilai signifikan $0,00 < 0,05$ pada nilai Ftabel = 3,11. Berdasarkan kriteria uji hipotesis jika Fhitung > Ftabel maka H_0 ditolak dan H_1 diterima artinya variabel Meditasi Cinta Kasih (X_1), Kepercayaan Diri (X_2) secara serempak berpengaruh positif dan signifikan terhadap Hasil Belajar pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara, maka dapat disimpulkan bahwa model persamaan tersebut diterima dan berpengaruh positif. Penelitian ini sesuai dengan teori dari penelitian terdahulu atas nama Komara, (2016) dengan judul Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa. Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif variasi korelasional. penentuan subjek penelitian menggunakan teknik random sampling. Keyakinan diri dan kesuksesan akademik menyumbang 52,8% dari varians, sedangkan sisanya 47,2% dipengaruhi oleh faktor lain. Menurut temuan penelitian, ada korelasi yang kuat antara variabel. kepercayaan diri dan prestasi belajar.

Dari hasil penelitian ini peneliti memperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,183 atau 18,3 variabel Meditasi Cinta Kasih, Kepercayaan Diri belum mampu menjelaskan variabel Hasil Belajar (Y) pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara sedangkan sisanya 81,7% merupakan pengaruh dari variabel bebas lain yang tidak dijelaskan oleh model penelitian.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti memberikan simpulan sebagai berikut :

1. Secara parsial Meditasi Cinta Kasih berpengaruh dan signifikan terhadap Hasil Belajar pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara
2. Secara parsial Kepercayaan Diri berpengaruh negative dan signifikan terhadap Hasil Belajar pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara
3. Secara serempak Meditasi Cinta Kasih, Kepercayaan Diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap Hasil Belajar pada SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara. Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi diperoleh nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,183. Hasil ini menunjukkan bahwa hanya 18,3% variabel Meditasi Cinta Kasih (X_1), Kepercayaan Diri (X_2) mampu menjelaskan variabel Hasil Belajar (Y) pada Siswa SMK Negeri 1 Tanjung Kabupaten Lombok Utara sedangkan sisanya 81,7% merupakan pengaruh variabel bebas lain yang tidak dijelaskan.

Impikasi

Kondisi pembelajaran dengan menerapkan meditasi cinta kasih yang berlangsung saat ini membawa perubahan dalam pembelajaran dan kepercayaan diri siswa. Pimpinan sekolah, guru Pendidikan agama Buddha harus konsisten memberi pelatihan meditasi sebelum kegiatan pembelajaran dimulai sesuai kebutuhan siswa dan meningkatkan kepercayaan diri siswa. Perasaan nyaman yang muncul dari diri siswa dapat memotivasi siswa dalam belajar. Dengan peningkatan konsentrasi dan kepercayaan diri siswa akan meningkatkan hasil belajar siswa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti menyarankan sebagai berikut :



1. Bagi Sekolah Dasar SMKN 1 Tanjung
 - a. Tetap menerapkan meditasi cinta kasih untuk peserta didik
 - b. Tingkatkan kepercayaan diri yang dimiliki sehingga kemampuan yang dimiliki bisa berkembang dengan maksimal
 - c. Sering melakukan evaluasi kegiatan belajar mengajar setiap akhir semester
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Peneliti selanjutnya dengan penelitian variabel meditasi cinta kasih disarankan agar meneliti pengaruhnya terhadap variabel lain yang belum diteliti dalam penelitian ini.
 - b. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mencari lebih banyak sumber untuk memperkaya dan memperkuat hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Adham, Haudi, & Suryanti. (2021). *Pengaruh Sikap Metta dan Karuna Pada Diri Anak Terhadap Peningkatan Bakti Pada Orang Tua. 1*, 25–33.
- [2] Adriani, D. (2018). Pengaruh Percaya Diri, Kebiasaan Belajar dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi. In *JPEKA: Jurnal Pendidikan Ekonomi, Manajemen dan Keuangan* (Vol. 2, Issue 1, p. 19). <https://doi.org/10.26740/jpeka.v2n1.p19-28>
- [3] Agustyaningrum, N., & Suryantini, S. (2017). Hubungan Kebiasaan Belajar Dan Kepercayaan Diri Dengan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas Viii Smp N 27 Batam. *JIPMat*, 1(2). <https://doi.org/10.26877/jipmat.v1i2.1242>
- [4] Ariyanto, M. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Ipa Materi Kenampakan Rupa Bumi Menggunakan Model Scramble. *Profesi Pendidikan Dasar*, 3(2), 133. <https://doi.org/10.23917/ppd.v3i2.3844>
- [5] Budiningsih, D. (2022). Pengaruh Kepercayaan Diri dan Pemanfaatan Fasilitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar PAI Siswa Kelas V B SD N Lempuyangwangi Semester II Tahun Pelajaran 2021/2022. *Al-Manar*, 11(1), 87–99. <https://doi.org/10.36668/jal.v11i1.378>
- [6] *Dialogues of the Buddha Vol. I. 1989. Rhys Davids (Trans.). London: PTS. Khotbah-khotbah Panjang Sang Buddha. 2009. Team Giri Mangala Publication & Team DhammaCitta Press (Trans.). Jakarta: DhammaCitta Press. (n.d.)*
- [7] Emzir. (2017). *Metedologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif*. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- [8] Fauhah, H., & Rosy, B. (2021). Analisis Model Pembelajaran Make A Match terhadap Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran*, 9(2), 325. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpa/article/view/10080>
- [9] Fenti, Sudia, M., & Kadir. (2020). Pengaruh Motivasi Belajar Dan Tingkat Kepercayaan Diri Terhadap Hasil Belajar Matematika. 1(2), 96–105. <https://doi.org/Doi:http://dx.doi.org/10.36709/japend.v1i1.1433>
- [10] Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- [11] Fitriyani, Pranoto, B. A., & Nurbaeti, R. U. (2020). PENGARUH MOTIVASI BELAJAR DAN PERCAYA DIRI TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA KELAS V. *Jurnal KONTEKSTUAL*, 1(2), 29–35.



- [12] Hanifah Ameliah, I., Munawaroh, M., & Muchyidin, A. (2016). PENGARUH KEINGINTAHUAN DAN RASA PERCAYA DIRI SISWA TERHADAP HASIL BELAJAR MATEMATIKA KELAS VII MTs NEGERI I KOTA CIREBON. *Eduma: Mathematics Education Learning and Teaching*, 5(1), 9–21.
<https://doi.org/10.24235/eduma.v5i1.598>
- [13] Indriawati, P. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajarmahasiswafkip Universitas Balikpapan. *Jurnal Dimensi*, 7(1), 1–9.
<https://doi.org/10.33373/dms.v7i1.1633>
- [14] Ismawati, L. (2017). Pengaruh Media Pembelajaran dan Motivasi Berprestasi Terhadap Hasil Belajar Siswa MAN Di Kabupaten Gresik. *JPEKA: Jurnal Pendidikan Ekonomi, Manajemen Dan Keuangan*, 1(2), 091–104.
- [15] Komara, I. B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa SMP. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 33.
<https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4474>
- [16] Mon, M. T. (2012). *Jalan Mulia Menuju Kebahagiaan Abadi Intisari JALAN KESUCIAN (VISUDDHI MAGGA) Volume 1. Terjemahan Chaidir Thamrin*. Indonesia Tripitaka Center (ITC) Sumatra Utara.
- [17] Muawwanah, Ma'rufi, & Nurdin. (2020). *KORELASI ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DAN KEMANDIRIAN BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR MATEMATIKA SISWA SEKOLAH DASAR*. 3(November), 1–15.
- [18] Mulya, G., & Lengkana, A. S. (2020). Pengaruh Kepercayaan Diri, Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kependidikan Olahraga*, 12(2), 83.
<https://doi.org/10.26858/cjpk.v12i2.13781>
- [19] Ningsih, L. P. A. W., Kadek Suranata, S. P., & Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M. P. (2014). Penerapan Konseling Eksistensial Humanistik dengan Teknik Meditasi untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar pada Siswa Kelas X TITL 3 SMK Negeri 3 Singaraja. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/3913>
- [20] Novalinda, E., Kantun, S., & Widodo, J. (2018). Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Akuntansi Siswa Kelas X Jurusan Akuntansi Semester Ganjil Smk Pgr 5 Jember Tahun Pelajaran 2016/2017. *JURNAL PENDIDIKAN EKONOMI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi Dan Ilmu Sosial*, 11(2), 115.
<https://doi.org/10.19184/jpe.v11i2.6456>
- [21] Nurdianti, S., & Nurkhin, A. (2016). Peran Cara Belajar Dalam Memediasi Pengaruh Internet Sebagai Sumber Belajar Dan Kepercayaan Diri Terhadap Hasil Belajar Ekonomi. *Economic Education Analysis Journal*, 5(3), 915–915.
- [22] Pranata, J., & Wijoyo, H. (2020). Meditasi Cinta Kasih untuk Mengembangkan Kepedulian dan Percaya Diri. *Jurnal Maitreyawira*, 1(2), 8–14.
- [23] Pranoto, H. (2016). Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara. *Jurnal Lentera Pendidikan LPPM UM Metro*, 1(1), 31–48.
<https://www.mendeley.com/catalogue/1>



- adecb9b-43a3-36f0-89e2-1e56ff011f6e/?utm_source=desktop&utm_medium=1.19.4&utm_campaign=open_catalog&userDocumentId=%7B4a6fcbc5-1f62-4325-8baa-510f882c4f30%7D
- [24] Rapiadi. (2022). Pengaruh Kemandirian Belajar Siswa dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Agama Buddha. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*. Insan Cendekia Mandiri, Sumatra Barat.
- [25] Relita, D. T., & Regina, F. (2015). Hubungan antara Rasa Percaya Diri dengan Hasil Belajar Siswa Kelas Xi Sekolah Menengah Atas Karyasekadautahun Pelajaran 2014 / 2015. *Jurnal Profit*, 2(2), 122–130.
- [26] *Samyutta Nikāya (The Book Of The Kindered Sayings) Vol I. Terjemahan Davids, Rhys.* (1987). London: The Pali Text Society.
- [27] Sayadaw, P. A. T. (2013). *Ānāpāna·Ssati (Sadar Penuh pada Napas)*. Dhamma Māmaka.
- [28] Sobri, M., & Moerdiyanto, M. (2014). Pengaruh Kedisiplinan Dan Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Madrasah Aliyah Di Kecamatan Praya. *Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS*, 1(1), 43–56. <https://doi.org/10.21831/hsjpi.v1i1.2427>
- [29] Sri Indah Yulia Dewi, P., Kurniati, N., & Wahidaturrahmi, W. (2021). Pengaruh Kepercayaan Diri dan Kemampuan Komunikasi Matematika Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Griya Journal of Mathematics Education and Application*, 1(2), 122–131. <https://doi.org/10.29303/griya.v1i2.41>
- [30] Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- [31] Sulastri, Imran, & Firmansyah, A. (2015). Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Melalui Strategi Pembelajaran Berbasis Masalah Pada Mata Pelajaran IPS Di Kelas V SDN 2 Limbo mMakmur Kecamatan Bumi Raya. *Jurnal Kreatif Tadulako Online*, 3(1), 90–103.
- [32] Susilā, S. (2017). *Jalan Menuju Kebahagiaan*. Appamada Vihari Publication. Jakarta.
- [33] Susilā, S. (2018). *Mengungkap Misteri BATIN & JASMANI melalui abhidhamma. terjemahan Lisa Laksana, Feronica Laksana*. Yayasan Dhammavihari. Jakarta Barat.
- [34] Susilo, A. (2021). *Pengaruh Strategi Pembelajaran dan Kecerdasan Emosional Siswa Terhadap Kemandirian Belajar*. Insan Cendikia Mandiri.
- [35] Syam, A., & Amri. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare). *Jurnal Biotek*, 5, 87–102. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/biotek/article/viewFile/3448/3243>
- [36] Tasya Nabillah, & Abadi, A. P. (2019). Faktor Penyebab Rendahnya Hasil Belajar Siswa. *Sesiomedika*, 659–663.
- [37] *The Book of Minor Reading. 1987. Bhikkhu Ñanamoli (Trans.)*. London: PTS. (n.d.).
- [38] *The Book of the Gradual Saying Vol. I. 1989. Rhys Davids (Trans.)*. Oxford: PTS. *Aṅguttara Nikāya: Khotbah-khotbah Numerikal Sang Buddha Jilid I. 2015. Indra Anggara (Trans.)*. Jakarta: DhammaCitta Press. (n.d.).
- [39] *The Book of the Kindred Saying Vol. I. 1989. Rhys Davids (Trans.)*. Oxford: PTS. *Khotbah-khotbah Berkelompok Sang Buddha Buku I. 2010. Hendra S. & Daniel Nevada (Trans.)*. Jakarta: DhammaCitta Press. (n.d.).



-
- [40] *The Middle Length Saying Vol. I. 1990. I.B. Horner (Trans.). Oxford: PTS. Khotbah-khotbah Menengah Sang Buddha. 2013. Edi Wijaya & Indra Anggara (Trans.). Jakarta: DhammaCitta Press. (n.d.).*
- [41] *The Suttanipāta: An Ancient collection of the Buddha's Discourses. 2017. Bhikkhu Bodhi (Trans.). USA: Wisdom Publications. (n.d.).*
- [42] *The Word of the Doctrine (Dhammapada). 2000. K. R. Norman (Trans.). Oxford: PTS. (n.d.).*
- [43] Ulfah, S. M., Octaviana, D. N., & Aqila, M. (2019). Esensi Meditasi terhadap Spiritualitas Umat Buddha. *Jurnal Studi Lintas Agama*, 14(2), 269–282. [https://doi.org/DOI:](https://doi.org/DOI)
<https://doi.org/10.24042/ajsla.v14i2.5787>
- [44] Wati, I. R. (2013). No Title p. In *Pengaruh Meditasi dan Kadar Hemoglobin Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa pada Mata Kuliah Askep Maternitas di STIKES Hutama Abdi Husada Tulungagung*. Universitas Sebelas Maret. digilib.uns.ac.id
- [45] Widyanti, I. F., Sudarma, I. K., & Riastini, P. N. (2017). Kecenderungan Kualitas Rasa Percaya Diri Siswa Kelas V Sd Negeri 2 Sukasada Kabupaten Buleleng. *MIMBAR PGSD Undiksha*, 5(2).
https://www.mendeley.com/catalogue/6a0ff2da-ab7f-35aa-a276-6290fb1f804a/?utm_source=desktop&utm_medium=1.19.4&utm_campaign=open_catalog&userDocumentId=%7Bc9083b12-3274-45d4-a53b-991e610e3d1f%7D



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN