

**KORELASI ANTARA *SPIRITUALITY* DAN *HAPPINESS* PADA SANTRI
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS ABDUL WAHID HASYIM
TEBUIRENG JOMBANG**

SKRIPSI



Oleh :

Prasabda Taruna Sumardani

NIM : 16410161

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

**KORELASI ANTARA *SPIRITUALITY* DAN *HAPPINESS* PADA SANTRI
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS ABDUL WAHID HASYIM
TEBUIRENG JOMBANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada:

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana
Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Prasabda Taruna Sumardani

NIM : 1610161

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

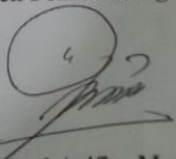
HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN
KORELASI ANTARA *SPIRITUALITY* DAN *HAPPINESS* PADA SANTRI
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS ABDUL WAHID HASYIM
TEBUIRENG JOMBANG TEBUIRENG

SKRIPSI

Oleh
Prasabda Taruna Sumardani
NIM. 16410161

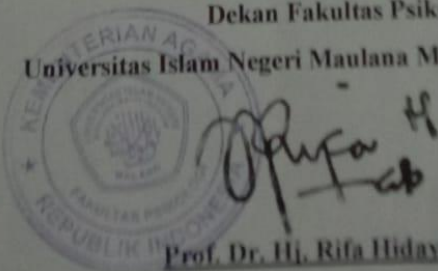
Telah disetujui oleh :
Dosen Pembimbing


Drs. Zainul Arifin, M. Ag.
NIP. 196506061994031003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang


Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si.
NIP. 197611282002122001

HALAMAN PENGESAHAN
KORELASI ANTARA *SPIRITUALITY* DAN *HAPPINESS* PADA SANTRI
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS ABDUL WAHID HASYIM
TEBUIRENG JOMBANG

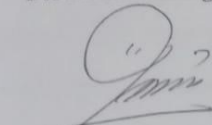
HALAMAN PENGESAHAN
KORELASI ANTARA *SPIRITUALITY* DAN *HAPPINESS* PADA SANTRI
DI SEKOLAH MENENGAH ATAS ABDUL WAHID HASYIM
TEBUIRENG JOMBANG

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 21 Juni 2023

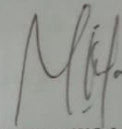
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing




Drs. Zainul Arifin, M. Ag.
NIP. 196506061994031003

Penguji Utama :



Dr. Muallifah, MA.
NIP. 198505142019032008

Anggota :

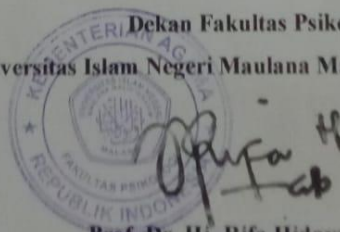


Yusuf Ratu Agung, MA.
NIP. 198010202015031002

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si.

NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Prasabda Taruna Sumardani
NIM : 16410161
Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa penelitian yang peneliti buat dengan judul "**Korelasi Spirituality dan Happiness pada Santri di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang**", adalah benar-benar hasil penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka peneliti bersedia mendapatkan sanksi akademik.

Malang, 14 Februari 2023

Yang menyatakan,



Prasabda Taruna Sumardani

NIM. 16410161

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا
فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۖ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ

“Karena sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap”.

QS Al-Insyirah (94): 5-8

(Kemenag, Quran, 2022:596)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Sembari mengucapkan Alhamdulillah atas perjuangan yang telah dilakukan.

Penelitian ini peneliti persembahkan untuk

Ibunda Anik Agustina dan Ayahanda Sumarno untuk segala hal yang mereka perjuangkan yang bisa digambarkan dalam dimensi kertas persembahan ini.

Terima kasih

Untuk nenek dan adik yang selalu menjadi penjaga setelah kedua orang tua

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, tiada kata paling indah selain puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya. Kedua kalinya, Sholawat serta salam kepada Baginda Nabi Muhammad SAW yang senantiasa dinantikan syafa'atnya di hari akhir.

Penelitian ini dilakukan untuk melengkapi salah satu persyaratan kelulusan program studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Perjalanan penyelesaian penelitian ini mengalami beragam rintangan baik secara internal maupun eksternal, namun berkat arahan dan bimbingan dari berbagai pihak, penelitian ini dapat diselesaikan. Selanjutnya ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada :

1. Prof. Zainuddin, M. Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Rifa Hidayah, M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Yusuf Ratu Agung, MA., selaku Sekretaris Prodi Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr. Zainul Arifin M. Ag., selaku Dosen Pembimbing yang sabar dan ikhlas dalam membimbing proses penyelesaian penelitian ini.
5. Dr. Yulia Solichatun, M. Psi, S. Psi., selaku Dosen Wali yang telah memonitoring dan memberikan arahan akademik peneliti, serta membantu dalam proses penyelesaian penelitian ini.

6. Bapak/Ibu dosen dan seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, khususnya bapak Faisal selaku civitas akademika Fakultas Psikologi yang turut membantu dalam proses penyelesaian penelitian ini.
7. Seluruh responden penelitian yang turut membantu dalam penelitian ini
8. Semua pihak yang telah memberikan kontribusi pada penyelesaian penelitian ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna karena terbatasnya pengetahuan serta kemampuan peneliti, untuk itu peneliti sangat terbuka dengan kritik dan saran yang membangun demi sempurnanya penelitian ini.

Demikian, semoga karya penelitian ini dapat memberi manfaat bagi semua kalangan bidang Pendidikan. Aamiin

Malang, 14 Februari 2023

Peneliti

Prasabda Taruna Sumardani

NIM. 16410161

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB 1 : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	14
C. Tujuan Penelitian.....	14
BAB II : KAJIAN TEORI.....	15
A. <i>Happiness</i>	15
1. Definisi	15
2. Indikator <i>Happiness</i>	21
3. Aspek-aspek <i>Happiness</i>	25
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Happiness</i>	30
B. <i>Spirituality</i>	32
1. Definisi.....	32
2. Indikator <i>Spirituality</i>	36
3. Dimensi <i>Spirituality</i>	39
4. Aspek-aspek <i>Spirituality</i>	39
5. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Spirituality</i>	41

C. Telaah Psikologi dan Islam.....	44
1. Teks Psikologi.....	44
2. Teks Al-Qur'an	51
D. Korelasi antara <i>spirituality</i> dan <i>happiness</i>	64
E. Hipotesa	68
BAB III : METODE PENELITIAN	69
A. Rancangan Penelitian	69
B. Identifikasi Variabel	69
C. Definisi Operasional	71
D. Strategi Penelitian.....	72
1. Pemetaan Populasi.....	72
2. Pemetaan Sampel	73
E. Instrumen Penelitian	74
F. Validitas Dan Reliabilitas	80
1. Validitas.....	80
2. Reliabilitas.....	81
G. Metode Analisis Data	81
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	84
A. Pelaksanaan Penelitian	84
B. Pemaparan Hasil Penelitian	87
1. Uji Asumsi.....	87
2. Deskripsi data dan hasil penelitian	93
C. Pembahasan	98
BAB V : PENUTUP	107
A. Kesimpulan.....	107
B. Saran	108
DAFTAR PUSTAKA	110
LAMPIRAN-LAMPIRAN	118

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Analisis Komponen Teks Psikologi	48
Tabel 2. 2 Analisis Surat Al-An'am (6): 14.....	52
Tabel 2. 3 Analisis Surat Al-Qashash (28): 77.....	54
Tabel 2. 4 Analisis Komponen Teks Al-Qur'an	56
Tabel 2. 5 Tabulasi dan Inventorisasi Teks Al-Qur'an	59
Tabel 3. 1 <i>Blue Print</i> Skala <i>Spirituality</i>	76
Tabel 3. 2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Happiness</i>	79
Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas Skala <i>Spirituality</i>	88
Tabel 4. 2 Hasil Uji Validitas Skala <i>Happiness</i>	89
Tabel 4. 3 Hasil Reliabilitas Skala <i>Spirituality</i> dan <i>Happiness</i>	91
Tabel 4. 4 Hasil Uji Normalitas	92
Tabel 4. 5 Hasil Uji Linieritas	93
Tabel 4. 6 Deskripsi Data <i>Spirituality</i>	93
Tabel 4. 7 Deskripsi Data <i>Happiness</i>	94
Tabel 4. 8 Hasil Uji Korelasi	96
Tabel 4. 9 Hasil Uji Regresi Linier Model ANOVA	97
Tabel 4. 10 Hasil Uji Aspek <i>Spirituality</i> dan <i>Happiness</i>	97

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pola Teks Psikologi.....	47
Gambar 2. 2 Peta Konsep Teks Psikologi.....	50
Gambar 2. 3 Peta Konsep Teks Al-Qur'an	58
Gambar 2. 4 Pola Teks Al-Qur'an	62
Gambar 3. 1 Hubungan <i>Spirituality</i> dengan <i>Happiness</i>.....	70

ABSTRAK

Sumardani, Prasabda Taruna. 2023. *Korelasi Antara Spirituality Dan Happiness Pada Santri Di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang*. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Pembimbing: Drs. Zainul Arifin, M. Ag.

Dalam konteks perkembangan, seiring perkembangan diri santri yang menempatkan dirinya pada masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa seringkali mengalami kondisi *storm and stress* yang ditandai dengan adanya gejala tinggi dalam menghadapi berbagai macam masalah dalam kehidupannya di keluarga, sekolah ataupun lingkungan kawan sebayanya. Pandangan ini menjadikan diri santri sebagai pihak yang sulit mendapatkan kebahagiaan diri (*happiness*) karena santri (remaja) dituntut untuk bersikap layaknya orang dewasa, disisi lain santri (remaja) tidak mendapatkan kebebasannya. Santri (remaja) yang mengalami penyesuaian buruk cenderung mengalami ketidakbahagiaan. Akan tetapi, santri (remaja) dalam masa pembelajarannya di Pesantren tidak hanya mendapatkan ilmu duniawi melainkan nilai-nilai *ubudiyah* kepada Allah didalam kehidupannya yang sudah melekat menjadi rutinitas atau tradisi *spiritual* dalam Pesantren seperti sholat, zikir, tirakat, dan sebagainya.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat *spirituality*, untuk mengetahui tingkat *happiness* dan juga membuktikan adanya korelasi antara *spirituality* dan *happiness* pada Santri di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang.

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan Krejcie dan Morgan serta didukung oleh pendapat Arikunto sebanyak 125 responden. Terdapat satu variabel bebas yaitu *spirituality* dan satu variabel terikat yaitu *happiness*. Instrument yang digunakan untuk mengukur *spirituality* diadopsi dari Rahmat Aziz yang dikembangkan oleh Lynn Underwood, *daily spiritual experience scale*. Pengukuran *happiness* diadaptasi dari Wafa yang menggunakan pendapat Imam Al-Ghozali dalam kitabnya yang berjudul *kimiya sa'adah*.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat *spirituality* tinggi sebanyak 13,6%, sedang 74,4%, dan rendah 12%. Tingkat *Happiness* tinggi sebanyak 16%, sedang 68%, dan rendah 16%. Hasil uji korelasi menunjukkan terdapat signifikansi antara *spirituality* dan *happiness* ditunjukkan dengan nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000. Hasil analisis data menunjukkan H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, Tinggi rendahnya *spirituality* memberikan dampak terhadap tinggi rendahnya *happiness*.

Kata kunci : *spirituality, happiness*.

ABSTRACT

Sumardani, Prasabda Taruna. 2023. *Correlation Between Spirituality and Happiness Among Students at Abdul Wahid Hasyim Tebuireng High School, Jombang.*

Supervisor : **Drs. Zainul Arifin, M. Ag.**

In the context of development, as individuals go through the transition from childhood to adulthood, they often experience a condition known as "storm and stress," characterized by high turmoil in facing various problems in their lives, be it in the family, school, or peer environment. This view considers students as individuals who find it difficult to attain personal happiness due to the expectations placed upon them to behave like adults, while at the same time, they do not enjoy the same level of freedom as adults. Students who experience poor adjustment tend to experience unhappiness. However, during their learning process at the Pesantren, students not only acquire worldly knowledge but also imbibe spiritual values in their lives, which have become ingrained routines or spiritual traditions in the Pesantren, such as prayer, remembrance of God (zikir), self-discipline (tirakat), and so on.

The purpose of this study is to determine the level of spirituality, assess the level of happiness, and establish the correlation between spirituality and happiness among students at Abdul Wahid Hasyim Tebuireng High School in Jombang. This study employs a quantitative approach. The sampling technique used is Krejcie and Morgan's method, supported by Arikunto's opinion, resulting in 125 respondents. The independent variable is spirituality, while the dependent variable is happiness. The instrument used to measure spirituality is adapted from Rahmat Aziz and developed by Lynn Underwood, called the Daily Spiritual Experience Scale. The measurement of happiness is adapted from Wafa, which utilizes the opinion of Imam Al-Ghazali in his book titled "*Kimiya Sa'adah.*"

The results of the study show that 13.6% of the respondents have a high level of spirituality, 74.4% have a moderate level, and 12% have a low level. As for happiness, 16% of the respondents have a high level, 68% have a moderate level, and 16% have a low level. The correlation test results indicate a significant relationship between spirituality and happiness, with a significance value of 0.000. The data analysis supports the rejection of the null hypothesis (Ho) and the acceptance of the alternative hypothesis (Ha). This means that the level of spirituality has an impact on the level of happiness.

Keywords: spirituality, happiness.

خلاصة

العنوان: الارتباط بين الروحانية والسعادة بين الطلاب في مدرسة عبد الواحد حسيم تيبورينغ الثانوية جومبانج.

في سياق التطور، مع تطور الفرد وانتقاله من مرحلة الطفولة إلى مرحلة البلوغ، يواجه الطلاب غالبًا حالة من الاضطراب والضغط العالية في مواجهة مشكلات مختلفة في حياتهم، سواء في الأسرة أو المدرسة أو بيئة الأقران. تعتبر هذه النظرة الطلاب كأفراد يصعب عليهم تحقيق السعادة الشخصية بسبب الضغوط المفروضة عليهم للتصرف كالبالغين، في حين لا يتمتعون بنفس درجة الحرية التي يتمتع بها البالغون. يميل الطلاب الذين يعانون من ضعف التكيف إلى تجربة العدم سعادة. ومع ذلك، في المدرسة الدينية، بالإضافة إلى اكتساب المعرفة الدنيوية، يتلقى الطلاب تعاليم وقيم روحانية مثل الصلاة، وذكر الله، والتقرب إليه وغيرها، والتي أصبحت جزءًا من الروتين اليومي أو التقاليد الروحانية في المدرسة الدينية.

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد مستوى الروحانية، وتقييم مستوى السعادة، وإثبات الارتباط بين الروحانية والسعادة بين الطلاب في مدرسة عبد الواحد حسيم تيبورينغ الثانوية في جومبانج. تستخدم هذه الدراسة منهجًا كميًا. تم اختبار عينة الدراسة باستخدام طريقة كرجيس ومورجان، بدعم من رأي أريكونتو، وبلغت مستجيبًا. المتغير المستقل في هذه الدراسة هو الروحانية، في حين أن المتغير المعتمد هو السعادة. يتم 125 استخدام أداة القياس لمستوى الروحانية والتي تم اعتمادها من رحمة عزيز وتطويرها من قبل لين أندروود وتسمى "مقياس التجربة الروحانية اليومية". أما لقياس مستوى السعادة، فقد تم استجاءها من وفاء واستناداً "إلى رأي الإمام الغزالي في كتابه المعنون "كيمياء السعادة".

أظهرت نتائج الدراسة أن 13.6% من المستجيبين لديهم مستوى عالٍ من الروحانية، و74.4% لديهم مستوى متوسط، و12% لديهم مستوى منخفض. أما بالنسبة للسعادة، فإن 16% من المستجيبين لديهم مستوى عالٍ و68% لديهم مستوى متوسط، و16% لديهم مستوى منخفض. أظهرت نتائج اختبار الارتباط وجود علاقة ذات دلالة بين الروحانية والسعادة بقيمة دلالة تبلغ 0.000. تحليل البيانات أيضًا يدعم رفض الفرضية وهذا يعني أن مستوى الروحانية يؤثر على مستوى السعادة. (Ha) وقبول الفرضية البديلة (Ho) الصفرية.

الكلمات الدالة: الروحانية، السعادة

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kajian tentang spiritualitas menjadi tema menarik dalam kajian yang dilakukan dalam diskursus psikologi transpersonal maupun psikologi agama. Pada era 1960-an, sebuah studi eksperimen yang dikembangkan oleh Timothy Leary (seorang Psikolog Klinis dari Havard) dan temannya Richard Alpert berawal daripada proyek yang dibentuk Leary untuk mempelajari zat psikedelik pada berbagai subyek termasuk mahasiswa, penulis, seniman, dan tahanan menemukan hasil yang luar biasa perubahan perilaku seperti penurunan rasa permusuhan, sinisme, depresi dan meningkatkan optimisme, toleransi, perencanaan dan kemampuan bersosialisasi (Penner, 2014:6). Dari hasil temuan ini, Leary dan Alpert mulai mencari-cari deskripsi lain selain psikologi dan sains untuk mengungkapkan apa yang terjadi pada kesadaran seseorang selama pengalaman psikedelik, dikarenakan kegagalan proyek ini dalam menggunakan metode ilmiah-eksperimen akibatnya proyek ini mulai memanfaatkan metafora Agama.

Penelitian terakhir Leary untuk mengeksplorasi pengalaman *religious* menggunakan zat psikedelik menghasilkan bahwa psicybin dapat menghasilkan “*authentic religious experience*”. Inilah yang memberikan motivasi kepada Leary untuk mendirikan League of Spiritual Discovery dengan struktur *belief* yang dinamai mantra: *turn on, tune in, drop out*. Namun,

berbeda apa yang dilakukan Alpert yang mulai melirik tradisi dari Timur khususnya India disaat kondisi pintu Barat dan Timur mulai terbuka, Alpert menemukan guru spiritualnya disana bernama Maharajji, pengalaman ini tertuang dalam tulisannya di buku "*Be Here Now*" tradisi-tradisi dari Timur seperti Hinduisme, Yoga, Budhisme Tibet, Zen Budhisme mulai menjadi perhatian khusus oleh orang-orang Barat khususnya Alpert akibat kejenuhan dan rasa frustrasi yang sedang melanda di dunia Barat, krisis kemanusiaan yang terjadi ini mereka menggunakan tradisi spiritual di belahan Timur sebagai acuan demi mendapatkan pencerahan pengalaman spiritual (Lander, 2014:176).

Dari sinilah, menggambarkan sebuah jembatan baru yang menghubungkan antara yang kuno dan modern, antara spiritualitas dan psikologi. Di Indonesia, kegiatan *spiritual* bisa terlihat di Pesantren sebagai Pendidikan khusus berbasis keagamaan Islam yang mana santri dibekali *spirit* keagamaan dengan cara melakukan berbagai macam tirakat. Pembiasaan tradisi-tradisi spiritual di Pesantren ini mulai tertanamkan oleh santri demi menjadikan tradisi ini hidup di dalam aktifitas kesehariannya sehingga para santri bisa dikatakan mempunyai apa yang dinamakan pengalaman *spiritual*.

Meskipun menurut Frankl, bahwa maksud dari pemahaman spiritualitas tidak mengandung arti agama. Spiritual diartikan sebagai inti kemanusiaan, sumber makna hidup, dan potensi-potensi kualitas dari berbagai kemampuan yang dimiliki manusia. Akan tetapi, Pandangan spiritualitas yang dieksplorasi oleh aliran Transpersonal tidak terlepas dari agama, Spiritualitas dan agama

memiliki korelasi positif, seperti pada pergantian abad-21 penelitian yang pertama kali dilakukan telah terjadi peningkatan perhatian khusus terhadap agama dan spiritualitas bagi kalangan psikolog, yang mana mulai mengaitkan agama dengan prasangka, agresi, peperangan, konflik, kemiskinan, moralitas, aspirasi, inspirasi dan sebagainya (Frankl, 1959:160; Paloutzian & Park, 2005:21). Data empiris tentang spiritualitas dan religiusitas telah diteliti beberapa peneliti seperti Davis, Kerr, dan Robinson, mereka mencoba memahami realita religiusitas dan spiritualitas dengan menganalisa sejumlah hasil penelitian. Dari hasil tersebut, mereka menyimpulkan bahwa religiusitas dan spiritualitas dapat dipisahkan secara konseptual karena religiusitas memiliki konsep teologi dan formalitas yang tidak dimiliki oleh spiritualitas, tetapi dalam realitas kehidupan keduanya saling berkaitan (Davis, Kerr, & Robinson, 2003; Yulmaida & Diah 2016:71; Sastrodiharjo & Suraji, 2020:169). Senada dengan yang disampaikan Zwingmann, Klein, dan Bussing bahwa subyek penelitian mereka mengatakan bahwa mereka adalah orang-orang yang religius sekaligus spiritual (Zwingmann, Klein, & Bussing 2011:351; Yulmaida & Diah 2016:71; Sastrodiharjo & Suraji, 2020:169).

Pesantren yang merupakan salah satu lembaga Pendidikan ajaran Islam yang memberikan pengajaran guna membentuk pribadi muslim secara positif dan meningkatkan pribadi yang agamis. Menurut Mul Khan (1998:189) tujuan pondok pesantren adalah merealisasikan nilai-nilai ubudiyah kepada Allah di dalam kehidupan individu maupun masyarakat yaitu mengembangkan pikiran, serta mengatur tingkah laku manusia sesuai dengan ajaran Islam. Sebagaimana

penelitian yang dilakukan Affandi menjelaskan bahwa kondisi kesejahteraan psikologis dapat dilihat dengan adanya sikap sopan santun yang mereka tampilkan pada orang tua dan sikap *ta'dzim* dengan kyai. Dan senantiasa melakukan sesuatu yang lebih dari sebelumnya seperti mengaji, menghafal, terbiasa hidup sederhana dan mengatur segala aktivitasnya sendiri. Tentu hal ini membutuhkan proses yang panjang sehingga tidak menutup kemungkinan masih ada siswa atau santri di pesantren yang belum mengembangkan kesejahteraan psikologisnya (Affandi, 1999:30; Ifah & Lisnawati, 2018:192).

Seiring dengan perkembangan diri manusia, santri yang memasuki masa remaja menjadi masa yang sulit dalam pencarian jati diri, begitupun juga dengan orang-orang sekitarnya yang menyertai perjalanan remaja tersebut baik secara langsung maupun tidak langsung. Menurut Zena et al., (2008:88), masa remaja adalah semua tentang, sebagai orang muda yang mulai menggunakan kemampuan mereka untuk berpikir di luar nyata menuju yang ideal, melampaui sesuatu yang actual menuju yang mungkin dalam imajinasi mereka, dan melampaui masa sekarang menuju sejumlah masa depan yang dibayangkan. Tentunya, hal ini membutuhkan institusi yang dinamis dan ideologi budaya yang dapat mengatasi masalah tersebut. Ideologi yang menghindari kekerasan dan materialisme lebih disukai dan keprihatinan spiritual adalah pertanyaan yang mendesak

Menurut Erikson, masa remaja merupakan masa untuk mengeksplorasi dirinya, berusaha mencari kebebasan dan otonomi berdasarkan banyak pilihan hidup pribadi dan sosial yang ditawarkan padanya. Meskipun remaja

mendapatkan otonomi pada dirinya, remaja juga membutuhkan dukungan sosial untuk menginspirasi dan membimbingnya. Sebaliknya, apabila mendapatkan pembatasan dan kadang-kadang pelarangan dari orangtua dan masyarakat maka remaja akan mengalami hambatan sehingga remaja gagal membentuk identitas dirinya, perasaan rendah diri muncul, yang berakibat pada pembentukan identitas diri yang tidak utuh ditandai dengan kebingungan serta kebosanan, yang membuatnya mengalami krisis identitas (Santrock, 2012:383).

Menurut Berger dan Luckman identitas diri berasal dari dialektika antara individu dan masyarakat. Dalam dialektika ini, individu membentuk identitas diri ketika menemukan tempatnya di dunia. Bagaimana anak-anak belajar dari orang tua, terlibat dengan dunia orang tuanya untuk membentuk identitas dirinya, menjadi apa yang diinginkan dan terkait dengan nilai-nilai yang ingin dihayati. Pertanyaan-pertanyaan mendasar seperti siapa (*who*), mengapa (*why*), apa (*what*), dapat membantu remaja dalam menjelajahi perjalanan spiritualitasnya (Kurniawan, 2018:3; Mustakim, et al., 2020:13). Menurut Templeton dan Eccles, perkembangan spiritual dapat menjadi langkah awal terbentuknya identitas spiritual yang ditentukan oleh bagaimana pemaknaan hidup, nilai, tujuan tertinggi individu, yang mana didalamnya terdapat peran tradisi budaya, keagamaan tertentu dalam membentuk wawasan dan kebijaksanaan diri individu baik itu secara sendiri, ataupun bersama. (Kurniawan, 2018:6; Zena et al., 2008:82).

Pesantren Tebuireng yang mana merupakan salah satu pesantren tertua di Indonesia memiliki tradisi keilmuan yang unik. Realitas menunjukkan bahwa keilmuan yang terbangun di Pesantren tidak hanya berdasarkan sesuatu yang rasional saja, melainkan ada dimensi spiritual yang mengiringi. Kegiatan keagamaan banyak dijumpai di Pesantren seperti sholat lima waktu, membaca Al-Qur'an, *wirid*, *zikir*, belajar kitab kuning, salaman kepada *kyai*, berdo'a di Makam KH Hasyim Asyari, pembacaan surat al-waqiah setelah shubuh, pembacaan surat al-Kahfi setiap Jum'at, dan lain-lain.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada salah satu *kyai* yang pernah menjadi santri Tebuireng, mengatakan bahwa ini bukanlah tradisi melainkan praktek-praktek ritual Islam dari pengembangan Al-Qur'an dan Hadist. Karena menurut partisipan tradisi merupakan sesuatu hal yang abstrak dan tidak tertulis dari mitos-mitos yang beredar yang pernah dilakukan oleh nenek moyang dan diturunkan kepada generasi selanjutnya. Sedangkan kegiatan ini bukanlah tradisi melainkan praktek-praktek yang memiliki landasan kebenaran Al-Qur'an dan Hadist. Praktek-praktek ini bermula dari para *auliyya* dan para *walisongo* yang mengajarkan syariat Islam menggunakan metode seni atau ritual yang telah melekat oleh penduduk tanah jawa saat itu. Kemudian, metode ini digunakan bagi penerus selanjutnya terutama KH. Hasyim Asyari dalam menyebarkan ajaran Islam di Tebuireng. KH Hasyim Asyari menuntut para santrinya untuk selalu taqdim kepada gurunya. Oleh karena itu, begitu taqdimya kepada guru meskipun sang guru atau *kyai* telah meninggal para santri tetap mendoakan. Para santri melakukan

do'a itu bukan meminta kepada orang yang mati seperti yang dulu pernah dilakukan para orang-orang Jawa sebelum Islam datang. Ketika Islam datang, tradisi meminta-minta ini dirubah oleh para *walisongo* dengan implementasi sisi religi untuk mendekatkan diri kepada sang ilahi tanpa mengabaikan landasan atau ideologi umat islam yaitu Al-qur'an dan Hadist.

Dari penjelasan tersebut, Pesantren dan tradisi spiritualitas sudah menjadi identitas yang saling melekat, khususnya pesantren-pesantren salaf yang ada di Indonesia. Sebagaimana sejarah perkembangan pesantren yang telah diungkapkan oleh Suryadi Siregar, Pesantren berkaitan erat dengan tradisi Islam sendiri, tempat pendidikan yang khas bagi kaum sufi yaitu tarekat. Pendapat ini dibuktikan dengan penyiaran Islam pertama kali dalam bentuk kegiatan tirakat, amalan dan wirid. Pemimpin organisasi disebut kyai dan pengikutnya diwajibkan untuk melakukan *suluk*, selama empat puluh hari dengan cara tinggal bersama. Untuk keperluan *suluk* ini, kyai membangun tempat khusus penginapan di kanan kiri masjid, guna keperluan mengajarkan amalan-amalan tarekat dan mengajarkan agama sesuai dengan cabang ilmu pengetahuan agama Islam. Ini membuktikan bahwa peran pesantren dan tradisi spiritualitas dalam pesantren sudah menjadi ciri khas yang melekat dan menjadi identitas pesantren, khususnya pesantren salaf (Siregar, 1996:2; Budi, 2018:46).

Menurut Underwood dan Teresi, bahwa pengalaman spiritualitas diartikan sebagai persepsi individu tentang adanya suatu yang bersifat transenden dan keterlibatan individu terhadap peristiwa-peristiwa yang transenden dalam

kehidupan sehari-hari (Underwood & Teresi, 2002:23; Yohanes, 2019:3). Spiritualitas pada remaja akhir ditandai dengan penyesuaian diri dengan teman sebayanya dan upaya refleksi diri dalam mencari makna atau tujuan hidupnya. Seperti yang diungkapkan Fowler (1981), bahwa tahap iman pada remaja akhir masuk pada tahap ketiga, remaja berusaha mencari makna hidupnya sehingga untuk pertama kalinya remaja menggunakan pemikiran *operasional* (Yohanes 2019:3; Gathman & Nessian, 1997:410).

Spiritualitas menggambarkan bentuk pengalaman individu, dimana *religiousness* datang sebagai kepercayaan individu yang bersifat institusi dan praktek keagamaan. Meminjam pemikiran dari Koenig, McCullough, dan Larson (2001), agama adalah system kepercayaan yang terorganisir, praktek, ritual, dan simbol sebagai fasilitas untuk kedekatan kepada sesuatu yang suci atau yang bersifat transenden seperti *God*, kekuatan yang lebih besar, atau kebenaran tertinggi dan juga memelihara, mendidik, serta memberikan pemahaman terkait hubungan individu dan tanggung jawabnya di lingkungan bersama atau komunitas (Pamela & Peter, 2006:384; Paloutzian & Park, 2005:183). Sedangkan spritualitas adalah kualitas individu termasuk dalamnya karakter, kepribadian, atau watak dengan tendensi yang mengarah pada yang transenden ataupun keterhubungan pada sesuatu yang melampaui diri sendiri. Menurut Benson, et al., (2003:205) menjelaskan bahwa perkembangan spiritual merupakan proses pertumbuhan menuju manusia yang hakiki, dimana tertanam pada diri individu sesuatu yang lebih mulia daripada dirinya atau biasa disebut yang suci. Hal tersebut mendorong individu untuk melakukan

kontribusi dan mencari pemaknaan, tujuan, serta keterhubungan dengan yang suci. Pola tersebut terbentuk antara didalam dan diluar tradisi keagamaan, kepercayaan, serta praktik.

Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa adanya korelasi antara spiritualitas dengan kesehatan mental dan kebahagiaan, penelitian yang dilakukan oleh Maselko dan Kubzansky (2006:2848) yang menemukan bahwa kegiatan keagamaan dan pengalaman spiritual berkorelasi secara signifikan terhadap tingkat kebahagiaan dan kesehatan mental. Penelitian lain yang sejenis dilakukan di Indonesia oleh Aziz (2011:10) yang menemukan bahwa spiritualitas berkorelasi positif dengan tingkat kebahagiaan, semakin tinggi tingkat spiritualitas seseorang maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya. Hasil penelitian lain dilakukan oleh Purnawinadi (2012:37) menemukan bahwa hubungan intervensi perawatan spiritual dan tingkat stress fisiologis maupun psikologis pada pasien penderita diagnose gagal jantung memiliki hubungan yang signifikan, artinya intervensi perawatan spiritual dapat digunakan untuk menurunkan stress. Senada dengan, Penelitian yang dilakukan oleh Aditama (2017:59) adanya korelasi negative antara spiritualitas dengan tingkat stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dari beberapa penelitian diatas, yang menyangkut kaitan antara spiritualitas dan *happiness* membuktikan adanya korelasi positif antara spiritualitas dan *happiness*. Semakin tinggi spiritualitas individu maka semakin tinggi pula tingkat *happiness*, begitupun sebaliknya.

Menurut Seligman (2002:177) *happiness* diartikan sebagai emosi positif yang melibatkan masa lalu (*satisfaction of the past*), masa depan (*optimism of the future*), dan masa sekarang (*happiness of the present*). Banyak orang menyakini bahwa kita bisa mendapatkan kebahagiaan secara cepat sehingga mereka menggunakan jalan pintas untuk menuju kebahagiaan, kegembiraan, kegairahan, dan kenyamanan, mengarahkan pada orang yang di tengah kekayaannya namun kelaparan secara rohani/spiritual. Sedangkan orang-orang yang menggunakan kekuatannya dan kebajikan dalam dirinya, bukan dari jalan pintas yang diambil, perasaan positif inilah yang disebut *authentic happiness*. Untuk menuju itu, manusia mencari kebahagiaan (*happiness*) dengan bermacam cara. Kebahagiaan diri (*happiness*) terletak pada kemampuan tiap individu sebagai bentuk aktualisasi dirinya secara optimal. Terbitnya perasaan positif dan kegiatan positif tanpa adanya unsur paksaan. Sehingga individu mendapatkan pengalaman batin/spiritual, yang mana seseorang dapat menikmati rasa syukur dan merasakan emosi yang positif baik di masa lalu, sekarang, dan masa depan.

Dalam penjelasan tersebut, tidak heran bahwa setiap manusia (khususnya remaja) berusaha untuk memperoleh kebahagiaan diri (*happiness*) dalam kehidupannya. Setiap individu memiliki tujuan hidup yang sama yaitu mencapai kebahagiaan, Richard menjelaskan tujuan hidup tertinggi yang diinginkan individu adalah menjadi kaya dan bahagia. Dengan kekayaan individu dapat memiliki segala yang diinginkan, terpenuhinya kebutuhan

membuat individu merasakan kepuasan berupa kebahagiaan yang diimpikan (Puspitorini, 2012:1; Maharani, 2015:2).

Dalam konteks ini, seiring perkembangan diri remaja seringkali mengalami kondisi *storm and stress* yang ditandai dengan gejolak tinggi dalam menghadapi masalah. Kajian psikologi menempatkan remaja sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa awal. Menurut Santrock (2012:23), perubahan baik fisik, psikis, emosi, psikoseksual, intelektual dan pemahaman tentang dirinya terjadi pada masa remaja, yang mana dimulai dengan adanya pubertas hingga ditutup dengan fase dewasa awal menjadikan masa remaja adalah masa yang memiliki rentang waktu cukup lama mulai dari fase remaja awal (usia 10-14 tahun) sampai dengan fase remaja akhir (14-18 tahun). Pandangan ini menjadikan diri remaja sebagai pihak yang sulit untuk mendapatkan kebahagiaan diri karena satu sisi remaja dituntut untuk bersikap layaknya dewasa dan disisi lain remaja dibelenggu kebebasannya. Remaja yang memiliki penyesuaian diri buruk, cenderung mengalami ketidakbahagiaan sepanjang masa remaja. Ketidakbahagiaan itu timbul bukan dikarenakan masalah lingkungan, melainkan masalah pribadi (Hurlock, 1980).

Menurut Aristoteles mengatakan bahwa kebahagiaan adalah puncak tertinggi dari semua kebaikan (Ryff, 1989:1070). Pada dasarnya, Hietzman (2010) *happiness* terbentuk karena adanya kesadaran diri (*self-awareness*), sementara unsur pembentuk kesadaran diri adalah konsep diri (*self-concept*), dan konsep diri berhubungan erat dengan kepercayaan diri (*self believe*), kepercayaan diri membentuk spiritualitas (Kuniyo, 2020:6; Wahidin,

2017:58). Menurut Myers, *Happiness* pada masa remaja menempatkan diri sebagai bentuk sikap optimis, rasa senang, kepercayaan diri dan kenyamanan (Rusdiana, 2017:41; Wahidin, 2017:58; Fauqiyah, 2010:33). Hurlock (1997:21) mengungkapkan bahwa factor-faktor yang penting dalam masa dewasa adalah keluarga, persahabatan, kekayaan, dan kehidupan budaya. Sedangkan pada masa remaja dan anak-anak lebih mementingkan popularitas dan penerimaan diri di lingkungan teman-temannya.

Secara umum, seseorang yang lebih spiritual ditemukan lebih bahagia berdasarkan laporan diri dan kemungkinan dia merasa bahagia karena merasa lebih terhubung dengan orang-orang dan puas dengan kehidupannya. Hil, Peter, Pargament, Kenneth (2008) mengidentifikasi adanya signifikansi antara agama, spiritualitas, dan kesehatan (Awasthi, 2019:105). Salah satu factor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah spiritualitas. Seperti yang diungkapkan Puspitorini (2011:109) dalam penelitiannya peristiwa yang membuat responden remaja laki-laki bahagia adalah peristiwa yang berhubungan dengan prestasi, spiritualitas, teman, dan waktu luang. Penelitian yang juga dilakukan oleh Shah, et al (2017:45) tentang studi korelasi: spiritualitas dan *happiness* pada masa remaja menggunakan alat ukur *daily spiritual experience* (DSE) dan *Subjective Happiness Scale* (SHS). Dalam penelitian tersebut, menghasilkan korelasi positif antara variable spiritualitas dan *happiness*.

Secara inheren dengan kehidupannya, mereka mencoba menemukan kedamaian dan harmoni makna hidup dalam segala hal yang dia lakukan.

Orang yang percaya dan memiliki kesadaran tinggi akan kekuatan tinggi diluar dunia fisik yang menjaga umat manusia, menjadi lebih muda untuk hidup lebih bahagia. Perkembangan spiritualitas dan *happiness* meningkat seiring dengan bertambahnya usia dewasa.

Disisi lain, remaja dalam lingkungan Pesantren dituntut untuk beradaptasi, yang mana perubahan dukungan sosial keluarga dan masyarakat diganti dengan lingkungan Pesantren yang didalamnya terdapat ustad atau ustadzah, dan juga teman-teman sebaya. Berdasarkan hasil wawancara dengan santri yang juga bersekolah di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang, sebagian santri mengalami kesusahan dalam menyesuaikan diri dengan kegiatan di Pesantren, tugas-tugas, serta aturan-aturan yang ketat sehingga membuat mereka terbebani sehingga mengurangi kebahagiaan (*pre-eliminary* riset, 20 Desember 2022).

Dari penjelasan diatas, kebutuhan akan kebahagiaan penting bagi keberlangsungan hidup khususnya remaja atau santri untuk perkembangan dirinya. Fase remaja seringkali mengalami kondisi *strom and stress* sehingga menjadikan remaja dalam masa pencarian identitas diri. Dengan kebahagiaan, mampu membentuk kepribadian yang sehat serta kehidupan sosial yang baik. Fenomena yang terjadi saat ini, seringkali remaja melibatkan sesuatu yang bersifat *transenden* atau Maha Pencipta dalam mencari kebahagiaan. Hal ini bisa dilihat pada kegiatan keagamaan yang dijalani seorang santri dalam menuntut ilmu di Pesantren. Kegiatan keagamaan ini melibatkan unsur spiritual didalamnya. Pada kenyataannya, ada beberapa yang tidak melakukan

ini dan beberapa melakukan kegiatan ini dan ada juga yang hanya ikut saja tanpa mengetahui makna dan tujuannya. Hal ini yang menjadikan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini yang mana menghubungkan antara spiritualitas dan *happiness* pada santri dilihat daripada praktek-praktek keagamaan yang telah dijalankan.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *spirituality* pada santri di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang?
2. Bagaimana tingkat *happiness* pada santri di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang?
3. Adakah hubungan antara *spirituality* dan *happiness* pada santri di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat *spirituality* pada santri di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang.
2. Untuk mengetahui tingkat *happiness* pada santri di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang.
3. Untuk membuktikan korelasi antara *spirituality* dan *happiness* pada santri di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Happiness*

1. Definisi

a. Etimologi

Pada dasarnya, apa yang dicari setiap orang dalam kehidupannya di dunia ini? Tentu, jawabannya bermacam-macam. Akan tetapi, ada satu jawaban yang disepakati bersama, yaitu mencari kebahagiaan (*pursuit of happiness*). Itulah bawaan alami atau fitrah yang dimiliki manusia, siapapun atau apapun gelarnya, baik pria maupun wanita, tua-muda, semua menginginkan kebahagiaan (Nasrullah, 2017:5).

Kata *Happiness* dalam APA dictionary diartikan sebagai “*an emotion of joy, gladness, satisfaction, and well-being*” (dictionary.apa.org, diakses pada 20/05/2022). Sedangkan dalam Bahasa Indonesia kata *happiness* diartikan sebagai “kebahagiaan” yang artinya kesenangan, keberuntungan dan ketentraman hidup yang bersifat lahir dan batin (kbbi.co.id, diakses pada 20/05/2022).

Menurut Seligman, Kebahagiaan adalah emosi positif yang melibatkan masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Emosi positif yang melibatkan masa lalu seperti merasa memiliki kebanggaan, ketenangan, kepuasan dan merasa terpenuhi. Emosi positif masa sekarang melibatkan kenikmatan sesaat dan kenikmatan yang lebih

abadi didapatkan dari aktifitas-aktifitas yang membuat individu terlibat penuh dalam aktifitas tersebut. Sedangkan emosi positif masa depan melibatkan optimism, harapan, kepercayaan, keyakinan dan kepastian (Seligman, 2002:177; Carr, 2004:1).

Menurut Diener, et al., (2009:20) *happiness* bersifat fungsional sebagai komponen kehidupan yang berharga berfungsi sebagai sumber daya yang tanpa disadari diambil individu dalam upaya mereka menuju tingkat kesuksesan, kebaikan dan kesehatan. Oleh karena itu, upaya meningkatkan kebahagiaan menjadi penting tidak hanya bagi individu, tetapi juga bagi masyarakat. Menurut Tamir, et al., *happiness* atau kebahagiaan merupakan refleksi diri dari perasaan yang baik, serta memiliki menikmati kepuasan tersebut akan semua kebutuhan dasar dalam hidupnya (Tamir, et al, 2017:1456; Grimaldy, 2017:102).

Secara eksplisit, Imam Al-Ghazali dalam kitabnya yang berjudul “*kimiya as-sa’adah* halaman ke-18” mengatakan bahwa kebahagiaan adalah kenikmatan, kesenangan, dan kenyamanan yang dirasakan sesuai dengan tabiatnya (tujuan penciptaannya), seperti contoh kenikmatan mata dirasakan ketika melihat keindahan pemandangan, lidah bahagia ketika merasakan kenikmatan rasa, telinga bahagia ketika merasakan kenikmatan mendengar suara atau nada yang indah. Kebahagiaan tertinggi manusia dan kenikmatan untuknya adalah *makrifatullah* (mengenal Allah), pencipta dan pemelihara bagi

dirinya. Untuk menggapainya, dibutuhkan kesadaran tinggi sebagaimana Rasulullah SAW bersabda: “*man arofa nafsahu, faqod arofa rabbahu*”, yang artinya barang siapa yang mengenal dirinya, maka mengenal Tuhannya. Pengetahuan tentang Allah (Kebesaran Allah) merupakan puncak daripada pengetahuan itu sendiri sehingga ketika orang yang berhasil meraihnya pasti akan merasakan puncak kesenangan atau kebahagiaan.

Dari pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa *happiness* atau kebahagiaan adalah emosi positif suatu hasil dari penilaian terhadap diri individu selama masa hidupnya, menghasilkan efek positif seperti kepuasan hidup, optimisme dan kegembiraan. Dan kebahagiaan hakiki adalah *makrifatullah* (mengetahui Allah), yang mana hal itu bisa diraih dengan pengetahuan dalam memahami segala bentuk kebesaran Allah, untuk mencapai itu diperlukan kesadaran tinggi.

b. Terminologi

Menurut Carr (2004:42) dalam bukunya yang berjudul *Positive Psychology*, mengatakan bahwa orang yang dikatakan bahagia adalah yang memiliki keterbukaan diri, optimisme, memiliki *self-esteem* yang tinggi, dan *locus of control* dalam dirinya, pola pengasuhan dan *role model* yang baik salah satu unsur penting dalam mengembangkan itu. Kebahagiaan yang autentik adalah kebahagiaan

yang diperoleh dari meningkatkan kualitas diri sendiri, daripada membandingkan diri dengan orang lain.

Diener menyatakan bahwa kebahagiaan mempunyai makna yang sama dengan *subjective well-being*, dimana terbagi atas dua komponen didalamnya yaitu komponen afektif (afeksi) dan komponen kognitif (kepuasan hidup). Komponen afeksi berupa efek positif dan efek negative sedangkan komponen kognitif berasal dari aspek diri sendiri (pandangan orang lain terhadap kehidupan dirinya), keluarga (kepuasan dengan jalan peristiwa kehidupan), teman sebaya (pandangan signifikan teman sebaya terhadap dirinya), kesehatan (kepuasan dengan masa lalu), keuangan (kepuasan dengan masa yang akan datang), pekerjaan (keinginan untuk merubah hidup) dan waktu luang (kepuasan dengan jalan peristiwa kehidupan) (Alan Carr, 2004:42).

Menurut Hamka (1999:51) kebahagiaan itu ketika dapat mengobati hati kita, kemudian timbul keinginan menjadi lebih baik dan mendapat kebahagiaan yang kita inginkan. Dan jalan untuk mencapai kebahagiaan itu salah satunya melalui agama. Agama sebagai buah hasil dari kepercayaan hati maka tidaklah susah mencapai kebahagiaan tersebut kalau memiliki empat perkara, yaitu : I'tikad yang bersih, Yakin, Iman, dan agama.

Para ahli membedakan *happiness* (kebahagiaan) dalam beberapa pandangan yang berbeda, antara lain :

1) *Hedonism*

Para ahli menganggap filosofi kebahagiaan hanyalah tentang mencari kesenangan dan menghindari rasa sakit, yang mana membaginya menjadi dua macam : *momentary well-being* (seberapa baik seseorang pada saat momen tertentu dalam hidupnya), *extended-period well being* (seberapa baik seseorang selama periode atau rentang waktu tertentu misalnya sehari, sebulan, atau setahun) tetapi ada beberapa kasus yang menganggap kesejahteraannya seumur hidup (Carr, 2004:41).

2) *Eudaimonic*

Pandangan ini lebih mendefinisikan kebahagiaan dan kehidupan yang baik dalam rangka mencapai potensi penuh seseorang. Pandangan ini banyak mendapatkan dukungan dari gerakan keagamaan dan spiritual, yang mana mengacu pada pendapat Aristoteles bahwa kebahagiaan sejati datang bukan dari memuaskan selera kita saja, tetapi melakukan sesuatu apa yang layak dilakukan secara moral (Carr 2004:41).

3) *Emotional state*

Menurut Hayborn (2008:109) berangkat dari pandangan dari *hedonism*, teori ketiga ini menjelaskan bahwa kebahagiaan berkaitan dengan kondisi emosional dan pengalaman yang menyenangkan secara keseluruhan atau biasa disebut "*emotional well-being*" yang menegaskan kebahagiaan sejati harus memiliki

stabilitas suasana hati dan emosi yang bersifat positif daripada negatif. Seperti halnya, pandangan *hedonism* yang memungkinkan kebahagiaan dinilai dalam jangka waktu singkat atau panjang. Teori ini tidak memandang kebahagiaan sebagai suatu emosi atau suasana hati, melainkan sebuah kondisi (kumpulan) emosi dan suasana hati seseorang yang lebih kompleks atau biasa disebut *emotional condition*. (Klausen 2015:2).

4) Tasawuf

Berbeda dengan pendapat para tokoh barat. *Happiness* dalam tasawuf lebih mengarah pada kebahagiaan hakiki yang mampu mengenal Allah (*ma'rifatullah*). Menurut Hamka (1999:99) bahagia batin ditentukan oleh dua keutamaan yaitu keutamaan otak dan keutamaan budi. Keutamaan otak ialah dapat membedakan antara jalan bahagia dengan yang hina. Yakin akan kebenaran barang yang benar dan salah sehingga melalui otak yang cerdas dapat berpegang teguh pada yang benar dan menjauhi yang salah, bukan karena ikut-ikutan ataupun berdasarkan pendapat orang lain. Yang kedua, keutamaan budi adalah menghilangkan segala kebiasaan yang buruk-buruk. Seperti halnya, adat-istiadat, pergaulan yang terpuji atau buruk, sudah seharusnya tahu mana yang harus ditinggalkan dan dipakai.

2. Indikator *Happiness*

Menurut Imam Al-Ghazali dalam kitabnya “*Kimiya As-Sa’adah*”, resep kebahagiaan memiliki beberapa faktor, antara lain (Wafa, 2019: 70):

a. Tauhid (Iman kepada Allah)

Tauhid yang kuat dapat dipercayai seorang mukmin dengan melalui pengalaman batin. Puncak dari pengalaman batin ini adalah ketaqwaan oleh Imam Al-Ghozali disebut sebagai *Al-Qurb Ilallah* (dekat dengan Allah). Keyakinan ini merupakan sebuah anugrah dari Allah diperoleh melalui intuisi atau ilham setelah melaksanakan metode tertentu, seperti riyadhah dan suluk tasawuf (tarekat).

b. *Jihad Nafs* (Mujahadah)

Mujahadah dapat ditujukan melalui penguatan sifat-sifat mulia dan mengendalikan hawa nafsu, amarah, dan sifat-sifat tercela lainnya. Kebahagiaan manusia ditentukan pada sifat yang mendominasi dalam dirinya. Kebahagiaan tertinggi dapat dicapai oleh orang-orang yang telah menguatkan unsur-unsur sifat malaikat dalam dirinya, serta mampu mengendalikan sifat-sifat setan dan binatang yang ada dalam dirinya.

c. *Ma’rifatur Ruh* (Menenal hakikat Ruh)

Kebahagiaan pada diri manusia memiliki potensi terbuka untuk dimiliki karena masing-masing memiliki esensi ruh. Ruh adalah bagian dari manusia yang mengalami proses perjalanan hidup, mendapatkan amanah dari Allah untuk menyembah-Nya dan

beribadah kepadaNya, diciptakan di alam ruh lalu diturunkan ke alam *syahadah* (alam yang tampak secara fisik), menjalani kehidupan dunia dengan tujuan ke alam akhirat (kembali ke alam ruh sebagai kehidupan abadi). Karena itu, untuk mendapatkan kelezatan hati adalah *ma'rifat* (pengetahuan yang benar) mengenai adanya Allah yang menjadikan hati bagi manusia untuk mengingat diri-Nya.

d. *Ma'rifatun Nafs* (menenal Jiwa)

Ruh dan nafs saling berkaitan sumbernya adalah muara keberadaan *ilahi*, dan akan kembali pada sisi tersebut. Kunci mengenal Allah adalah mengenal diri, kebahagiaan itu dapat terwujud dengan mengenali dirimu sebagaimana Rasulullah SAW bersabda “*man arofa nafsahu, arofa rabbahu*” yang artinya barang siapa yang mengenal dirinya, maka ia jg mengenal Tuhannya. Menurut Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa mengenal diri adalah sesuatu hal yang wajib, seperti siapa dirimu sesungguhnya, darimana asalmu sebelum berada disini, untuk apa diciptakan, dan dengan apa dirimu bahagia maupun dirimu merasa celaka atau sedih. Usaha mengenali sifat aslimu sebagai bentuk upaya menemukan jalan disisi Allah, mencapai keindahan dan keagungan-Nya, serta melepaskan diri dari ikatan *syahwat* dan amarah.

e. Mengoptimalkan potensi hati

Hati berkaitan erat dengan ruh dan nafs, hakikat hati sesungguhnya bukan berasal dari alam fana yang kita kenal dekat

dengan jantung. Melainkan hati disini lebih mengarah pada hati Nurani yang mana memiliki sifat mampu mengenal keindahan ciptaan Allah. Hati diciptakan sebagai alat untuk menggapai kebahagiaan melalui amalan-amalan ukhrowi yang harus dilaksanakan. Karena itu, pentingnya untuk terus berupaya mengendalikan atau menjaga hati untuk tetap pada amalan-amalan kebaikan demi terwujudnya kebahagiaan hakiki.

f. *Mahabattulah* (Cinta kepada Allah)

Cinta kepada Allah tidak terlepas kaitannya dengan konsep *zuhud*, cinta kepada Allah merupakan kepuasan ruhani yang menjadi kebahagiaan hakiki manusia. Tentunya, hal ini tidak dapat terpenuhi apabila hati manusia belum disucikan dari cinta dunia. Walaupun *zuhud* terlepas dari dunia, bukan berarti *zuhud* tidak peduli akan dunia dan memilih kepentingan akhirat. Menurut Imam Al-Ghazali, kebahagiaan hakiki dapat diraih dengan rasa taqwa dan rasa ini dapat terpenuhi apabila kebahagiaan yang lebih rendah telah terpenuhi seperti kesehatan, keindahan, keutamaan akal budi, harta benda, kehormatan.

g. *Tadzhibun Nafs* (mendisiplinkan diri)

Kebahagiaan hakiki (*ma'rifatullah*) tidak terlepas dari factor hidayah. Upaya optimal dalam mendapatkan hidayah adalah dengan cara mendisiplinkan diri, disiplin mengendalikan hawa nafsu dan

amarah sehingga akhlak mulia dapat terbentuk menjadi kebiasaan dan kekuatan akal manusia dapat berfungsi dengan baik.

h. *Ma'al Qalbi* (Bersama hati;condong pada hati; mengenal hati)

Menurut Imam Al-Ghazali, hati memiliki dua instrument atau tentara yakni pasukan hati dari sisi luar yaitu syahwat dan amarah; bertempat di tangan, kaki, mata, telinga dan seluruh organ tubuh. Pasukan hati dari sisi dalam, bertempat di otak, berupa kekuatan imajinasi, penalaran, khayalan, menghafal, prasangka, persepsi. Kedua pasukan ini dipimpin oleh hati, yang mana akhlak buruk apabila hati melakukan perintah keburukan maka terjadilah keburukan, begitupun sebaliknya apabila hati melakukan tugas condong kepada kebaikan maka terciptalah kebaikan (akhlak baik). Dan tugas hati adalah mendisiplinkan syahwat dan amarah, kedua kekuatan ini dibutuhkan hati untuk menggapai kebahagiaan hakiki. Jika hati gagal dikuasai oleh syahwat dan amarah, maka ia akan sengsara dan kelak menerima hukuman atas kelalaiannya.

i. *Khudu' ilal-Khaliq* (Tunduk di hadapan Allah)

Tunduk di hadapan Allah adalah bentuk dari kesadaran diri, yang mana seseorang menyadari batasan-batasan pengetahuan dalam melihat ketakjuban dan keajaiban-keajaiban ciptaan Allah yaitu dengan mentaati syariat Allah. Kegagalan mengenal Allah disebabkan oleh manusia itu sendiri karena pelanggaran Batasan-batasan syariat yang ditetapkan oleh Allah SWT sehingga

menjadikan manusia yang *dholim*, seperti kegagalan mengenal Allah melalui pengamatannya sendiri tanpa ilmu agama, memanfaatkan syariat guna menghindarkan dosa-dosa besar tetapi menempatkan nafsu dan syahwatnya, menonjolkan kemurahan Allah sehingga dia bebas melakukan dosa karena beranggapan bahwa Allah Maha Pemaaf.

Menurut Imam Al-Ghazali orang yang mentaati syariat yang telah ditetapkan dan dengan senang hati mengakui batasan-batasan tersebut, maka orang itu disebut sebagai muslim sejati sedangkan orang yang menonjolkan kemurahan Allah dengan berdalih apapun itu tanpa memperdulikan batasan-batasan, maka orang itu dalam pengaruh setan.

j. *Wara'* (Berhati-hati dari maksiat)

Wara termasuk kedalam kesempurnaan akal dan kehormatan sebagai individu. Dengan sikap wara' akan menghantarkan pada kebahagiaan hakiki. Orang yang mampu mengekang nafsu dengan baik dan tidak melanggar syariat dapat mencapai tingkat kesucian yang sebenarnya daripada seseorang yang menyadari bahwa hal yang dilakukan melanggar syariat tetapi dia tetap menjalankannya.

3. Aspek-aspek *Happiness*

Adapun Kimia (resep) Kebahagiaan menurut Imam Al-Ghazali (2014: 10) dalam kitabnya yang berjudul "*kimiya sa'adah*" terangkum ke dalam empat aspek, antara lain:

a. Mengetahui Diri (*Ma'rifatun nafs*)

Pengetahuan tentang diri sendiri dari sisi lahiriah, seperti bentuk muka, badan, anggota tubuh ataupun sisi fisik, seperti disaat kamu lapar maka kamu makan, sedih kamu menangis, marah menyerang, dan lain-lain. Itu semua bukanlah kunci menuju kebahagiaan (pengetahuan tentang Allah). Pengetahuan diri bukanlah mengandalkan insting hewani saja melainkan menemukan makna dibalik itu siapakah aku? kemana aku akan pergi?, apa tujuanku berada disini?, dan dimanakah letak kebahagiaan sejati dapat ditemukan?. Berdasarkan tiga sifat yang bersemayam di dalam diri: hewani, setan, dan malaikat dengan menemukan mana diantara ketiganya yang aksidental dan mana yang esensial, kamu akan menemukan kebahagiaan itu (Ghazali, 2001:10).

b. Mengetahui Allah

Anak kunci mengetahui Allah adalah dengan mengetahui diri, sebagaimana hadis Nabi SAW yang berbunyi "*Barang siapa mengetahui dirinya, ia mengetahui Allah*". Artinya dengan merenungkan wujud dan sifat-sifat-Nya, manusia akan mencapai pengetahuan tentang Allah. Mengingat banyak orang yang merenungkan dirinya tetapi tidak juga menemui Tuhannya (Ghazali, 2001:28).

c. Mengetahui Dunia dan Akhirat

Sejatinya, kehidupan manusia di dunia hanya membutuhkan tiga perkara, yaitu pakaian, makanan dan tempat tinggal. Selama di dunia

ini manusia harus menjalankan dua perkara penting, yaitu melindungi dan memelihara jiwanya, serta merawat dan mengembangkan jasadnya. Jiwa bersifat abadi, yang akan terpelihara lewat pengetahuan dan cinta kepada Allah. Sebaliknya, jiwa akan hancur bilamana seseorang mencintai sesuatu selain Allah. Sementara itu, jasad hanyalah tumpangan bagi jiwa, yang kelak akan musnah. (Ghazali, 2001:49).

Dunia cenderung menipu dan memperdaya manusia, misalnya dunia berpura-pura seakan-akan ia akan selalu tinggal bersama, padahal kenyataannya perlahan-lahan bakal pergi dan menjauhimu (Ghazali, 2001:51). Gambaran tentang dunia dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok pertama, orang beriman yang menjauhkan dirinya pada dunia. Dan kelompok terakhir, orang kafir yang hanya mengurus dunia dan sama sekali tidak memedulikan kehidupan akhirat. Meskipun itu, ada beberapa hal di dunia yang tidak boleh ditinggalkan, seperti ilmu dan amal baik (Ghazali, 2001:58).

Akan tetapi, barang siapa yang mempercayai al-qur'an dan sunnah maka tercerahkan konsep kenikmatan surga dan siksa neraka. Allah berfirman "Negeri akhirat itu, kami jadikan untuk orang-orang yang tidak menyombongkan diri dan berbuat kerusakan (maksiat) di muka bumi, dan kesudahan (yang baik) itu (surga) adalah bagi orang-orang yang bertakwa" (QS: Al-Qashash:83). Dan didalam surga memperoleh segala kenikmatan yang diinginkan dan diminta,

sebagaimana Allah berfirman “diedarkan kepada mereka piring-piring dari emas dan gelas, dan didalam surga itu terdapat segala apa kenikmatan yang diinginkan oleh hati dan sedap (dipandang) oleh mata, dan kamu kekal di dalamnya”. (QS: Az-Zukhruf:71).

Hal ini menjawab bahwa pengetahuan tentang Allah dan ibadah kepadaNya sebagai obat jiwa, sementara kebodohan dan dosa menjadi racun baginya. Keyakinan yang benar akan menghasilkan pikiran yang bersih dari prasangka dan menciptakan kebahagiaan, sedangkan keyakinan yang salah dan buruknya prasangka akan mendatangkan penderitaan di akhirat. Apabila kebodohan lebih dominan ketimbang pengetahuan tentang Allah dan beribadah kepada-Nya, maka kebodohan itu akan menyertaimu di akhirat dalam wujud kegelapan jiwa dan penderitaan (Ghazali, 2001:61-64). Sebagaimana yang dimaksud Al-Qur’an , “Orang yang buta di dunia ini akan buta di akhirat dan tersesat dari jalan yang lurus”.

d. Cinta kepada Allah

Definisi cinta adalah suatu kecenderungan pada sesuatu yang menyenangkan, kesempurnaan manusia tercapai jika cinta kepada Allah memenuhi dan menguasai hatinya, seandainya cinta kepada Allah tidak sampai sepenuhnya menguasai hati, setidaknya ia menjadi perasaan paling dominan. Tidak heran jika mereka mengartikan cinta kepada Allah sebatas bentuk ketaatan kepada-Nya, padahal lebih daripada itu. Sebagaimana dalam hadis Qudsi,Allah

berfirman, “*Aku dalam sangkaan hamba-Ku, dan Aku akan selalu bersamanya, ketika ia mengingat-Ku. Kemudian apabila ia ingat Aku dalam dirinya, aku pun mengingatnya dalam diri-Ku, dan jika ia ingat kepada-Ku dalam satu kaum, maka Aku akan mengingatnya dalam kaum yang lebih banyak dari kaum itu. Jika ia mendekat kepada-Ku sejengkal, Aku akan mendekatinya sehasta. Jika ia mendekati-Ku dalam satu hasta, Aku akan mendekatinya dalam sedepa. Dan jika dia datang kepada-Ku dengan berjalan kaki, Aku akan datang kepadanya dengan cara lari-lari kecil*”. (Riwayat Bukhari dan Muslim)

Contoh paling jelas dari cinta adalah panca indra. Masing-masing indra kita mencintai sesuatu yang membuatnya senang. Mata mencintai pemandangan indah, telinga mencintai music dan suara yang merdu, dan seterusnya. Panca indra ini tidak hanya dimiliki oleh manusia melainkan hewan apapun juga. Akan tetapi, manusia memiliki perbedaan, manusia memiliki indra keenam yaitu persepsi yang tertanam dalam hati yang membuat kita menyadari akan keindahan dan keunggulan. Oleh karena itu, pentingnya orang yang mata hatinya terbuka untuk melihat keindahan dan kesempurnaan Allah daripada penglihatan luar meskipun semua itu tampak indah di mata (Ghazali, 2001:136).

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Happiness*

Kebahagiaan adalah cita-cita tertinggi manusia, dalam mencapai kebahagiaan dibutuhkan sebuah proses. Ada beberapa poin menurut Hamka (1999:51) dalam bukunya yang berjudul "*Tasawuf Modern*", yang dapat memunculkan kebahagiaan, yaitu:

a. Agama

Menurut Hamka, agama adalah perkara pertama dalam mendatangkan sebuah kebahagiaan dalam diri manusia. Sebagai manusia beragama, dalam agama terdapat dogma keimanan baik secara lahiriah maupun batiniyah, berkembang dengan baik *aqliyyah* dan *nafsiyyah* (Hamka, 1999:57).

b. I'tikad

Kepercayaan pertama manusia adalah makhluk istimewa, termulia dan memiliki derajat tinggi di muka bumi. Dengan *I'tikad* (kepercayaan) inilah manusia timbullah minatnya hendak menjaga kemanusiannya, jangan sampai sama derajatnya dengan binatang. Bertambah kuat kepercayaan itu bertambah tinggi derajatnya dalam pergaulan hidup dan bertambah naik tingkat akal budinya, tercapat kedudukan tinggi, tegak keadilan dan kebenaran sesama manusia (Hamka, 1999:84).

Keteguhan pendirian, kekuatan prinsip di setiap rintangan, tekad kuat merupakan modal utama manusia untuk melangkah bahwa setiap orang memiliki hak dan kewajiban yang sama dalam

kebahagiaan. Hilangnya prinsip hidup akan menjadikan manusia semakin jauh dari mencapai kebahagiaan, dengan melawan *I'tikad* akan menjadikan manusia melawan memberontak melawan perbuatannya dan timbullah rasa penyesalan (Hamka, 1999:51).

c. Yakin

Yakin adalah nyata dan terang, lawan kata daripada *syak* yang artinya ragu-ragu (Hamka, 1999:52). Keyakinan memiliki tiga tingkatan, yaitu ilmu yaqin (pendapat yang lahir setelah mendapatkan dalih yang cukup), haqqul yakin (disaksikan sendiri), ainul yakin (derajat keyakinan tertinggi). Dalam kehidupan seseorang, pastinya memiliki keragu-raguan dalam dirinya, sehingga dibutuhkannya keyakinan. Untuk mencapai itu, Hamka membaginya menjadi 10 pintu, lima pintu secara fisik yaitu pendengaran, penglihatan, perasaan lidah, prasaan kulit, penciuman hidung. Dan secara psikis, akal, fikiran, kehendak, angan-angan dan nafsu (Hamka, 1999:53).

d. Iman

Iman berarti percaya, termasuk didalamnya segala amalan lahir dan batin (Hamka, 1999:62). Iman baru dikatakan sah jika diikuti dengan amalan, dan amalan itu adalah Islam (Hamka, 1999:68). Oleh sebab itu, iman bisa dikatakan subur apabila hati telah bersih dari sifat-sifat takabur, keserakahan, dan kemegahan.

e. Akal dan Budi

Akal merupakan potensi manusia dalam membedakan mana yang baik dan mana yang tidak untuk hidupnya. Menurut Hamka, keutamaan akal dapat membedakan antara bahagia dengan yang hina. Yakin akan kebenaran dan berpegang teguh kepadanya, tahu akan sesuatu yang salah dan menjauhinya, semuanya didapat dari pemikiran yang cerdas, bukan karena ikut-ikutan, bukan hanya taklid kepada pendapat orang lain (Hamka, 1999:135).

B. *Spirituality*

1. Definisi

a. Etimologi

Spiritualitas dalam kamus Webster berasal dari kata benda *spirit* yang berarti roh atau prinsip hidup yang dipegang untuk memberi kehidupan, kata latin *spiritus* yang berarti nafas, dan kata kerja *spirare* yang berarti bernafas (Purwakania, 2008:288; Syuhada, 2019:12; Solihin & Ulfi, 2019:7).

Spiritualitas sebagai catatan yang sulit dijelaskan, menurut Hasan (2006:294) Spiritualitas merupakan kesadaran individu mengenai diri tentang asal, tujuan, dan nasib yang berarti seseorang tidak hanya berpikir apakah hidupnya berharga melainkan juga berpikir kenapa hidup itu berharga, spiritual adalah kebutuhan penting akan kesehatan dan kebahagiaan manusia. Sedangkan menurut Sagala (2018:116), dalam spiritualitas Islam, spiritualitas diartikan sebagai kesadaran terhadap Dzat Yang Maha Esa yaitu

Allah didasarkan pada rasa takut (*al-khauf wa al raja'*), kepatuhan (*al-ta'ah*), dan cinta (*al-hubb*).

b. Terminologi

Istilah spiritualitas sudah digunakan secara luas, tetapi tidak ada definisi yang disepakati bersama, tergantung perspektif apa yang akan digunakan sesuai bidang keilmuan dalam menggunakan istilah ini. Menurut Denny JA (2020:2) dalam bukunya yang berjudul "*spiritual of happiness*" terkait spiritualitas mendeskripsikan bahwa spiritualitas bukanlah agama (*religion*) dan bukan juga pengganti agama, melainkan menambahkan agar lebih dalam kepercayaan yang sudah ada. Inti dari spiritualitas adalah sebuah sikap hidup, panduan yang memberi kita makna, membantu kita lebih muda melewati pasang surut kehidupan, menuntun kita melakukan kebajikan sehingga renungan itu membuat hidup kita lebih berarti. Denny membaginya menjadi tiga narasi spiritualitas, antara lain:

1) Narasi Mitologi

Spiritualitas mengarahkan pada sesuatu yang bersifat mitos, atau pertanyaan-pertanyaan eksistensial yang dijelaskan menggunakan perspektif mitologi.

2) Narasi Wahyu Tuhan

Spiritualitas mengarahkan perihal tentang asal usul kehidupan dan akhir zaman yang telah diyakini setiap pemeluknya. Contoh : menjalankan segala bentuk perintah

Tuhan dan menjauhi segala larangan-Nya dikarenakan sudah menjadi perintah Tuhan yang diberikan kepada Nabi (utusan Tuhan) melalui perantara malaikat.

3) Narasi Hidup Bahagia dan bermakna

Spiritualitas lebih mengarah pada narasi *personal relationship, positivity, passion, small winning, dan blue diamond* (kebajikan, *power of giving*, kesatuan antara manusia lain, lingkungan dan alam).

Dalam pandangan psikologi transpersonal, McWaters sebagai salah satu tokohnya mengakui bahwa aka nada banyak pengalaman manusia yang dapat dicatat, tidak hanya pengalaman empiris-inderawi atau kognitif-logis, tapi lebih dari itu yaitu pengalaman batin (spiritual) (Hedley, 1991:322). Pengalaman spiritualitas erat kaitannya dengan pengalaman agama atau religius, seperti yang dikatakan oleh Maslow bahwa pengalaman spiritualitas adalah puncak tertinggi (*peak experience*) yang dapat dicapai oleh manusia serta memberikan alasan kuat keberadaan manusia sebagai makhluk spiritual (Zohar & Marshall, 2001:70).

Hal ini senada dengan yang disampaikan oleh Pappas dan Friedman (2007:35), bahwa spiritualitas hanyalah pengalaman terdalam dan keterhubungan dengan yang sacral, atau secara murni proses psikologi diri manusia. Sedangkan religiusitas terkait dengan system kepercayaan yang terlembaga, terdapat didalmnya ritual,

aturan, dan syarat-syarat lain dari *system* keyakinan yang diatur oleh suatu kelompok.

Menurut Rosito (2010:37), spiritualitas berhubungan erat dengan pengalaman pribadi yang bersifat *transcendental* terhadap hubungannya dengan sesuatu yang bermakna. Spiritualitas meliputi upaya pencarian, menemukan, dan memelihara sesuatu yang bermakna dalam kehidupannya. Pemahaman ini akan mendorong emosi positif baik dalam proses mencarinya, menemukan dan mempertahankan. Dalam upaya mencari akan menghadirkan dorongan (*courage*) meliputi kemauan untuk mencapai tujuan walaupun menghadapi rintangan baik dari luar maupun didalam. Pada dorongan itu melahirkan karakter kuat yang mencakup keberanian (*bravery*), kegigihan (*persistence*), semangat (*zest*). Apabila sesuatu yang bermakna itu ditemukan, maka karakter itu akan semakin kuat dalam dirinya, terutama dalam proses mempertahankan dan menjaganya. Semakin seseorang memiliki makna dalam hidupnya semakin bahagia dalam menjalankan hidupnya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat diambil kesimpulan bahwa spiritualitas adalah sebuah pengalaman puncak individu secara sadar terhadap sesuatu yang *transenden* (dihubungkan dengan mitos, wahyu Tuhan, atau kebermaknaan hidup). Hal ini mempengaruhi cara pandang hidup seseorang terkait tujuan

hidupnya, dimana dia berasal, dan apa makna hidup sesungguhnya, sehingga membuat hidup individu lebih berharga dari sebelumnya.

2. Indikator *Spirituality*

Menurut Underwood (2006: 196), ada beberapa indikator *spirituality*, antara lain :

a. *Connection*

Keterhubungan dengan yang ilahi atau sesuatu yang transenden sangat penting untuk dimiliki baik itu tradisi dari barat ataupun timur dan juga orang-orang yang memiliki gagasan *spirituality* sendiri didalam agama yang sesuai dengan garis genetiknya. Ada dua macam yaitu: perasaan tentang kehadiran Tuhan dan perasaan adanya keterikatan Tuhan ke dalam semua lini kehidupannya.

b. *Joy, Transcendent sense of self*

Poin ini mengarah pada perasaan kegembiraan individu disaat melakukan sesuatu yang memiliki keterhubungan dengan yang ilahi atau transenden, contohnya memuja. Secara umum, banyak dijumpai anak-anak muda atau yang sudah tua dari berbagai macam situasi yang terjadi, di sela-sela waktu mereka melakukan kegiatan atau praktek seperti menyanyi di gereja, jalan-jalan di alam, sholat di Masjid, ataupun di tengah-tengah hari perayaan.

c. *Strenght and comfort*

Rasa nyaman menjadi penyebab individu bertahan dalam kondisi sulit karena merasakan keamanan dalam dirinya. Kekuatan

menjadikan individu lebih berani dalam menghadapi situasi yang sulit dan akan merasa tertantang untuk mencoba sesuatu yang baru.

d. Peace

Individu menginginkan perasaan tenang dan damai ketika dalam kondisi stress, cemas dan khawatir. Oleh karena itu, individu merasakan ketenangan salah satunya hasil dari peribadatan yang dilakukan.

e. Divine help

Individu yang memiliki spiritualitas akan selalu memohon pertolongan dari Tuhan. Dengan memohon pertolongan pada Tuhan membentuk persepsi bahwa individu tidak bekerja sendirian, melainkan bekerja bersama Tuhan. Sehingga individu menyakini bahwa Tuhan akan memberikan bimbingan dan petunjuk-Nya untuk berbagai permasalahan hidup yang sedang dialaminya. Aspek ini juga merupakan salah satu pembentuk kesejahteraan psikologis.

f. Divine guidance

Individu merasakan selalu mendapat petunjuk dari Tuhan didalam segala bentuk aktifitasnya atau bisa disebut keberkahan. Pengalaman ini bukanlah sebuah respon terhadap sebuah petunjuk, melainkan lebih mengarah pada perasaan dirinya didorong atau dikucilkan.

g. Perception of Divine love

Persepsi individu merasakan kasih sayang dapat dilihat dengan dua cara, yaitu dirasakan secara langsung dan dirasakan melalui orang lain. Kasih sayang Tuhan akan dirasakan secara langsung oleh individu jika berhadapan dengan situasi yang menyenangkan dan berkesan. Sedangkan persepsi adanya kasih sayang Tuhan melalui orang lain karena individu menyakini bahwa berkah dari Tuhan atau Tuhan bertindak atas dirinya adalah dengan melalui orang lain, sehingga rejeki, kebahagiaan dapat diperoleh melalui interaksi dengan orang lain

h. Awe

Individu yang memiliki spiritualitas tinggi akan merasakan kekaguman akan kebesaran Tuhan atas segala bentuk penciptaan langit dan bumi beserta isinya, kondisi alam, serta kejadian-kejadian ataupun peristiwa besar yang terjadi. Individu menyadari bahwa campur tangan Tuhan tidak hanya melalui manusia saja melainkan berlaku secara universal, sehingga menumbuhkan rasa syukur dan kagum pada diri individu.

i. Thankfulness, appreciation

Individu yang memiliki spiritualitas tinggi memiliki rasa terima kasih dan syukur atas segala peristiwa yang terjadi baik atau buruk dalam kehidupannya sehari-hari.

j. Compassionate love

Indikator ini menjelaskan tentang sikap dan motivasi individu dalam kehidupan sosialnya. Dalam kehidupan yang spiritual, sikap simpatik menjadi komponen sentral. Individu mengembangkan sikap simpati, empati, dan saling menghargai sebagai sesama makhluk ciptaan Tuhan karena individu memiliki tanggung jawab sosial pada dirinya.

k. Union and Closeness

Individu akan merasa dekat dengan Tuhannya, sehingga individu akan melakukan aktivitas spiritual secara tulus sebagai upaya mendekatkan diri dengan Tuhannya.

3. Dimensi *Spirituality*

Menurut Stoll (1988) menjelaskan bahwa Spiritualitas adalah suatu konsep dua dimensi yaitu dimensi vertical dan horizontal. Dimensi vertical mengenai hubungannya dengan Tuhan Yang Maha Kuasa, sedangkan dimensi horizontal berhubungan dengan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan (Kozier et.al, 1995).

- a. Vertikal, yaitu sebuah kekuatan tinggi, sumber kesadaran yang tinggi tidak terbatas tempat dan waktu. Keinginan untuk berhubungan dan diberi petunjuk oleh sumber ini.
- b. Horzional, melayani manusia dan alam secara keseluruhan.

4. Aspek-aspek *Spirituality*

Menurut Piedmont (1999) konsep *spiritual transcendence* terdiri dari tiga aspek yaitu :

- a. *A sense of connectedness*, menggambarkan suatu keyakinan atas perasaan tanggung jawab secara personal dan hubungan dengan orang lain sebagai salah satu bagian kontribusi dalam kehidupan manusia untuk mewujudkan kehidupan yang harmonis.
- b. *Universality*, kepercayaan pada satu-kesatuan dan tujuan hidup.
- c. *Prayer Fulfillment*, menggambarkan perasaan sukacita dan kepuasan yang dialami yang dihasilkan dari doa atau meditasi.

Menurut Underwood dan Teresi (2011) mengemukakan aspek spiritualitas mencakup dua dimensi pada *daily spiritual experience*, yaitu hubungan individu dengan Tuhan dan hubungan individu dengan lingkungan sekitarnya. Aspek-aspek tersebut antara lain (Inge 2019:31-35):

- a. Persepsi tentang adanya sesuatu yang bersifat transenden

Persepsi dari individu yang merasakan hubungan dengan sosok transeden atau Tuhan. Hal ini menjadi dasar dari keyakinannya tersebut akan adanya campur tangan sesuatu yang tidak tampak namun nyata di berbagai sisi kehidupannya. Hubungan dengan Tuhan menjadi penyebab terjadinya takdir dan pengambilan keputusan dibawah sadar individu, sehingga individu merasa bahwa dirinya tidak sendirian dan merasa didampingi dalam setiap sisi kehidupannya.

- b. Persepsi tentang peristiwa transenden (Aktivitas Spiritual)

Persepsi individu terhadap realitas kehidupan sehari-hari yang selalu melibatkan Tuhan dalam menjalankan segala bentuk aktivitas, permasalahan, peristiwa dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang merasakan hubungan dengan Tuhannya dapat membawa kebahagiaan. Pengalaman spiritual atau peribadatan inilah dapat memberikan pengalaman yang kuat, seperti berdoa, bernyanyi, sholat dalam Islam, menari dalam Hindu, membungkuk dalam Budha sehingga menghubungkan keyakinan dirinya terhadap Tuhan atau sifat transeden. Pengalaman spiritual ini memberikan hasil persepsi kuat yang dapat memberikan perasaan spiritual pada individu

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Spirituality*

Menurut Taylor, Lilis, & Le mone (1997) dan Craven & Himle (1996), spiritualitas memiliki beberapa faktor penting yang mempengaruhinya, antara lain (Hamid, 2008:7):

a. Tahap Perkembangan

Berdasarkan penelitian terhadap anak-anak dengan empat agama berbeda ditemukan bahwa mereka mempunyai persepsi tentang Tuhan dan bentuk sembahyang yang berbeda sesuai dengan usia, seks, agama, dan kepribadian. Gambaran anak tentang Tuhan, sebagaimana berikut: 1) gambaran tentang Tuhan yang terlibat melalui kedekatan dengan manusia dan saling keterikatan dengan kehidupan. 2) memercayai bahwa Tuhan terlibat dalam

pertumbuhan dan transformasi diri, serta yang membuat perubahan dunia menjadi tetap segar, penuh kehidupan dan berarti. 3) Menyakini Tuhan memiliki kekuatan dan merasa takut akan kekuasaan Tuhan. 4) Gambaran cahaya atau sinar.

b. Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang terdekat dengan anak dalam memberikan pengalaman pertama mempersepsikan kehidupan di dunia. Peran orang tua sangat menentukan dalam perkembangan spiritualitas anak, bukan apa yang diajarkan mengenai Tuhan tetapi apa yang anak pelajari mengenai Tuhan, kehidupan, diri sendiri dari perilaku orang tua.

c. Latar Belakang etnik dan budaya

Sikap, keyakinan, dan nilai dipengaruhi oleh latar belakang etnik dan budaya. Terkadang seseorang akan mengikuti tradisi agama dan spiritualitas keluarga. Anak belajar terkait pentingnya menjalankan kegiatan agama, termasuk nilai moral didalamnya.

d. Pengalaman hidup sebelumnya

Pengalaman hidup baik itu positif maupun negatif dapat mempengaruhi spiritualitas seseorang. Bagaimana seseorang mengartikan kejadian-kejadian yang dialaminya. Seseorang yang mengalami musibah dapat diartikan secara negatif atau tetap positif. Begitupun sebaliknya, pengalaman menyenangkan dapat

menimbulkan perasaan bersyukur atau merasa tidak perlu mensyukurinya.

e. Krisis dan perubahan

Krisis sering dialami seseorang ketika menghadapi penyakit, penderitaan, penuaan, bahkan kematian. Jika pasien dihadapkan kematian, keyakinan spiritual dan keinginan untuk sembahyang/berdoa lebih tinggi dibandingkan pasien yang tidak mengalami penyakit terminal.

f. Terpisah dari ikatan spiritual

Menderita sakit dapat mempengaruhi perubahan spiritual individu. Sering kali, membuat individu merasa terisolasi, kehilangan kebebasan dan terputusnya dukungan sosial.

g. Isu moral terkait dengan terapi

Kebanyakan agama menganggap bahwa proses penyembuhan adalah bentuk representatif cara Tuhan dalam menunjukkan kebesarannya.

h. Asuhan keperawatan yang kurang sesuai

Perawat diharapkan peka terhadap kebutuhan spiritualitas klien di dalam proses asuhan keperawatan. Akan tetapi, ada juga perawat yang justru menghindari untuk memberikan pola asuhan spiritual. Adapun alasan tersebut, yaitu adanya perasaan ketidaknyamanan dengan kehidupan spiritualnya, menganggap bahwa kebutuhan

spiritual tidak begitu penting, dan belum mendapatkan pendidikan spiritual.

C. Telaah Psikologi dan Islam

1. Teks Psikologi

a. Sampel Teks

Canda (1997) mendefinisikan spiritualitas sebagai catatan yang sulit dijelaskan karena banyak kekurangan definisi. Lebih umum, spiritualitas diartikan sebagai hubungan manusia dengan makhluk transenden (apapun itu yang dianggap sempurna), tradisi spiritual tertentu menumbuhkan rasa makna, tujuan, dan misi dalam hidup. Hubungan ini menghasilkan buah *altruism*, cinta, dan pengampunan yang dapat dilihat dari hubungan dirinya dengan pencipta atau yang disucikan, diri sendiri, dan orang lain. (Hodge, 2000:2; Krieglstein, 2006:25; Darman, 2021:28).

Menurut McNulty, Livneh dan Wilson (2004:93), mengartikan spiritualitas sebagai kaitan dengan transendensi diri serta tujuan-tujuan hidupnya. Dan kesejahteraan sebagai pengalaman internal individu dengan mempertimbangkan aspek fisiologis, psikologis, sosial yang diwujudkan dalam perilaku ibadah-ibadah yang spesifik.

Menurut Mascaro (2006:9) mendefinisikan spiritualitas adalah sejauh mana seseorang memandang kehidupannya berkoherensi dan bertujuan, dan juga memperoleh pengalaman personal dari kekuatan yang dia yakini sebagai suatu yang mendasari kehidupan.

Menurut Rosito (2010:37), spiritualitas berhubungan erat dengan pengalaman pribadi yang bersifat *transcendental* terhadap hubungannya dengan sesuatu yang bermakna. Spiritualitas meliputi upaya pencarian, menemukan, dan memelihara sesuatu yang bermakna dalam kehidupannya. Pemahaman ini akan mendorong emosi positif baik dalam proses mencarinya, menemukan dan mempertahankan. Dalam upaya mencari akan menghadirkan dorongan (*courage*) meliputi kemauan untuk mencapai tujuan walaupun menghadapi rintangan baik dari luar maupun didalam. Pada dorongan itu melahirkan karakter kuat yang mencakup keberanian (*bravery*), kegigihan (*persistence*), semangat (*zest*). Apabila sesuatu yang bermakna itu ditemukan, maka karakter itu akan semakin kuat dalam dirinya, terutama dalam proses mempertahankan dan menjaganya. Semakin seseorang memiliki makna dalam hidupnya semakin bahagia dalam menjalankan hidupnya.

Menurut Pargament (1997), spiritualitas mengacu pada aspek kepercayaan pribadi, pemikiran, dan afektif dan menjadi lebih populer daripada agama karena istilah ini menunjukkan kebebasan berekspresi individu dan kemampuan untuk mencapai potensi penuh kita (Fridayanti, 2005:204).

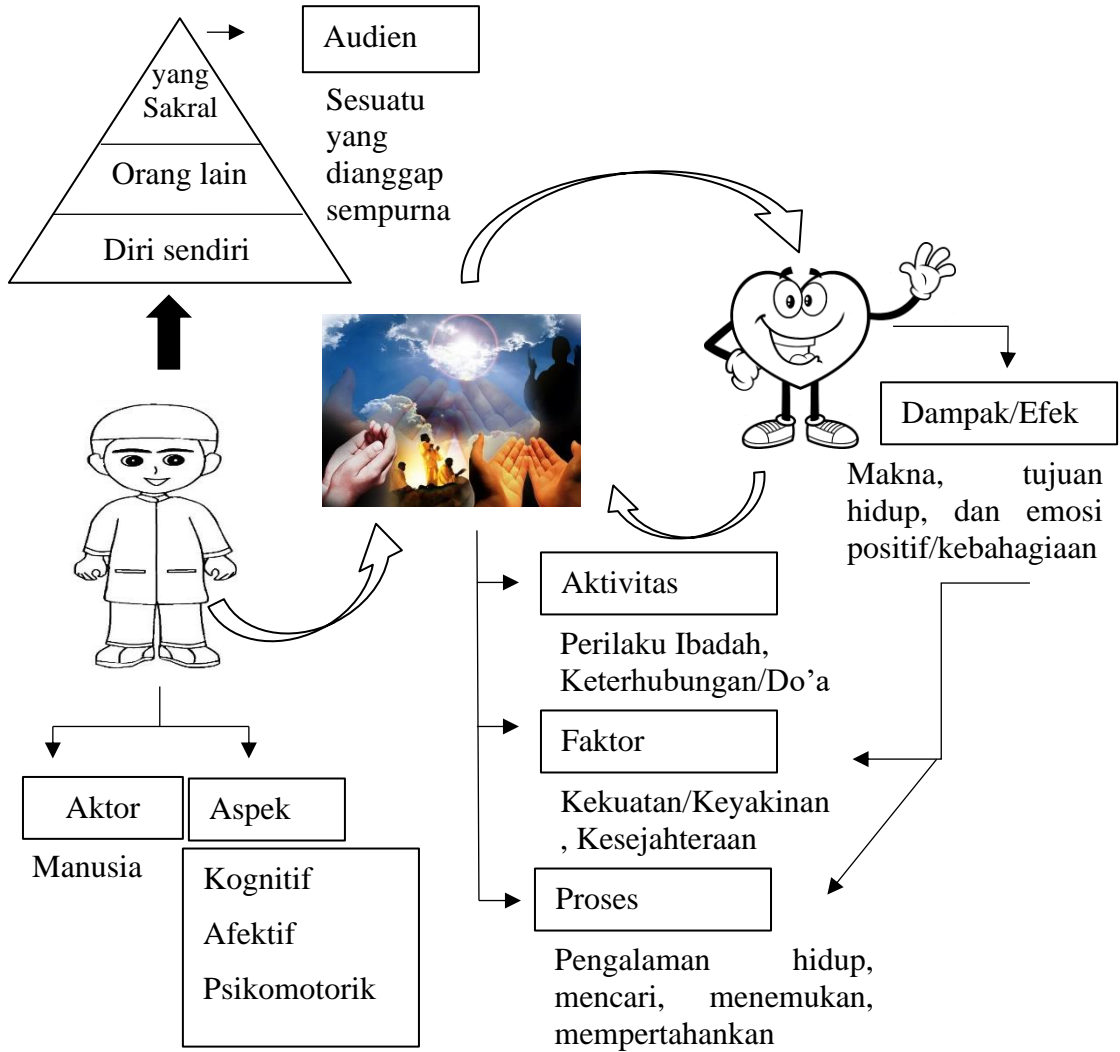
Menurut Stainlav Grof (1988:38), mengatakan bahwa pengalaman spiritualitas adalah perluasan pengalaman kesadaran

melampaui batasbatas biasa dari diri dan melampaui batas ruang dan waktu.

Menurut Ken Wilber (1977:369) mengartikannya domain tertinggi dari kesadaran, cinta, identitas, realitas, diri dan kebenaran. Pengalaman spiritualitas tidak sama dengan religiusitas Pappas & Friedman (2007:335), bahwa spiritualitas hanyalah pengalaman terdalam dan keterhubungan dengan yang sakral, atau secara murni proses psikologis diri manusia.

b. Pola Teks

Gambar 2. 1
Pola Teks Psikologi



c. Analisis Komponen Teks Psikologi

Tabel 2. 1

Analisis Komponen Teks Psikologi

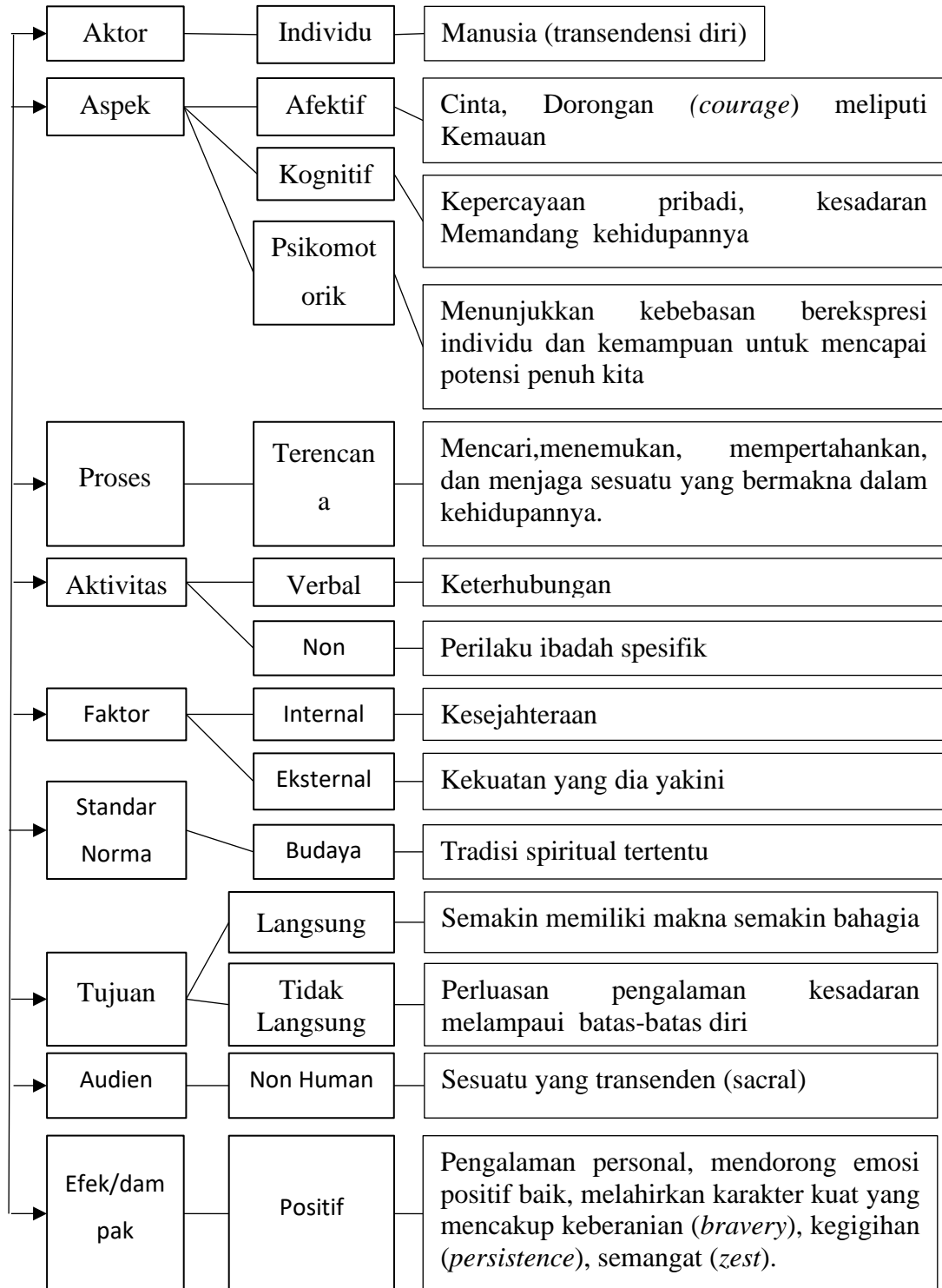
No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	Manusia (transendensi diri)
		Kelompok	
2	Aspek	Afektif	Cinta, Dorongan (<i>courage</i>) meliputi kemauan untuk mencapai tujuan walaupun menghadapi rintangan baik dari luar maupun didalam
		Kognitif	kepercayaan pribadi, kesadaran ,Memandang kehidupannya yang bertujuan
		Psikomotorik	Menunjukkan kebebasan berekspresi individu dan kemampuan untuk mencapai potensi penuh kita
3	Proses	Terencana	Pengalaman pribadi, meliputi upaya pencarian, menemukan, mempertahankan, dan menjaga sesuatu yang bermakna dalam kehidupannya.
		Tidak Terencana	
4	Aktivitas	Non Verbal	Perilaku ibadah spesifik,

		Verbal	Keterhubungan
5	Faktor	Internal	Kesejahteraan
		Eksternal	Kekuatan yang dia yakini sebagai sesuatu yang mendasari kehidupan
6	Audien	Non Human	Sesuatu yang transenden (yang sakral/yang dianggap sempurna)
		Human	Diri sendiri, orang lain
7	Standar	Masyarakat	
	Norma	Budaya	Tradisi spiritual tertentu
8	Tujuan	Langsung	Memiliki identitas diri akan kebenaran, Semakin memiliki makna semakin bahagia
		Tidak Langsung	Perluasan pengalaman kesadaran melampaui batasbatas biasa dari diri dan melampaui batas ruang dan waktu.
9	Efek/Dampak	Positif	Pengalaman personal, mendorong emosi positif baik, melahirkan karakter kuat yang mencakup keberanian (<i>bravery</i>), kegigihan (<i>persistence</i>), semangat (<i>zest</i>).
		Negatif	

d. Peta Konsep Teks Psikologi

Gambar 2. 2

Peta Konsep Teks Psikologi



e. Simpulan Teks Psikologi

1) General

Keterhubungan manusia (transendensi diri) dengan sesuatu yang transenden (yang sakral) upaya mencari, menemukan, mempertahankan dan menjaga sesuatu yang bermakna dibuktikan dengan aktivitas perilaku ibadah yang spesifik sesuai dengan tradisi spiritual masing-masing.

2) Partikular

Individu tersebut memberikan akses apa yang dirasakan aspek afektif seperti cinta, dorongan, kemauan, apa yang dilakukan aspek psikomotorik meliputi kebebasan berekspresi dan kemampuan untuk mencapai potensi penuh, dan apa yang dipikirkan aspek kognitif meliputi kepercayaan pribadi, kesadaran akan memandang kehidupannya. Tujuannya adalah untuk memperluas pengalaman, kesadaran akan batas-batas diri dikarenakan pengalaman semakin bermakna semakin bahagia. Pengalaman tersebut memberikan emosi positif, melahirkan karakter kuat, kegigihan, keberanian, serta semangat.

2. Teks Al-Qur'an

a. Sampel Teks

QS Al-An'am (6) Ayat 14 (Ayat *spirituality*)

قُلْ أَعْيَرَ اللَّهُ اتَّخَذُ وَلِيًّا فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ يُطْعَمُ وَلَا يُطْعَمُ قُلْ إِنِّي أُمِرْتُ أَنْ
أَكُونَ أَوَّلَ مَنْ أَسْلَمَ وَلَا تَكُونَنَّ مِنَ الْمُشْرِكِينَ

Artinya : Katakanlah: "Apakah akan aku jadikan pelindung selain dari Allah yang menjadikan langit dan bumi, padahal Dia memberi makan dan tidak memberi makan?" Katakanlah: "Sesungguhnya aku diperintah supaya aku menjadi orang yang pertama kali menyerah diri (kepada Allah), dan jangan sekali-kali kamu masuk golongan orang musyrik".

Tabel 2. 2
Analisis Surat Al-An'am (6):14

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
	قُلْ	Katakanlah (Muhammad)	حديث	أَسْكُتُ (diam)	Audien
	أَغْيِرَ	Apakah aku akan berpaling	ابتعد (menjauh)	اقترب (mendekat)	Aspek kognitif
	اللَّهِ	Sang Pencipta	الخالق (Pencipta)	المدمر (Perusak)	Aktor
	أَتَّخِذُ	Mengambil	احضر (Mendapatkan)	رمى (membuang)	Aktivitas non verbal
	فَأَظْهَرَ	Menciptakan	صنع (Membuat)	غير (meniadakan)	Proses terencana
	السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ	Langit dan bumi	عالم (Alam)	الآخرة (Akhirat)	Tujuan langsung

وَهُوَ	Dia (Allah)	الخالق (Pencipta)	المدمر (Perusak)	Aktor
يُطْعِمُ	Memberi makan	حب (Mengasihi)	السَّائِلَ (Meminta)	Aktivitas non verbal
وَلَا يُطْعِمُ	Tidak memberi makan			Aktivitas non verbal
قُلْ	Katakanlah (Muhammad)	حديث (diberitahu)	أَسْكُتْ (diam)	Aktivitas verbal
أَمَرْتُ إِيَّيْ	Sesungguhnya aku diperintah	أخبر (diberitahu)	مُحْرَمٌ (dilarang)	Faktor internal
مَنْ أَوَّلَ	Pertama kali menjadi orang	رجل (orang terakhir)	آخر شخص (orang terakhir)	Proses Terencana
أَسْلَمَ	Berserah diri	يستسلم (berserah diri)	يجادل (membantah)	Tujuan langsung
وَلَا تَكُونَنَّ	Jangan sekali-kali kamu masuk	يمنع (mencegah)	يترك (membiarkan)	Standar norma agama
مِنَ الْمُشْرِكِينَ	Dalam golongan	المُفْسِدِينَ	المؤمنين (orang beriman)	Efek/dampa k negative

		orang-orang musyrik	(orang yang berbuat kerusakan)		
--	--	------------------------	--------------------------------------	--	--

QS Al-Qashash ayat 77

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ
إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ

Artinya : “Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan”.

Tabel 2. 3

Analisis Surat Al-Qashash ayat 77

No	Teks	Makna	Sinonim	Antonim	Aspek Psikologi
	وَابْتَغِ	Carilah	يطلب (carilah)	يجد (menemukan)	Aktivitas non-verbal
	فِيمَا آتَاكَ	Sesuatu yang telah	بركة (barokah)	كارثة (musibah)	Aspek afektif/kognitif /psikomotorik

		dianugerahkan kepadamu			
	اللَّهِ	Allah	الخالق (Pencipta)	المدمر (Perusak)	Aktor
	الدَّارِ الْآخِرَةِ	Negeri Akhirat	غَائِبٍ (ghoib)	عالم (Alam)	Tujuan tidak langsung
	لَا تَنْسَ	Jangan melupakan	يَتَذَكَّرُ (mengingat)	يَنْسَى (melupakan)	Aspek kognitif
	نَصِيبِكَ مِنَ الدُّنْيَا	Bagian dari dunia	عالم (Alam)	غَائِبٍ (ghoib)	Faktor eksternal
	وَأَحْسِنْ	Berbuat baiklah	بحالة جيدة (kebaikan)	تفعل سيئاً (kejelekan)	Aktivitas verbal/non- verbal
	كَمَا	Sebagaimana Allah	البرِّ (maha baik)	-	Faktor Internal
	أَحْسَنَ	Yang telah berbuat baik	الشُّكْرُ (pembalas kebaikan)	-	Proses terencana
	اللَّهِ	Allah	الخالق	المدمر	Aktor
	إِلَيْكَ	Kepadamu	مخلوق	غامض	Audien
	لَا تَبْغِ	Janganlah kamu berbuat	يمنع (mencegah)	يترك (membiarkan)	Standar norma
	الْفَسَادَ	Kerusakan	ضرر (kerusakan)	بصلح (perbaikan)	Efek/dampak Negatif

في الأرض	Di bumi	عالم (Alam)	غَائِب (ghoib)	Tujuan Langsung
إِنَّ اللَّهَ	Sesungguhnya Allah	الخالق	المدمر	Aktor
لَا يُحِبُّ	Tidak menyukai	يكره (membenci)	يعطي (memberi)	Efek/dampak negatif psikis
الْمُفْسِدِينَ	Orang-orang yang berbuat kerusakan	الْمُفْسِدِينَ (berbuat kerusakan)	المؤمنين (orang beriman)	Aktor

b. Analisis Komponen Teks Al-Qur'an

Tabel 2. 4

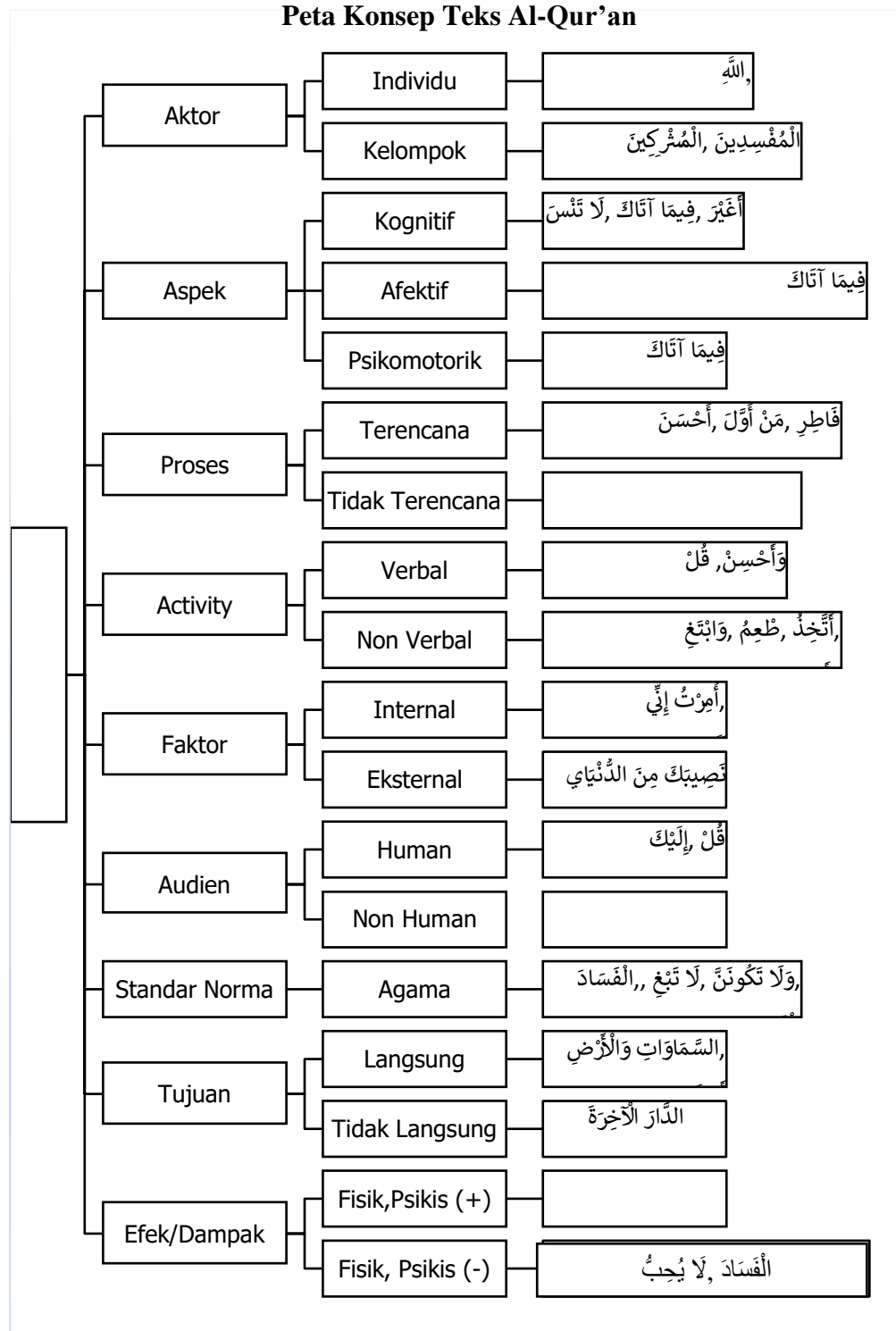
Analisis Komponen Teks Al-Qur'an

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	اللَّهِ
		Kelompok	الْمُفْسِدِينَ, الْمُشْرِكِينَ
2	Aspek	Afektif	فِيْمَا آتَاكَ
		Kognitif	أَغْيِرْ فِيْمَا آتَاكَ, لَا تَنْسَ
		Psikomotorik	فِيْمَا آتَاكَ
3	Proses	Terencana	فَاطِرٍ, مَنْ أَوْلَىٰ, أَحْسَنَ
		Tidak Terencana	
4	Aktivitas	Non Verbal	أَتَّخِذْ, طَعِمُ, وَابْتِغِ, وَأَحْسِنُ
		Verbal	وَأَحْسِنُ, قُلْ

5	Faktor	Internal	أَمْرٌ إِتَى كَمَا
		Eksternal	نَصِيْبِكَ مِنَ الدُّنْيَا
6	Audien	Non Human	
		Human	إِلَيْكَ مُحَمَّد
7	Standar Norma	Masyarakat/ Agama	وَلَا تَكُونَنَّ، لَا تَبْغِ، الْفَسَادَ
8	Tujuan	Langsung	السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، أَسْلَمَ
		Tidak Langsung	الدَّارِ الْآخِرَةِ
9	Efek/Dampak	Positif	
		Negatif	الْفَسَادَ، لَا يُحِبُّ

c. Peta Konsep Teks Al-Qur'an

Gambar 2. 3



d. Tabulasi dan Inventorisasi Teks Al-Qur'an

Tabel 2. 5

Tabulasi dan Inventorisasi Teks Al-Qur'an

No.	Komponen	Kategori	Teks	Makna	Sumber
1	Aktor	Individu	اللَّهِ مُحَمَّد	Allah	Al-An'am;14
		Kelompok	الْمُفْسِدِينَ, الْمُشْرِكِينَ	Orang-orang musyrik, orang-orang yang berbuat kerusakan	Al-An'am;14, Al- Qashash;77
2	Aspek	Afektif	فِيمَا آتَاكَ	Sesuatu yang berharga	Al-Qashash;77
Kognitif		أَعْيَرَ فِيمَا آتَاكَ, لَا تَنْسَ	Jangan melupakan sesuatu yang berharga, berpaling	Al-An'am;14	
Psikomotorik		فِيمَا آتَاكَ	Sesuatu yang berharga	Al-Qashash;77	
3	Proses	Terencana	فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ,, مَنْ أَوْلَ أَحْسَنَ	Menciptakan, menjadikan orang,	Al-An'am;14, Al- Qashash;77

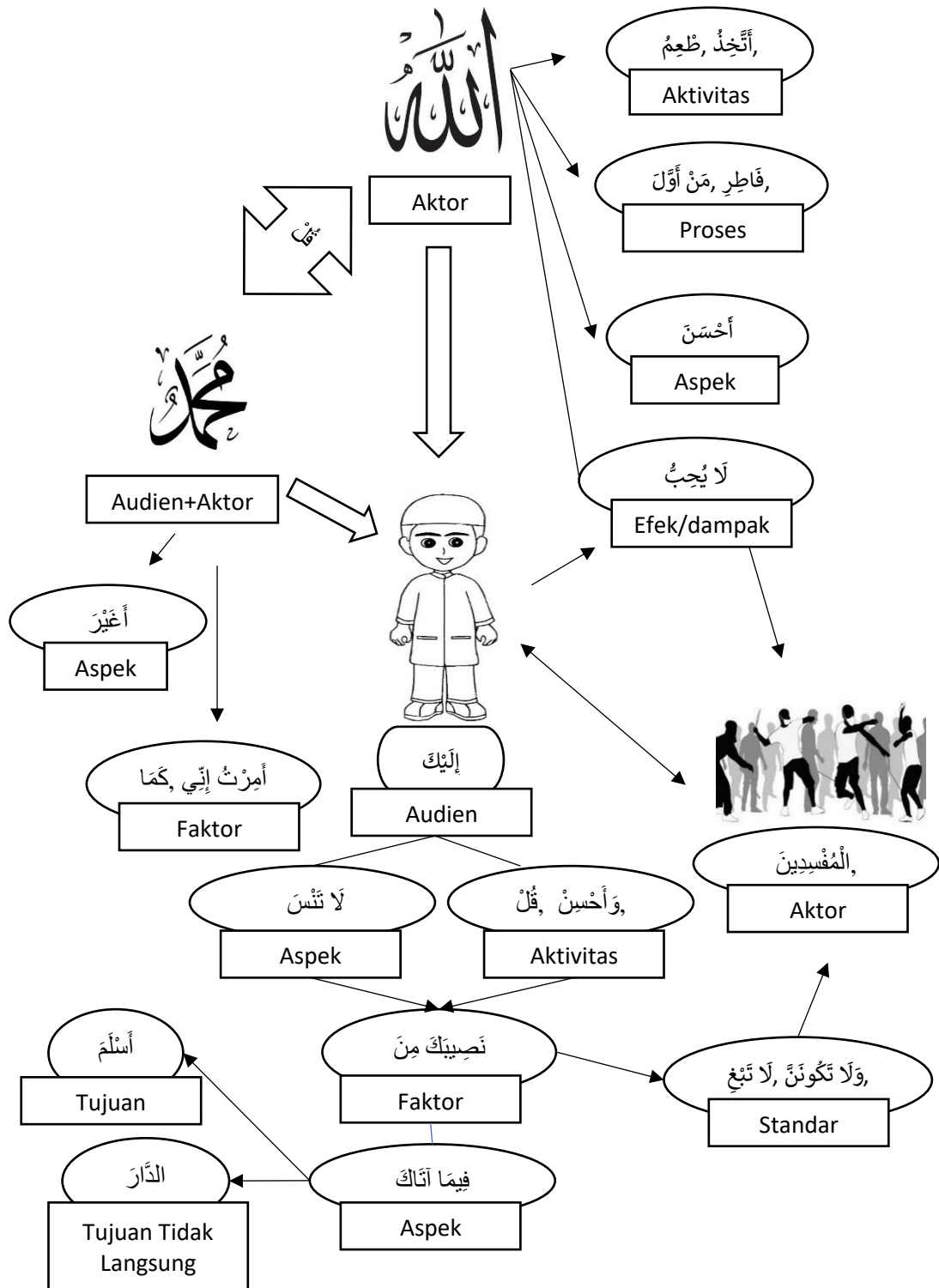
		Tidak Terencana			
4	Aktivitas	Non Verbal	أَتَّخِذُ , طَعِمُ , وَابْتِغِ , وَأَحْسِنِ	Memberikan makan, mengambil, berbuat baik, carilah	Al-An'am;14, Al-Qashash;77
		Verbal	وَأَحْسِنِ , قُلْ	Katakanlah, berbuat baik	Al-An'am;14, Al-Qashash;77
5	Faktor	Internal	أَمَرْتُ إِيَّيْ , كَمَا	Seperti Allah, sesungguhnya aku diperintah	Al-An'am;14, Al-Qashash;77
		Eksternal	نَصِيْبِكَ مِنَ الدُّنْيَا	Bagian dari dunia	Al-Qashash;77
6	Audien	Non Human			
		Human	مُحَمَّدَ , إِلَيْكَ	Kepadamu (manusia), kepada Muhammad (utusan Allah)	Al-An'am;14, Al-Qashash;77

7	Standar Norma	Masyarakat/ Agama	وَلَا تَكُونَنَّ لَا تَتَّبِعِ الْفُسَادَ	Kerusakan, jangan berbuat, jangan sekali kali masuk kedalam	Al-An'am;14, Al- Qashash;77
8	Tujuan	Langsung	أَسْلَمَ	Keselamatan, langit dan bumi	Al-An'am;14, Al- Qashash;77
		Tidak Langsung	الدَّارَ الْآخِرَةَ	Rumah akhirat	Al-Qashash;77
9	Efek/Dampak	Positif			
		Negatif	لَا يُحِبُّ	Tidak menyukai	Al-Qashash;77

e. Pola Teks Al-Qur'an

Gambar 2. 4

Pola Teks Al-Qur'an



f. Simpulan Teks Al-Qur'an

1) General

Spirituality adalah sebuah interaksi (hubungan) (قُلٌّ) yang dibangun oleh Allah (الله) kepada utusannya (محمد) untuk menjadikan-Nya sebagai tempat pelindung (أَعْيُرَ) untuk hambanya, dengan memberikan bukti bahwa Dia yang menciptakan langit dan bumi (فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ), yang memberikan makan dan tidak memberikan makan (يُطْعِمُ وَلَا يُطْعَمُ). Dan utusan Allah (محمد) dijadikan orang pertama (مَنْ أَوْلَى) yang berserah diri (أَسْلَمَ), yang mana diberikan perintah (إِنِّي أُمِرْتُ) untuk menyampaikan pesan ke individu lainnya supaya tidak masuk ke dalam golongan orang-orang musyrik atau menyekutukan Allah (الْمُشْرِكِينَ).

Happiness adalah sesuatu yang telah dianugerahkan (فِيْمَا آتَاكَ) oleh Allah kepada individu (إِلَيْكَ), dimana individu dituntut untuk mencari (وَابْتَغِ), tidak boleh melupakan (لَا تَنْسُ) kenikmatan duniawi (نَصِيْبِكَ مِنَ الدُّنْيَا), berbuat baik (وَأَحْسِنِ), seperti Allah (كَمَا) yang berbuat baik (أَحْسَنَ) kepada individu (إِلَيْكَ), serta tidak boleh melakukan (لَا تَنْغِ) perbuatan kerusakan (الْفُسَادَ) dikarenakan Allah (الله) membenci (لَا يُحِبُّ) orang-orang yang berbuat kerusakan (الْمُفْسِدِينَ).

2) Partikular

Spirituality dan *happiness* memiliki keterhubungan yaitu melibatkan peran Allah (قُلٌّ) sebagai dzat pelindung (أَعْيُرَ اللهُ) dalam

menjadikan individu (إِلَيْكَ) yang berserah diri (أَسْلَمَ) kepada Allah pencipta langit dan bumi (فَاطِرِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ) dan tidak termasuk kedalam (وَلَا تَكُونَنَّ) golongan orang-orang musyrik (الْمُشْرِكِينَ) dan orang-orang yang berbuat kerusakan (الْمُفْسِدِينَ). Sehingga individu mendapatkan kenikmatan duniawi (نَصِيبِكَ مِنْ) dan akhirat (الدَّارِ الْآخِرَةِ). Adapun perintah (إِنِّي أُمِرْتُ) yang disampaikan lewat utusannya (مَنْ أَوْلَى) adalah mencari sesuatu yang dianugerahkan (فِيمَا آتَاكَ) dengan cara berbuat baik (وَأَحْسِنُ), tidak melakukan kerusakan (لَا تَنْتَعِبْ مِمَّنْ نَصِيبِكَ مِنَ الدُّنْيَا), bersyukur (لَا تَنْتَعِبْ لِفَسَادِ), serta menjadikannya sebagai dzat pelindung (فَلْأَعِزَّزِ اللَّهُ أَنْتَ خِدُّ).

D. Korelasi antara *spirituality* dan *happiness*

Kebahagiaan sendiri menurut Seligman (2002:177) bisa diartikan sebagai perasaan atau emosi positif. Mengacu pada teori *hedonism*, bahwa kebahagiaan berarti mencari kesenangan dan menghindari kesengsaraan atau secara *eudaimonic*, bahwa kebahagiaan adalah pencapaian penuh potensi seseorang.

Selain itu, menurut Al-Ghazali dalam kitabnya yang berjudul “*kimiya as-sa’adah* halaman ke-18” mengatakan bahwa kebahagiaan adalah kenikmatan, kesenangan, dan kenyamanan yang dirasakan sesuai dengan tabiatnya (tujuan penciptaannya). Kebahagiaan tertinggi manusia dan kenikmatan untuknya adalah *makrifatullah* (mengetahui Allah), pencipta dan pemelihara bagi dirinya. Untuk menggapainya, dibutuhkan kesadaran tinggi. Sedangkan menurut Hamka (1999:24) kebahagiaan adalah mengobati hati kita yaitu melalui

agama. Jalan menuju kebahagiaan dengan meninggalkan barang terlarang dan mendekati yang baik.

Dalam kehidupan ini, setiap manusia pasti membutuhkan akan kebahagiaan. Dengan kebahagiaan, terbentuklah pribadi yang sehat dan tentram baik secara lahiriyah maupun batiniyah. Berbagai cara dilakukan dalam mencari kebahagiaannya, cara-cara tersebut terkadang dapat memberikan dampak kebahagiaan yang hanya bersifat sementara atau disebut *pleasure* (kesenangan sementara), bahkan dapat memberikan dampak buruk. Seperti halnya, mencari kebahagiaan dengan cara meminum alkohol, narkoba, atau seks bebas. Karena itu, tidak jarang ditemukan individu yang bahagia namun kemudian menjadi depresi kembali atas apa yang telah dilakukannya.

Kebahagiaan dapat dirasakan siapapun, terutama masa remaja akhir. Individu yang telah memasuki masa remaja mengalami periode *storm and stress*, yang mana fase pencarian jati dirinya. Masa remaja akhir juga dikatakan sebagai masa kritis dalam proses perkembangan perilaku atau disebut *emerging adulthood* terjadi sekitar usia 18-25 tahun ditandai dengan eksperimen dan eksplorasi sehingga menjadikan pemikiran remaja menjadi lebih abstrak, realistis, dan formal oleh Piaget disebut sebagai pikiran operasional formal (Santrock, 2012:6). Menurut Hurlock (2002:225) menjelaskan salah satu tugas perkembangan penting yang harus dikuasai remaja adalah bisa mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompoknya dan mau membentuk perilakunya agar sesuai dengan harapan sosial, dan pada masa remaja akhir (16-18) tahun dapat membentuk kode moral sendiri berdasarkan

konsep tentang benar dan salah maupun baik dan buruk yang telah dipelajari dari orang tua dan gurunya, beberapa remaja memperoleh kode moralnya adalah dengan pengetahuan yang diperoleh dari pelajaran Agama.

Santri yang merupakan anak didik di Pesantren pastinya dihadapkan dengan berbagai kegiatan yang padat praktik keagamaan, seperti sholat, mengaji, belajar, *lalaran*, *muroja'ah*, dan lainnya dengan bimbingan secara langsung, ataupun tanpa adanya bimbingan sekalipun, terlepas daripada itu, santri juga dihadapkan dengan berbagai macam permasalahan baik internal maupun eksternal. Sehingga hal ini mampu memicu ketidakbahagiaan pada santri. Santri (remaja) yang merupakan masa transisi seyogyanya mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Sehingga remaja (santri) yang memiliki penyesuaian yang baik maka memiliki kematangan mental, begitupun sebaliknya santri yang sulit dalam menyesuaikan dirinya akan mengalami stress. Sebagaimana penelitian yang telah dilakukan oleh Putri dan Hastuti (2019:1) dari 60 siswa menunjukkan hasil regresi bahwa tingkat stress yang tinggi akan menurunkan kebahagiaan sedangkan penggunaan strategi coping yang baik akan meningkatkan kebahagiaan remaja.

Dalam dunia Pesantren, pastinya santri tidak akan terlepas daripada ritual-ritual keagamaan yang dijalannya. Dimana hal itu, berkaitan juga dengan membangkitkan nilai spiritualitas santri, seperti sholat, membaca al-waqiah di pagi hari, berkunjung ke makam kyai, meminum air bekas kyai, dan lain-lain. Karena itu, pondok pesantren sebagai poros Pendidikan khusus berbasis keagamaan berupaya untuk terus meningkatkan kemandirian santri baik secara

fisik maupun batin. Kemandirian ini berasal dari spirit keagamaan dengan senantiasa melakukan berbagai tirakat sebagai suatu bentuk manifestasi spiritual individu santri yang telah menjadi tradisi dalam kesehariannya di Pesantren. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Sakir (2016:172) bahwa Pendidikan pesantren mempunyai fungsi transformasi nilai-nilai spiritual yang membentuk manusia berkarakter.

Apabila Hamka (1999:57) menyebutkan bahwa agama adalah salah satu jalan untuk mencapai kebahagiaan itu sendiri, dan agama adalah buah hasil daripada kepercayaan hati kita. Maka, untuk mencapai kebahagiaan diperlukannya sebuah kepercayaan hati yaitu agama. Senada dengan apa yang disampaikan oleh Seligman (2002:171) bahwa salah satu factor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah agama, dan dalam hal ini, agama mengisi manusia dengan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup. Hubungan antara harapan dan keyakinan beragama merupakan landasan utama mengapa keimanan begitu efektif melawan keputusasaan dan meningkatkan kebahagiaan.

Spiritualitas sendiri diartikan sebagai persepsi individu tentang adanya suatu yang bersifat transenden dan keterlibatan individu terhadap peristiwa-peristiwa yang transenden dalam kehidupan sehari-hari (Yohanes, 2019;3). Penelitian-penelitian tentang spiritualitas pada remaja seringkali dilakukan di area sekolah karena remaja menghabiskan kegiatannya sebagian besar di sekolah. Sekolah yang mengintegrasikan Pendidikan spiritual ternyata

memiliki siswa-siswa yang akademisnya baik, lebih puas terhadap pengalaman sekolah mereka, dan lebih peka terhadap permasalahan sosial (Joffe, 2006).

Pengalaman spiritual dan kebahagiaan sendiri telah diteliti oleh Aziz (2011:7) dengan 247 subyek penelitian diambil dari guru agama sekolah dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman spiritual berhubungan dengan kebahagiaan, dengan koefisien determinan sebesar 0,139. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman spiritual dapat menjadi prediktor bagi tinggi rendahnya tingkat kebahagiaan. Penelitian lain yang serupa dilakukan oleh Shah, et al. (2017:45) menggunakan *Daily Spiritual Experience Scale* yang dikembangkan oleh Underwood, dan *Subjective Happiness Scale* dikembangkan oleh Lyubomirsky dan Lepper, dengan subyek penelitian pada murid rentang usia 18-24 tahun. Hasil menunjukkan spiritualitas dan *happiness* memiliki korelasi positif, dengan koefisien 0,061.

E. Hipotesa

Ho: Tidak ada hubungan antara *spirituality* dengan *happiness* pada siswa di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang.

Ha: Ada hubungan antara *spirituality* dengan *happiness* pada siswa di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis korelasional. Menurut Azwar (2010:5) penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif, menekankan pada pendekatan data-data *numeric* (angka) yang diolah dengan menggunakan statistika. Pendekatan kuantitatif biasa digunakan pada penelitian yang bersifat inferensial (dalam rangka pengujian hipotesa) sehingga diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau hubungan antar variabel yang diteliti dan biasanya sampel dalam penelitian keuantitatif berjumlah besar.

Sedangkan kuantitatif korelasional bertujuan untuk mengetahui sejauh mana variabel berkaitan dengan variabel yang lain berdasarkan koefisien korelasi. Sehingga dapat diperoleh kesimpulan hubungan yang terjadi antar variabel saling mempengaruhi, bukan ada atau tidaknya pengaruh dari variabel tersebut, biasa disebut hubungan interaktif (Sugiyono, 2012:37). Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* yaitu pendekatan penelitian dengan cara mengukur variabel penelitian dalam satu waktu atau pada saat bersamaan.

B. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel menurut Azwar (2007:25) merupakan menetapkan variabel-variabel yang digunakan dalam sebuah rancangan penelitian. Variabel

iniilah yang kemudian akan menjadi fokus pembahasan dalam sebuah penelitian dan akan mendapatkan perlakuan pengolahan terhadap data yang sudah dikumpulkan. Variabel sendiri masih menurut Azwar adalah sebuah atribut, sifat, atau nilai dari seseorang tentang sebuah hal yang ditetapkan, diolah kemudian didapatkan sebuah kesimpulan. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terbagi menjadi sebagai berikut :

1. Variabel Bebas (X)

Menurut Sugiyono (2013:39) menjelaskan variabel bebas sebagai variabel *stimulus, predictor, antecedent*. Artinya variabel yang mempengaruhi, menstimuli, atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Dalam penelitian ini variabel bebas yang digunakan adalah : *Spirituality*

2. Variabel Terikat (Y)

Menurut Sugiyono (2013:39), variabel terikat disebut sebagai variabel output, kriteria, konsekuen. variabel yang mendapatkan pengaruh atau yang dipengaruhi, menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Penelitian ini menggunakan variabel terikat : *Happiness*.

Gambar 3. 1 Hubungan *Spirituality* dengan *Happiness*



C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah sebuah konstruk atau penegasan terhadap variabel- variabel yang menjadi tema utama dalam penelitian. Adapun tujuan dari penggunaan definisi operasional penelitian agar mempersempit makna atribut yang menjadi variabel dalam penelitian sehingga tidak terjadi penafsiran ganda dalam istilah yang digunakan.

1. *Spirituality*

Spirituality digambarkan sebagai pengalaman individu, yang mana pengalaman ini menyangkut pada persepsi individu tentang adanya sesuatu yang *transenden* atau *the sacred* (yang suci) dan melibatkan sesuatu yang *transenden* pada aktivitas kehidupannya sehari-hari. Sehingga memberikan keyakinan kuat pada individu terhadap Tuhannya dan menghasilkan persepsi kuat yang dapat memberikan perasaan spiritual, seperti rasa nyaman, kedamaian, merasakan kasih sayang Tuhan dan lain-lain.

Pada penelitian ini, variabel spiritualitas dilihat secara general pada subjek seorang santri yang melakukan kegiatan-kegiatan spiritual. Variabel ini diukur menggunakan skala *daily spiritual experience* yang dibuat oleh Underwood, dan dikembangkan oleh Aziz (2011). Adapun aspek-aspeknya adalah sebagai berikut: a. persepsi tentang adanya sesuatu yang bersifat *transenden*, b. persepsi tentang peristiwa *transenden* (aktivitas spiritual).

2. *Happiness*

Happiness adalah emosi positif melalui kepuasan hidup di masa lalu, kenikmatan hidup di masa sekarang, dan rasa *optimism* di masa depan. Sehingga menghasilkan *authentic happiness* berupa kenyamanan dan ketentraman dalam hidup yang bersifat lahir dan batin. Disisi lain, kebahagiaan bisa diartikan sebagai sebuah kenikmatan atas segala pemberian ciptaannya dan puncak daripada kebahagiaan tertinggi adalah mengenal Allah (*ma'rifatullah*).

Pada penelitian ini, variabel spiritualitas dilihat secara general pada subjek seorang santri yang melakukan kegiatan-kegiatan spiritual. Variabel ini diukur menggunakan skala dari kitab Imam Al-Ghozali, "*kimiya' as-sa'adah*" diadaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Wafa (2019). Adapun indikatornya adalah sebagai berikut: Tauhid (Iman kepada Allah), *Jihad Nafs*, *Ma'rifatur ruh*, *Ma'rifatun nafs*, Mengoptimalkan potensi hati, *Mahabatullah*, *Tadzhibun nafs*, *Ma'al qalbi*, *Khudu' ilal Khaliq*, *Wara'*.

D. Strategi Penelitian

1. Pemetaan Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2012:61). Populasi yang diambil dalam penelitian ini ciri-cirinya remaja (santri) kelas XII SMA.

Menurut Hurlock (2002:225) menjelaskan salah satu tugas perkembangan penting yang harus dikuasai remaja adalah bisa mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompoknya dan mau membentuk perilakunya agar sesuai dengan harapan sosial, dan pada masa remaja akhir (16-18) tahun dapat membentuk kode moral sendiri berdasarkan konsep tentang benar dan salah maupun baik dan buruk yang telah dipelajari dari orang tua dan gurunya, beberapa remaja memperoleh kode moralnya adalah dengan pengetahuan yang diperoleh dari pelajaran agama.

Adapun populasi dari penelitian ini adalah seluruh santri yang bermukim di Pondok Pesantren Tebuireng Jombang khususnya laki-laki, terdiri dari berbagai sekolah, antara lain : Sekolah Menengah Pertama Abdul Wahid Hasyim, Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng, Madrasah Aliyah, Madrasah Tsanawiyah, Muallimin, dan Mahad Aly. Sedangkan berdasarkan data dari kemdikbud Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang tahun akademik 2022/2023 ganjil memiliki peserta didik sebanyak 421 dan kelas XII sebanyak 244 peserta didik.

2. Pemetaan Sampel

Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan *simple random sampling* teknik ini digunakan karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2012:63). Syamsuni Charsel HR

(2018:101) mengutip pada tabel yang dibuat menurut pendapat Krejcie dan Morgan dalam mengestimasi kemungkinan kesalahan sebanyak 5%.

Pengambilan data sebanyak 125 berdasarkan tabel Krejcie dan Morgan juga didukung oleh pendapat pengambilan sample dari Arikunto (2006:134) yang menyebutkan bahwa pengambilan sampel bisa digunakan diambil sebanyak 5%- 10% atau 20% - 25%.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti guna untuk mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih dan hasil yang didapat lebih baik (Arikunto, 2006:23). Beberapa metode yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitian adalah dengan cara sebagai berikut :

a. Metode Observasi

Observasi adalah kegiatan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap suatu gejala yang tampak pada objek penelitian (Sutrisno Hadi, 1987:27). Pengamatan dilakukan oleh peneliti terhadap fenomena aktifitas spiritual yang dilakukan oleh santri.

b. Metode Dokumentasi

Riyanto dan Slamet (2020:28) mendefinisikan dokumentasi sebagai kegiatan penggalian data melalui dokumen-dokumen. Dokumen yang dijadikan sebagai data dalam penelitian ini adalah hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti

c. Skala Psikologi

Menurut Azwar (2015:6) definisi skala psikologi adalah berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkapkan atribut yang hendak diukur melainkan mengungkapkan indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah *spirituality* (x) dan *happiness* (y). Proses penyusunan dari skala ini menggunakan model skala *likert* yang memiliki bentuk perbandingan dari sangat positif ke sangat negatif. Terdapat item favorable yang bersifat mendukung aspek indikator dan unfavorable yang bersifat berlawanan dari aspek indikator.

Respon Skala Jawaban

Pilihan Jawaban	Favorable	Unfavorable
SS (Sangat Setuju)	4	1
S (Setuju)	3	2
TS (Tidak Setuju)	2	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

Skala Likert yang digunakan berguna untuk menggambarkan data yang akan didapatkan dari penelitian menjadi angka. Skala ini merupakan bentuk nilai yang akan memberikan kuantitas dari *blueprint spirituality* dan *happiness* yang disusun.

1) *Spirituality*

Dalam penelitian ini, skala yang digunakan adalah skala *Daily Spiritual Experience* yang oleh peneliti disusun berdasarkan

indikator (aspek-aspek) dari Lynn G. Underwood dan dikembangkan oleh Aziz (2021), yaitu:

Tabel 3. 1
Blue Print Skala Spirituality

Variabel	Aspek	Konstruk	F	UF	Total
<i>Spirituality</i>	<i>Connection</i>	Merasakan kehadiran Tuhan dan keterikatan denganNya	1,2	-	2
	<i>Joy (Transcendent sense of self)</i>	Perasaan tetap gembira dan terlepas dari rasa khawatir, selama melakukan ibadah atau kegiatan lain yang berhubungan dengan <i>God</i>	3	-	1
	<i>Strength and Comfort</i>	Merasakan memiliki kekuatan dalam menjalani hidup karena menjalankan agamanya atau jalan spiritualnya Merasakan nyaman dengan agama yang dianut atau jalan	4,5	-	2

		spiritual yang dijalankan			
	<i>Peace</i>	Merasakan kedamaian dan ketentraman batin yang dalam	6	-	1
	<i>Divine Help</i>	Meminta pertolongan dan berdo'a kepada <i>God</i> di setiap menjalankan aktivitas sehari-hari	7	-	1
	<i>Divine Guidance</i>	Merasakan dibimbing oleh <i>God</i> di tengah aktifitasnya sehari-hari	8	-	1
	<i>Perception of Divine Love</i>	Merasakan kasih sayang <i>God</i> secara langsung pada dirinya Merasakan kasih sayang <i>God</i> melalui hal yang lain	9,10	-	2
	<i>Sense of Awe</i>	Melihat dan menyadari keindahan seluruh ciptaan-Nya,	11	-	1

		menimbulkan efek kekaguman			
	<i>Thankfulness, appreciation</i>	Rasa syukur atas yang telah diberikan pada dirinya	12	-	1
	<i>Compassionate Love</i>	Berbelas kasih pada Orang lain tanpa pamrih tidak mementingkan dirinya sendiri (mercy) Sikap menerima kekurangan, keburukan ataupun kesalahan orang lain	13,14	-	2
	<i>Union and Closeness</i>	Adanya keinginan untuk lebih dekat dengan Tuhan Seberapa dekat dirimu dengan Tuhan?	15,16	-	2
Total			6	0	16

2) *Happiness*

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *Happiness* menggunakan aspek-aspek dari kitab *kimiya sa'adah* yang ditulis oleh Imam Al-Ghazali dan dikembangkan oleh Wafa (2019), sebagai berikut :

Tabel 3. 2

Blue Print Skala Happiness

<u>Variabel</u>	<u>Indikator</u>	Item	F	UF
<i>Happiness</i>	Tauhid (Iman kepada Allah)	2, 4, 6, 12. 19, 21, 22, 23, 32, ,35, dan 37	2, 4, 6, 12. 19, 21, 22, 23, 32, ,35, dan 37	=
	Jihad Nafs (Mujahadah)	9, 15, 16,17, 18, dan 28	9, 15, 16,17, 18, dan 28	=
	Ma'rifatur ruh (Menenal Hakikat Ruh)	11, 30, 33, dan 34	11, 30, 33, dan 34	
	Ma'rifatun nafs	29, 31, dan 36	29, 31, dan 36	
	Mengoptimalkan Potensi hati	13, 20 , 25, dan 26	13, 20 , 25, dan 26	
	Mahabatullah (Cinta kepada Allah)	8, 24, dan 27	8, 24, dan 27	
	Tadzhibun nafs (mendisiplinkan)	7 dan 10	-	7, 10

	kekuatan baik dalam diri)			
	Ma'al Qalbi (bersama hati; mengenal hati)	3 dan 5	5	3
	Khudu' ilal Khaliq (tunduk dihadapan Allah)	1	1	
	Wara' (berhati-hati dari maksiat)	14	-	14
Total		37	33	4

F. Validitas Dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas menurut Arikunto (2006:168) merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkatan-tingkatan kebenaran dari suatu instrument.

a. *Spirituality*

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini mengadopsi dari pemilik Aziz (2011) dalam penelitiannya yang berjudul Pengalaman Spiritual dan Kebahagiaan pada Guru Agama Sekolah Dasar yang diadaptasi dari penelitian oleh Lynn G. Underwood yaitu *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES) dengan jumlah keseluruhan aitem *favourable* sebanyak 16 aitem.

b. *Happiness*

Alat ukur yang digunakan diadaptasi dari penelitian yang dilakukan Wafa (2019) yang berjudul Pengembangan Alat Ukur Kebahagiaan Imam Al-Ghazali, sebanyak 384 responden dengan rincian laki-laki sebanyak 86 dan perempuan sebanyak 298.

Dalam penelitian ini, uji validitas diukur dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for the Social Science*) versi 16.0. Adapun kriteria pengujian validitas adalah sebagai berikut :

- a. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka instrument atau item-item pertanyaan tersebut dinyatakan valid.
- b. Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka instrument tersebut dinyatakan tidak valid.

2. Reliabilitas

Menurut Suharsimi Arikunto (2006:178) reliabilitas merujuk pada pengertian bahwa suatu instrument dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik.

G. Metode Analisis Data

Menurut Azwar (2007:123) proses pengolahan data penelitian yang diperoleh memiliki tujuan untuk mengorganisasikan data sedemikian rupa sehingga mampu untuk dibaca dan mampu ditafsirkan (Azwar, Saifuddin. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar). Teknik analisis yang digunakan adalah *product moment* dari Pearson. Teknik analisis *Product*

Moment digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikannya (Sugiyono, 2012:228).

Analisa data dari penelitian ini menggunakan alat bantu pengolahan statistika berupa *software SPSS for Windows* dan *Microsoft Excel*.

1. Uji Normalitas

Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian dari kedua variabel sudah terdistribusi normal atau tidak. Untuk pengukuran normalitasnya peneliti menggunakan Teknik *one-sample Kolmogov-smirnov* dan penghitungannya dengan bantuan *SPSS version 20*. Data tersebut berdistribusi normal bila skornya yang didapat berupa $P > 0,05$.

2. Uji Linieritas

Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran dari titik yang merupakan nilai dari variabel-variabel penelitian dapat ditarik garis lurus yang menunjukkan terdapat hubungan linier atau tidak antara variabel tersebut. Adapun uji linieritas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji F dan pola penyebaran skor skala dengan menggunakan *intertive graph* yang dapat menghasilkan diagram pencar, dengan bantuan *SPSS version 20*.

Menurut Susetyo (2012:217) Pengujian linearitas diperlukan beberapa kelompok data yang setiap kelompok terdiri dari beberapa data yang sama pada data X dan pasangan data tersebut pada data Y. Data akan dikategorisasikan sebagai linier apabila pada kolom nilai probabilitas atau

$p > 0.05$. Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan Analisa regresi sederhana dengan bantuan perangkat lunak *SPSS for windows*.

3. Uji Hipotesa

Susetyo (2012, hal 168) Tujuan dari penelitian kuantitatif adalah melakukan pengujian terhadap hipotesa yang diberikan pada awal penelitian. Penelitian ini adalah menguji apakah terdapat hubungan antara *spirituality* dan *happiness* pada populasi. Maka dilakukan uji hipotesis menggunakan korelasi *product moment*.

Adapun bentuk rumus *product moment* Pearson adalah sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (N \sum X) \Pi^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y) \Pi^2\}}}$$

r_{xy} = Koefisien korelasi *product moment*

N = Jumlah subjek (x) dan skor total (y)

$\sum xy$ = jumlah perkalian item

\sum = jumlah skor item

$\sum x^2$ = jumlah kuadrat skor item (x)

$\sum y$ = jumlah skor skala (y)

$\sum y^2$ = jumlah kuadrat skor item (y)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran lokasi penelitian

Pesantren Tebuireng adalah salah satu pesantren terbesar di Kabupaten Jombang. Pesantren ini didirikan pada tanggal 26 Rabiul Awal 1317 H / 3 Agustus 1899 M oleh KH Hasyim Asyari yang pada mulanya hanya memiliki santri berjumlah 8 orang. Pada awal berdirinya, materi pelajaran yang diajarkan hanya berupa materi keagamaan dengan sistem *sorogan* dan *bandongan*. Seiring perkembangan waktu, sistem pengajaran secara bertahap dibenahi, diantaranya menambah kelas musyawarah sebagai kelas tertinggi, pengenalan sistem klasikal (madrasah), lalu tahun 1929 pendirian Madrasah Salafiyah Syafi'iyah yang di dalamnya diajarkan materi pengetahuan umum.

Dalam perjalanan sejarahnya, hingga kini Pesantren Tebuireng telah mengalami 8 kali periode kepemimpinan. Saat ini, Pesantren Tebuireng dibawah kepengasuhan KH Abdul Hakim Mahfud dimana memiliki beberapa unit Pendidikan, seperti Madrasah Tsanawiyah (unit tertua didirikan oleh KH Abdul Wahid Hasyim), Madrasah Aliyah Salafiyah Syafi'iyah (MASS), Sekolah Menengah Pertama Abdul Wahid Hasyim, Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang, Madrasah Muallimin, Ma'had Aly Hasyim Asyari.

Pada penelitian ini, menggunakan santri atau peserta didik yang melakukan pembelajaran di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang, dimana didirikan tahun 1975 dengan visi yang sejalan dengan Pesantren yaitu: sebagai Lembaga dakwah berbasis Pendidikan, meningkatkan kesadaran beribadah siswa, mengembangkan keilmuan baik ilmu pengetahuan maupun ilmu agama berkultur pesantren, meningkatkan prestasi siswa baik akademik maupun non akademik. Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang memiliki dua jurusan, yakni : IPA dan IPS. Dengan perpaduan kurikulum pesantren dan kurikulum Depdiknas, siswa akan mendapat dua ijazah sekaligus, yaitu dari pesantren dan Depdiknas.

Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang merupakan Lembaga Pendidikan yang terakreditasi berbasis pesantren. Tidak hanya pelajaran umum yang diterapkan, pelajaran agama juga diutamakan di sekolah. Menurut informasi dari guru BK, siswa-siswi di sekolah sebelum jam belajar-mengajar dimulai, terlebih dahulu para guru dan murid melaksanakan sholat dhuha, dan selalu mengedepankan sholat berjamaah, setelah sholat dhuha sebelum masuk pembelajaran siswa-siswi perwakilan kelas ditunjuk untuk mengisi kultum untuk membiasakan berbicara di depan publik, selain itu para siswa selalu dibekali dengan motivasi.

2. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 30 Januari 2023 dimulai dengan meminta ijin kepada kepala sekolah Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang melewati rekan sejawat peneliti. Setelah itu, peneliti mulai melaksanakan penelitian dibantu oleh beberapa pengajar sekolah serta satu rekan peneliti bertempat di dalam kelas masing-masing.

3. Jumlah Subyek Penelitian

Penggalian data menggunakan pendekatan teknik *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Adapun kriteria yang ditetapkan sebagai sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang, Adapun jumlah peserta didik keseluruhan dari kelas XII Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang ada 125 dari 244 peserta didik.

4. Jumlah Subyek yang dianalisis

Pada hasil akhir data yang dikumpulkan oleh peneliti melalui kuisisioner terkumpul data sebanyak 125 responden. Setelah dikumpulkan dan dilakukan *screening* pada data yang sudah dikumpulkan maka didapatkan sebanyak 125 responden telah memenuhi syarat.

5. Prosedur dan administrasi pengambilan data

- a. Pertama, peneliti membuat pertanyaan untuk kuisisioner sesuai dengan *blue print* yang dipakai.
- b. Kedua, pada lembaran awal kuisisioner peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan cara pengisian kuisisioner.

- c. Kemudian peneliti membagikan kuisioner kepada responden dengan dibantu rekan peneliti.
- d. Peneliti mencoba aktif dan teliti apabila ditemukan kebingungan responden dari pertanyaan kuisioner ataupun ditemukan identitas diri dan beberapa pertanyaan yang belum terisi oleh responden.

B. Pemaparan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

a. Uji Validitas

Nilai r tabel hitung dari responden yang berjumlah 125 orang dengan menetapkan taraf signifikansi yang digunakan sebanyak 5% dalam daftar tabel distribusi nilai r signifikan. Menurut pendapat Slamet dan Aglis (2020:64) dalam bukunya yang berjudul “*Metode Riset Penelitian Kuantitatif*” panduannya adalah jika nilai hitung $> r$ tabel dalam penelitian ini yaitu 0,176 (N=125) maka dinyatakan valid, begitupun sebaliknya jika nilai hitung $< r$ maka item yang digunakan tidak valid. Uji validitas pada penelitian ini dibantu dengan program *SPSS 16 for windows* dengan Teknik validitas *Product Moment Pearson*.

1) Skala *Spirituality*

Berdasarkan uji validitas aitem pada skala *Spirituality*, dengan jumlah aitem sebanyak 16 aitem yang diujikan kepada 125 subyek. Peneliti mendapatkan hasil bahwa satu aitem dinyatakan gugur sehingga menyisakan 15 aitem valid. Adapun rincian hasil uji validitas skala *spirituality* adalah sebagai berikut :

Tabel 4. 1
Hasil Uji Validitas Skala *Spirituality*

No. Aitem	Rhitung	Rtabel	Keterangan
1	.463	0,176	Valid
2	.344	0,176	Valid
3	.369	0,176	Valid
4	.269	0,176	Valid
5	.503	0,176	Valid
6	.433	0,176	Valid
7	.486	0,176	Valid
8	.606	0,176	Valid
9	.431	0,176	Valid
10	.380	0,176	Valid
11	.241	0,176	Valid
12	.341	0,176	Valid
13	-.005	0,176	Tidak Valid
14	.401	0,176	Valid
15	.397	0,176	Valid
16	.416	0,176	Valid

2) Skala *Happiness*

Berdasarkan uji validitas aitem pada skala *happiness* dengan jumlah 37 aitem yang diujikan kepada 125 subyek. Peneliti

mendapatkan hasil bahwa 10 aitem dinyatakan gugur, 4 aitem unfavourable dan 6 aitem favourable.

Tabel 4. 2
Hasil Uji Validitas Skala *Happiness*

No. Aitem	Rhitung	Rtabel	Keterangan
1	.185	0,176	Valid
2	.379	0,176	Valid
3	.070	0,176	Tidak Valid
4	.247	0,176	Valid
5	.360	0,176	Valid
6	.290	0,176	Valid
7	.168	0,176	Tidak Valid
8	.145	0,176	Tidak Valid
9	.246	0,176	Valid
10	.020	0,176	Tidak Valid
11	.521	0,176	Valid
12	.447	0,176	Valid
13	.276	0,176	Valid
14	.018	0,176	Tidak Valid
15	.187	0,176	Valid
16	.398	0,176	Valid
17	.432	0,176	Valid
18	.342	0,176	Valid

19	.130	0,176	Tidak Valid
20	.181	0,176	Valid
21	.426	0,176	Valid
22	.254	0,176	Valid
23	.430	0,176	Valid
24	.160	0,176	Tidak Valid
25	.263	0,176	Valid
26	-.005	0,176	Tidak Valid
27	.292	0,176	Valid
28	.347	0,176	Valid
29	.290	0,176	Valid
30	.381	0,176	Valid
31	.179	0,176	Valid
32	.349	0,176	Valid
33	.371	0,176	Valid
34	.326	0,176	Valid
35	.159	0,176	Tidak Valid
36	.161	0,176	Tidak Valid
37	.363	0,176	Valid

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan menggunakan program bantuan yaitu *SPSS 16 for windows*. Menurut Sujerweni (2019:328) yang kemudian

menyebutkan bahwa jika angka *alpha chronbach* yang didapatkan melebihi 0,6 maka alat ukur dinyatakan memiliki reliabilitas yang sudah cukup untuk digunakan. Berdasarkan hasil pengujian yang dilakukan dengan responden, maka didapatkan hasil uji reliabilitas pada skala *spirituality* dan skala *happiness* adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 3

Hasil Reliabilitas Skala *Spirituality* dan *Happiness*

Klasifikasi	Skor	Keterangan
<i>Spirituality</i>	.765	Reliabel
<i>Happiness</i>	.800	Reliabel

Hasil uji reliabilitas pada ketiga skala dapat dinyatakan reliabel. Hal ini dikarenakan hasil skor dari keduanya lebih besar dari 0,6. Joko Widiyanto (2010) menjelaskan bahwa dasar pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas adalah jika nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari nilai r tabel maka skala dapat dikatakan reliabel. Sebagai deskripsinya, skala spiritualitas memiliki nilai alpha sebesar 0,765 dan pada skala kebahagiaan memiliki nilai alpha sebesar 0,800. Maka, dari hasil ini dapat peneliti simpulkan bahwa masing-masing skala memiliki konsistensi yang memadai dalam mengukur tujuan pengukuran.

c. Uji Normalitas

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan dari Kolmogrov Smirnov, dengan cara mencocokkan data yang sudah dikumpulkan dengan distribusi probabilitas kurva normal.. Menurut kaidah ini apabila

signifikansi yang diperoleh dari hasil pengujian normalitas $\geq 0,05$, maka dianggap terdistribusi secara normal. Berdasarkan hasil diatas yaitu mendapatkan nilai signifikansi sebesar $0,982 \geq 0,05$, artinya sebaran data terdistribusi secara normal.

Tabel 4. 4

Hasil Uji Normalitas *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test (K-S-T)*

Variabel	Absolute	Positif	Negatif	K-S-T	Sig (2-tailed)
<i>Spirituality</i>	.042	.041	-.042	.465	.982

&

Happiness

d. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk tujuan mencari tahu apakah terdapat hubungan yang selaras antara kedua variabel penelitian yang digunakan sesuai jika dibandingkan dengan teori dan hasil penelitian yang didapatkan di lapangan. Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji *Durbin-Watson*. Dalam kaidah ini, jika terdapat korelasi antara variabel independent dan dependen apabila signifikansi yang diperoleh dari hasil pengujian normalitas $\geq 0,05$, maka dianggap terdistribusi secara normal. Lebih jelasnya, dapat dilihat pada tabel dibawah ini tentang hasil pengujian linieritas, yang mana mendapatkan nilai signifikansi sebesar

0,355 artinya memiliki hubungan yang linier antara variabel *spirituality* dan *happiness*.

Tabel 4. 5
Hasil Uji Linieritas

Variabel	<i>Linierity</i>				<i>Deviation From Linierity</i>			
<i>Spirituality</i> & <i>Happiness</i>	df	<i>Mean</i> <i>Squre</i>	F	Sig	df	<i>Mean Squre</i>	F	Sig
	1	3041.739	56.098	.000	33	59.559	1.098	.335

2. Deskripsi data dan hasil penelitian

a. Deskripsi data *Spirituality*

Pengumpulan data *spirituality* menggunakan kuisisioner yang terdiri dari 15 pertanyaan dengan rentang nilai yang diberikan pada setiap pertanyaan dengan nilai 1-2-3-4-5 yang menjadi interpretasi dari pertanyaan yang diberikan. Deskripsi data ini meliputi nilai terendah, tertinggi, rata-rata, standar deviasi, kategori jenjang, dan presentase.

Tabel 4. 6
Deskripsi Data *Spirituality*

Variabel	Jumlah Item	Responden	Statistik	Nilai
<i>Spirituality</i>	16 Aitem	125	Nilai Minimal	29
			Nilai Maksimal	72

Rata-rata	55,76
Standar Deviasi	8,587

Berdasarkan norma yang ditetapkan diatas, diperoleh jenjang kategorisasi dari data variabel *spirituality* yang sudah ditetapkan sebagai berikut:

1) Tinggi

$$= X \geq M + 1 \text{ SD}$$

$$= X \geq 55.76 + (1 \cdot 8.587)$$

$$= X \geq 64.347$$

2) Sedang

$$= (M - 1 \text{ SD}) \leq X < (M + 1 \text{ SD})$$

$$= 55.76 - (1 \cdot 8.587) \leq X < 55.76 + (1 \cdot 8.587)$$

$$= 47.173 \leq X < 64.347$$

3) Rendah

$$= X < M - 1 \text{ SD}$$

$$= X < 55.76 - (1 \cdot 8.587)$$

$$= X < 47.173$$

b. Deskripsi data *happiness*

Tabel 4. 7

Deskripsi Data *Happiness*

Variabel	Jumlah Item	Responden	Statistik	Nilai
----------	-------------	-----------	-----------	-------

			Nilai Minimal	59
			Nilai Maksimal	102
<i>Happiness</i>	27 aitem	125	Rata-rata	82,78
			Standar Deviasi	8,929

Berdasarkan norma yang ditetapkan diatas, diperoleh jenjang kategorisasi dari data variabel *spirituality* yang sudah ditetapkan sebagai berikut:

1) Tinggi

$$\begin{aligned}
 &= X \geq M + 1 \text{ SD} \\
 &= X \geq 82.78 + (1*8.929) \\
 &= X \geq 91.709
 \end{aligned}$$

2) Sedang

$$\begin{aligned}
 &= (M - 1 \text{ SD}) \leq X < (M + 1 \text{ SD}) \\
 &= 82.78 - (1*8.929) \leq X < 82.78 + (1*8.929) \\
 &= 73.851 \leq X < 91.709
 \end{aligned}$$

3) Rendah

$$\begin{aligned}
 &= X < M - 1 \text{ SD} \\
 &= X < 82.78 - (1*8.929) \\
 &= X < 73.851
 \end{aligned}$$

c. Analisa korelasi *Product Moment*

Pengujian korelasi antara variabel dalam penelitian ini menggunakan metode yang dibantu oleh program *spss 16 for windows* dan kaidah Karl Pearson. Kaidah Karl Pearson sendiri adalah teknik korelasi yang diajukan oleh Pearson menggunakan operasi hitung untuk menemukan dan menguji hipotesis pada dua atau lebih variabel dengan data bivariat (Sesatyo, 2012:166). Maka hasilnya menunjukkan data yang diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar 0,555 dengan nilai signifikansi yang diperoleh 0,000 ($p < 0,05$).

Hasil analisis data pada tabel, menunjukkan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yaitu dibawah 0,05, maka hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan antara *spirituality* dan *happiness* pada siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang (H_0), diterima. Hal ini berarti menjelaskan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *spirituality* dan *happiness*.

Tabel 4. 8
Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Korelasi Pearson	Signifikansi	Kesimpulan
<i>Spirituality</i> dan <i>Happiness</i>	.555	0,000 < 0.05	Korelasi

d. Uji Aspek Variabel *spirituality* dan *happiness*

Pengujian aspek variabel x (*spirituality*) terhadap variabel y (*happiness*) menggunakan uji analisis regresi linier, yang mana

menunjukkan nilai signifikansi sebesar .000, apabila nilai signifikansi < 0.05, maka aspek pada variabel x (*spirituality*) memiliki pengaruh dan keterhubungan terhadap variabel y (*happiness*), sebagaimana tabel berikut :

Tabel 4. 9
Uji Regresi Linier model ANOVA

Aspek	Nilai Signifikansi	Kesimpulan
<i>Spirituality</i>	0.000	Memiliki pengaruh

Adapun hasil analisis uji regresi linier antara aspek pada variabel *spirituality* dengan variabel *happiness*, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek *connection* pada variabel *spirituality* merupakan aspek paling dominan terhadap variabel *happiness*, hal ini berarti bahwa aspek *connection* (keterhubungan) memiliki keterkaitan dengan beberapa aspek pada variabel *happiness*. Sebagaimana tabel dibawah ini:

Tabel 4. 10
Hasil Uji Aspek antara *Spirituality* terhadap *Happiness*

No	Aspek	B	T	Signifikansi
1	<i>Connection</i>	1.486	3.149	.002
2	<i>Joy</i>	.563	.804	.423
3	<i>Streght and Comfort</i>	1.033	1.938	.055
4	<i>Peace</i>	.155	.232	.817
5	<i>Divine Help</i>	1.466	1.136	.258
6	<i>Divine Guidance</i>	-1.637	-1.437	.154

7	<i>Perception of divine love</i>	1.237	2.376	.019
8	<i>Sense of Awe</i>	1.348	2.154	.033
9	<i>Thankfulness, Appreciation</i>	-.421	-.432	.667
10	<i>Compassionate Love</i>	-.515	-1.204	.231
11	<i>Union and Closeness</i>	.307	.488	.626

C. Pembahasan

1. Tingkat *Spirituality*

Spiritualitas dalam penelitian ini didasari dengan definisi para tokoh adalah kesadaran, persepsi, ataupun pengalaman puncak individu terhadap sesuatu yang *transenden* (dihubungkan dengan mitos, wahyu Tuhan, atau kebermaknaan hidup). Hal tersebut dapat mempengaruhi cara pandang hidup seseorang terkait dengan tujuan hidupnya, dimana dia berasal, apa makna hidup sesungguhnya. Sehingga kehidupan individu lebih bahagia ataupun berharga dari sebelumnya. Menurut Underwood (2006:196) menyebutkan beberapa indikator *spirituality*, antara lain: *connection, joy (transcendent sense of self), strength and comfort, peace, divine help, divine guidance, perception of divine love, awe, thankfulness, compassionate love, union and closeness.*

Data penelitian ini didapatkan dari santri Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang yang telah ditentukan sebanyak 125 responden. Penelitian ini menemukan bahwa 17 orang tergolong responden yang memiliki tingkat spiritualitas kategori tinggi atau

sebanyak 13,6%, pada kategori sedang sebanyak 93 atau 74,4% responden. Dan terakhir pada kategori rendah didapatkan sebanyak 15 atau 12%. Sebagaimana besar siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang memiliki tingkat spiritualitas sedang.

Terdapat beberapa faktor yang mengakibatkan terjadinya perbedaan tingkat *spirituality* diantaranya pertama adalah keluarga. Meskipun siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang bermukim pada satu tempat di Pondok Pesantren dan mendapatkan pengajaran yang sama. Craven, Himle (1996) peran keluarga tetap menjadi pengalaman pertama siswa dalam memberikan pengajaran mengenai Tuhan, kehidupan, dan diri sendiri (Hamid, 2008:7). Perbedaan dukungan keluarga ditunjukkan dengan penelitian Aziz dan Retno (2017:35) dengan subyek penelitian yang memiliki keluarga kondusif dicirikan dengan tingginya dukungan keluarga baik itu dukungan material maupun psikologis, sehingga skornya berpengaruh terhadap spiritualitas yang meningkat. Dan hanyalah dukungan psikologis yang berpengaruh terhadap spiritualitas remaja.

Kedua, tahap perkembangan. Dengan bertambahnya usia pastinya individu mengalami banyak perubahan baik itu kemampuan berpikir, penalaran, perkembangan fisik, moral dan psikis. Meminjam pendapat dari Fowler (1981) dari studinya tentang perkembangan iman, Fowler memeriksa proses perkembangan iman anak-anak, remaja, serta dewasa dan mengenali adanya perubahan khusus dalam iman ketika ia

berkembang. Fowler membaginya menjadi enam tahapan perkembangan iman yang berkaitan dengan teori perkembangan Erikson, Piaget, dan Kohlberg. Dimana fase remaja masuk kedalam tahap keempat, iman individuatif dan reflektif artinya remaja sepenuhnya bertanggung jawab terhadap keyakinan religiusnya. Tahap ini ditandai dengan individu yang mulai meninggalkan rumahnya, mulai bertanggung jawab terhadap kehidupannya sendiri, dan memperluas pengalaman hidup tertentu (Rustam, A., Fitri, Susi., & Hidayat, DR., 2021:111).

Ketiga, pengalaman hidup dan keyakinan agama juga menjadi faktor penting terkait tinggi rendahnya spiritualitas seseorang. Anak belajar nilai moral didalamnya termasuk menjalankan kegiatan agama. Craven, Himle (1996), seseorang akan mengikuti tradisi agama dan spiritualitas keluarga. Begitupun juga, dengan pengalaman hidup baik itu positif maupun negatif, bagaimana seseorang mengartikan kejadian-kejadian yang dialami, misalnya apabila seseorang mengalami musibah dapat diartikan sebagai sesuatu yang negatif ataupun tetap positif. Dengan pengalaman yang positif mendatangkan rasa beryukur atau merasa tidak perlu disyukuri. Remaja dalam perkembangan spiritualitasnya tahap ketiga berdasarkan cenderung mengandalkan dan meniru orang lain dalam pengalaman beragama, berarti remaja membutuhkan guru atau *mentoring* dalam mengembangkan kemandirian dirinya sesuai keyakinannya. Sedangkan remaja yang lebih tinggi satu tingkat, mereka berusaha membangun relasi

dengan Tuhannya, tahap dimana remaja mampu sepenuhnya bertanggung jawab terhadap keyakinan religiusnya (Hamid 2000:7).

2. *Tingkat Happiness*

Happiness atau kebahagiaan pada penelitian ini diartikan sebagai emosi atau perasaan positif, penilaian individu terhadap dirinya selama masa hidupnya. Kenikmatan, kesenangan, dan kenyamanan yang dirasakan dengan pengetahuan dalam memahami segala bentuk kebesaran Allah merupakan puncak dari kebahagiaan (hakiki). Secara garis besar, Imam Al-Ghazali dalam kitabnya yang berjudul *kimiya as-sa'adah* membagi, antara lain: tauhid (iman kepada Allah), jihad nafs (mujahadah), ma'rifatun ruh (mengenal hakikat ruh), ma'rifatun nafs (mengenal jiwa), mengoptimalkan potensi hati, mahabattullah (cinta kepada Allah), Tadzhibun Nafs (mendisiplinkan diri), Ma'al Qalbi (mengenal hati), Khudu' ilal-Khaliq (Tunduk dihadapan Allah), Wara' (berhati-hati dari maksiat).

Data penelitian ini didapatkan dari santri Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang yang telah ditentukan sebanyak 125 responden. Penelitian ini menemukan bahwa 20 tergolong responden yang memiliki tingkat *happiness* kategori tinggi atau sebanyak 16%, pada kategori sedang sebanyak 85 atau 68% responden. Dan terakhir pada kategori rendah didapatkan sebanyak 20 atau 16%. Sebagian besar siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang memiliki tingkat *happiness* sedang.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya *happiness* remaja, salah satunya adalah agama. Agama menjadi perkara pertama dalam mendatangkan kebahagiaan. Menurut Hamka (1999:57) agama menjadi dogma keimanan baik secara lahiriah maupun batiniah. Secara konsisten menunjukkan bahwa orang-orang yang religius lebih bahagia dan puas terhadap kehidupan daripada yang tidak religius. Seligman (2002:137) hubungan sebab-akibat antara agama dan hidup yang sehat, seperti pelarangan penggunaan narkoba, hal-hal yang memabukkan, melakukan kejahatan, perselingkuhan dan sebagainya. Sebaliknya, agama mendorong untuk beramal, hidup sederhana penuh rasa syukur, dan bekerja keras.

Seperti dalam penelitian Fauqiyah (2010:84) dengan responden remaja, keyakinan beragama memiliki hubungan dan pengaruh terhadap kebahagiaan dengan koefisien 0.515, artinya semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan seseorang. Hasil penelitian yang sama dilakukan oleh Rasyid (2022:50) religiusitas memiliki hubungan dengan *authentic happiness* dengan korelasi *pearson* sebesar 0,135.

Kedua, I'tikad dan yakin menjadi kepercayaan pertama manusia sebagai makhluk istimewa yang memiliki derajat tinggi di muka bumi. Hamka (1999:51) keteguhan pendirian, kekuatan prinsip hidup di setiap rintangan merupakan modal utama manusia untuk melangkah bahwa setiap orang memiliki hak dan kewajiban yang sama dalam kebahagiaan.

Sebaliknya, tidak adanya prinsip hidup akan menjadikan semakin jauh dengan kebahagiaan.

Dengan keyakinan yang tinggi maka hilanglah keragu-raguan. Hamka (1999:52) membagi menjadi tiga tingkatan, yaitu ilmu yaqin, haqqul yaqin, dan ainul yaqin. Untuk mencapai itu diperlukan pintu fisik seperti penglihatan, pendengaran, perasaan, penciuman. Dan secara psikis, seperti akal, pikiran, kehendak, nafsu. Menurut Seligman (2002:155) apabila ingin meningkatkan kebahagiaan hidup, membangun kekuatan dan kebajikan serta menggunakan dalam menyelesaikan masalah kehidupan sehari-hari.

Sama halnya dengan Hamka dan Seligman, Hamka menyebutnya sebagai i'tikad dan yakin, sedangkan Seligman lebih mengarah pada optimisme dan harapan. Menurut Seligman (2002:36) optimisme salah satu diantara banyak kekuatan yang menyebabkan kebahagiaan dan kesehatan. Watak optimis yang dimiliki individu membantu bagaimana menafsirkan permasalahan mereka sebagai hal yang sementara, terkendali dan hanya khusus satu situasi. Sedangkan orang yang pesimis menghancurkan segala yang dilakukannya, memandang permasalahan mereka berlangsung selamanya, dan tidak terkendali. Pernyataan ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Nuzul (2022:75) dengan subyek pada remaja rentan usia 14-18 tahun, adanya korelasi antara optimisme dan kebahagiaan dengan koefisien sebesar 6,404, artinya

bahwa semakin tinggi tingkat optimisme maka semakin tinggi juga tingkat kebahagiaan remaja.

Terakhir, akal dan budi. Hamka (1999:135) menjelaskan bahwa akal dan budi merupakan potensi manusia dalam membedakan mana yang baik dan mana yang buruk untuk hidupnya. Keutamaan akal adalah dapat membedakan antara bahagia dengan yang hina. Sama halnya dengan Seligman (2002:162) menyebutnya sebagai kearifan dan pengetahuan merupakan dasar daripada keingintahuan sampai dengan yang paling matang (perspektif). Dengan keingintahuan akan dunia mencakup keterbukaan terhadap pengalaman dan fleksibilitas terhadap segala sesuatu yang tidak sesuai dengan konsepsi awal. Mereka akan menyukai dan tertarik untuk membedahnya. Rasa ingin tahu yang secara aktif dapat menimbulkan hal baru dan penyerapan informasi yang banyak dan tidak mudah bosan.

3. Hubungan *Spirituality* dan *Happiness*

Uji korelasi *product moment* Pearson dengan menggunakan spss 16 mendapatkan hasil bahwa antara tingkat spiritualitas dan happiness pada siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang memiliki korelasi. Hal ini dibuktikan dengan nilai korelasi 0,555 dan signifikansi 0,000 yang kurang dari 0.05 yang artinya memiliki korelasi antar dua variabel tersebut. Maka dari itu, hasil uji korelasi *product moment* Pearson dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis H_a diterima dan H_o ditolak. H_a berbunyi bahwa adanya hubungan antara spirituality

dan happiness pada siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang.

Menurut Hamka (1999:50) kebahagiaan adalah mengobati hati kita yaitu dengan melalui agama, untuk menggapainya perlu kesadaran tinggi dengan akal fikiran. Agama sebagai pembuka jalan bagi segala perkara alam dan dari hal manusia, nikmat dan anugerah dari kekuasaan hal gaib, sedangkan akal fikiran ialah untuk membanding dan menimbang Sebagaimana penelitian dari Hanum (2022:75) dengan subyek penelitian adalah remaja usia 14-18, menunjukkan korefisien sebesar $4,008 > 1,985$, yang artinya adanya hubungan antara religiusitas dengan kebahagiaan, semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan pada remaja. Dengan subyek sebanyak 105 responden, religiusitas dan kebahagiaan memiliki hubungan dengan kriteria sedang.

Meskipun dalam konsep religiusitas dan spiritualitas dua hal yang berbeda namun dalam realitas keduanya sama. Seperti yang diungkapkan oleh Denny, JA (2020:69), dalam bukunya yang berjudul "*spirituality of happiness*", mengungkapkan bahwa agama menjadikan religiusitas dan spiritualitas merupakan komponen yang tidak dapat dipisahkan, dikarenakan adanya unsur substantif individual dan fungsional kelembagaan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Maselko dan Kubzansky (2006:2848) yang menemukan bahwa adanya hubungan antara kegiatan keagamaan dan pengalaman spiritual dengan kebahagiaan dan kesehatan mental. Penelitian lainnya dilakukan oleh

Aziz (2011:7) dengan subyek guru agama sekolah, menunjukkan koefisien determinan sebesar 0.139, hal ini menunjukkan bahwa pengalaman spiritual dapat menjadi ukuran tinggi rendahnya tingkat kebahagiaan. Penelitian lain dilakukan oleh Shah, et al. (2017:45) dengan subyek penelitian remaja rentang usia 18-24 tahun, menunjukkan hasil koefisien sebesar 0,061 berkorelasi positif antara *spirituality* dan *happiness*. Diperkuat oleh Holder, Coleman, & Wallace dalam penelitiannya menemukan bahwa orang yang lebih spiritual ternyata hidupnya lebih bahagia (Rusydi, 2012:131).

Berdasarkan hasil uji aspek, variabel *spirituality* dengan *happiness* memiliki salah satu aspek yang paling dominan yang berpengaruh pada *happiness* yaitu *connection*. Menurut Underwood (2006: 196), *connection* (keterhubungan) adalah hubungan individu dengan Tuhannya atau sesuatu yang *transenden*. Ada dua macam yaitu: perasaan tentang kehadiran Tuhan dan perasaan adanya keterikatan Tuhan ke dalam semua lini kehidupannya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengumpulan data dilapangan yang selanjutnya dilakukan Analisa dan pembahasan yang diajukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat *spirituality* siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang dikelompokkan kedalam tiga kategorisasi yaitu memiliki *spirituality* tinggi, sedang, dan rendah. Dari 125 responden, 17 siswa digolongkan kedalam *spirituality* tinggi atau sebanyak 13,6%, pada tingkatan sedang sebanyak 93 atau 74,4% siswa, dan yang terakhir didapatkan sebanyak 15 atau 12% siswa pada kategori rendah. Sebagian besar siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang memiliki tingkat *spirituality* sedang.
2. Tingkat *happiness* siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang dikelompokkan kedalam tiga kategorisasi yaitu memiliki *happiness* tinggi, sedang, dan rendah. Dari 125 responden, 20 siswa digolongkan kedalam *happiness* tinggi atau sebanyak 16%, pada tingkatan sedang sebanyak 85 atau 68% siswa, dan yang terakhir didapatkan sebanyak 20 atau 16% siswa pada kategori rendah. Sebagian besar siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng memiliki tingkat *happiness* sedang.

3. Pada hasil uji coba korelasi *product moment* Pearson menggunakan *spss 16 for windows* didapatkan hasil nilai korelasi sebesar 0,555 dengan nilai signifikansi yang diperoleh 0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis H_a diterima dan H_o ditolak yang artinya tingkat tinggi rendahnya *spirituality* memberikan dampak terhadap tinggi rendahnya *happiness* pada siswa Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diberikan pada penelitian ini dapat disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Bagi subjek

Untuk meningkatkan *happiness*, hendaknya siswa perlu untuk memahami arti pentingnya sebuah kebahagiaan, juga demikian halnya dengan *spirituality* siswa hendaknya memperhatikan pengertian, aktifitas spiritual, manfaat, dan faktor *spirituality*, karena pengalaman spiritual tersebut berperan penting dalam menumbuhkan kebahagiaan (*happiness*) pada siswa.

2. Bagi Pihak Sekolah dan orang tua

Peneliti menyarankan, tetap mengadakan berbagai kegiatan keagamaan yang dapat meningkatkan nilai spiritual siswa, seperti sholat, mengaji, dan amalan-amalan yang harus dijalankan sehingga menjadi rutinitas tersendiri bagi siswa. Dan tidak lupa untuk tetap menciptakan hubungan yang harmonis, selalu memberikan arahan, bimbingan, membuka diri serta membiasakan pola

hidup yang religius dalam lingkungan Pendidikan ataupun keluarga, agar sikap remaja menjadi lebih terarah secara moral dan agama.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Pengembangan pada bagian indikator atau aspek *spirituality* menggunakan teori tokoh islam yang lain dengan menggabungkan unsur-unsur kebahagiaan dalam kitab *kimiya' sa'adah*, serta menambahkan variabel pendukung seperti *connection* atau bersyukur, karena aspek yang paling dominan dan memiliki urgensi yang menarik untuk diteliti, sehingga penelitian menjadi lebih kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, Damar. 2017. *Hubungan antara spiritualitas dan stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi*. Jurnal el-Tarbawi, vol 10(2), 39-62.
- Al-Ghozali. 2014. *Metode menggapai kebahagiaan: kitab kimia kebahagiaan*, terj. Haidar Bagir. Bandung: Mizan.
- Awasthi, Tulna. 2019. *Spirituality and happiness: a correlation study*. International Journal of Science and Research (IJSR), vol. 8(8), 105-106.
- Aziz, Rahmat dan Retno Mangestuti. 2017. Pengembangan Spiritualitas Remaja: Mengapa Remaja Laki-laki Lebih Memerlukan Dukungan Keluarga Dalam Pengembangan Spiritualitas. *Jurnal Psikologi Islam: Pusat Penelitian dan Layanan Psikologi*, Vol. 14(1), 31-37.
- Aziz, Rahmat. 2011. *Pengalaman spiritual dengan kebahagiaan pada guru agama sekolah dasar*. Jurnal Proyeksi, vol 6(2), 1-11.
- Azwar, Saifudin. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Benson, P.L., Roehlkepartain, E.C & Rude, S.P. 2003. *Spiritual Development in Childhood and Adolescence*. Toward a field of inquiry, *Applied Development Science*, 7.
- Budi. 2018. *Lembaga Pendidikan dan Keislaman (studi terhadap surau, meunasah, dan pesantren)*. Jurnal Manajemen Pendidikan dan Keislaman Vol.7(2) 2018.

- Brooke, John Hedley. 1991. *Science and religion: some historical perspectives*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Carr, Alan. 2004. *Positive psychology: the science of happiness and human strengths*. New York: Brunner-Routledge.
- Cyntiasari, Inge. 2019. *Pengaruh Intervensi Mikro Islam Terhadap Spiritualitas Klien Penyalahgunaan Narkoba di Lembaga Rehabilitasi Madani (Mental Health Care)*. Skripsi: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Darman. 2021. Spiritual dan Globalisasi. *Journal of Islamic Thought and Muslim Culture (JITMC)*, Vol. 3(1), 24-40.
- Diener, E., Kesebir, P., & Tov, W. 2009. Happiness. In M.R. Leary & R.H. Hoyle (Eds), *Handbook of individual differences in social behavior* (147-160). New York: Guilford.
- Dwi, Kurniawan. 2018. *Identitas diri dan spiritualitas pada Masa Remaja*. Seri Filsafat Teologi Widya Sasana Vol. 28, No. Seri No. 27.
- Fauqiyah, Eka. 2010. Hubungan Religiusitas dengan Happiness Pada Remaja Panti Asuhan. Skripsi: Fakultas Psikologi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Fowler, J. 1981. *Stages of faith: The Psychology of Human Development and The Quest for Meaning*. New York: HarperCollins.
- Frankl, Victor E. 2017. *Man's Search for Meaning*. Jakarta Selatan: Noura Books.
- Fridayanti. 2015. Religiusitas, Spiritualitas dalam Kajian Psikologi dan Urgensi Perumusan Religiusitas Islam. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, vol. 2 (2).
- Gathman, Allen C., dan Nessian, Craig L. 1997. *Fowler's Stages of Faith Development in an Honors Science and Religion Seminar*. Vol, 32 (3).

- Grof, Stanislav. 1988. *The Adventure of Self Discovery: Dimensions of Consciousness and New Perspectives in Psychotherapy and Inner Exploration*. Albany: University of New York.
- Hamid, A.Y, (2006). Buku ajar spiritual dalam keperawatan. Jakarta: Widya Medika.
- Hamka, Buya. 1999. *Tasawuf Modern*. Yayasan Nurul Islam
- Hasan, Abdul Wahid. 2006. *SQ Nabi Aplikasi Strategi dan Model Kecerdasan Spiritual dimasa Kini*, Yogyakarta: IRCiSoD.
- Haybron, Daniel M. 2008. *The Pursuit of Unhappiness: The Elusive Psychology Well-Being*. Oxford University Press.
- Hasan, Aliah. B Purwakania. 2008. *Psikologi Perkembangan Islam*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Hastuti, Dwi., & Putri, Dyah Ayu. 2019. *Tingkat Stress, Strategi Koping, dan Kebahagiaan Remaja pada Keluarga Utuh dan Keluarga Bercerai*. Thesis: IPB University.
- Hodge, David R. 2017. *The evolution of spirituality and religion in international social work discourse: Streghts and limitations of the contempary understanding*. Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought.
- Hodge, David R. 2000. *Spirituality: Towards a theoretical framework*. Publication of Journal of Religion & Spirituality in Social Work Vol. 19(4), 1-20.
- HR, Syamsunie Carsel H. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Pendidikan*. Yogyakarta: Penebar Cahaya Pustaka.

- JA, Denny. 2020. *Spirituality of Happiness: Spiritualitas Baru Abad 21, Narasi Ilmu Pengetahuan*. Jakarta Selatan: Cerah Budaya Indonesia.
- Klausen, Søren. 2015. Happiness, Dispositions and the Self. *Journal of Happiness Studies*, vol.17(3), 1-21.
- Kuniyo, Maimuna, Hastutiningtyas, WR, & Rosdiana, Y. 2020. *Hubungan subjective well being dengan happiness pada remaja pondok pesantren darul falah junrejo kota batu*. Skripsi.
- Kriegelstein, Maryann. 2006. Spirituality and Social Work. *Dialogue and Universalism: Journal of the International Society for Universal Dialogue*, Vol. 16(5-6), 21-29.
- Koenig, H.G., McCullough, M.E., & Larson, D.B. 2011. *Handbook of religion and health (Eds)*. New York: Oxford University Press.
- Kurniawati, Henie. 2015. *Studi Meta Analisis Spiritual Well Being dan Quality of Life*. Seminar Psikologi dan Kemanusiaan. Psychology: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Lander, Devin R. 2014. "Legalize Spiritual Discovery": The Trials of Dr. Timothy Leary. Journal Article: Springer-Verlag Berlin Heidelberg.
- Maharani, Deviana. 2015. Tingkat Kebahagiaan (*Happiness*) pada mahasiswa fakultas ilmu Pendidikan universitas negeri Yogyakarta. *Junral Bimbingan dan Konseling*, vol.6(4), 2-12.
- Mascaro, Nathan. 2006. *Longitudinal Analysis of The Relationship of Existential Meaning with Depression and Hope*. A Dissertation: Texas A&M University.

- Maselko, J., & Kubzansky, L.D. 2006. *Gender Differences in Religious Practices, Spiritual Experience and health: Results from the US General Social Survey*, 62(11), 2848-2860.
- McNulty, Kristy., Livneh, Hanoch., & Wilson, Lisa M. 2004. Perceived Uncertainty, Spiritual Well-Being, and Psychosocial Adaptation in Individuals with Multiple Sclerosis. *Rehabilitation Psychology*, Vol. 49(2), 91-99.
- Mulkhan, Abdul Munir., et al. 1998. *Rekontruksi Pendidikan dan Tradisi Pesantren Religiusitas Iptek*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mustakim, et al., 2020. *Konstruksi Kepemimpinan Atas Tradisi Giri Kedaton Sebagai Identitas Sosial Budaya Masyarakat Kabupaten Gresik*. Publication of Media Komunikasi FPIPS Vol. 19(1) 2020.
- Nuzul, Hanum Miftahun. 2022. *Hubungan antara Optimisme dan Religiusitas Dengan Kebahagiaan Remaja*. Skripsi: Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Okan Nesrullah, dan Eksin Halil. 2017. *Spirituality in logotherapy: Spiritual Psychology and Counseling 2*.
- Paloutzian dan Park. 2005. *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. London: The Guilford Press.
- Pamela dan Peter. 2006. *Spiritual Development and Adolescent Well Being and Thriving*. Publication of Researchgate.
- Pappas, J., & Friedman. 2007. The Construct of Self Expansiveness and The Validity of the Transpersonal Scale of the Self Expansiveness Level Form. *The Humanistic Psychologist*, Vol. 35(4), 323-347.

- Penner, James. 2014. *Introduction to Timothy Leary: The Harvard Years (Inner Traditions/Simon & Schuster 2014)*.
- Purnawinadi, I Gede. 2012. *Intervensi perawatan spiritual dan tingkat stress pasien gagal jantung kongestif di rumah sakit prof. r.d. kandaou manado*. JKU, vol 1(1), 26-39
- Puspitorini, Yulia W. 2012. *Tingkah laku proposial dan kebahagiaan*. Other thesis, Prodi Psikologi Unika Soegijapranata.
- Rasyid, Abdullah. 2022. *Hubungan Religiusitas dengan Authentic Happiness Pada Siswa MAN 2 Pasuruan*. Thesis: UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Riyanto, Slamet dan Aglis Handita Hatmawan. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen*. Sleman : CV Budi Utama.
- Rustam, Ariyana., Fitri, Susi., & Hidayat, Dede R. 2021. Deskripsi Tahapan Perkembangan Keimanan Berdasarkan Teori James. W. Fowler. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 5(1), 109-114.
- Rosito, Asina C. 2010. Spiritualitas dalam Perspektif Psikologi Positif. *Jurnal Universitas HKBP Nommensen Medan*. Vol. 18(1).
- Rusydi, Ahmad. 2012. *Religiusitas dan Kesehatan Mental: Studi pada Aktivis Jama'ah Tabligh Jakarta Selatan*. Tangerang Selatan: Penerbit YPM.
- Rusdiana, Ika. 2017. Konsep Authentic Happiness pada Remaja dalam Perspektif Teori Myers. *Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, Vol. 2(1), 35-44.

- Sagala, Rumadani. 2018. *Pendidikan Spiritual Keagamaan: dalam Teori dan Praktik*. Yogyakarta: SUKA-Press
- Sakir, Mohammad. 2016. Pesantren sebagai Basis Pendidikan Spiritual dalam Pembentukan Karakter Jati Diri Manusia. *Cendekia Jurnal Kependidikan dan Kemasyarakatan*, Vol. 13(2), 171-187.
- Santrock, Jhon W. 2002. *Adolescence Perkembangan Remaja*, Jakarta: Erlangga.
- Seligman, Martin. 2002. *Authentic Happiness: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential For Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.
- Shah, Hars, et al. 2017. *Spirituality and happiness among youth: a correlative study*. *International Journal of Technical Research and Applications*, vol. 5(3), 43-46.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susetyo, Budi. 2012. *Statistika*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Islam.
- Tamir, et al. 2017. The Secret to Happiness: Feeling Good or Feeling Right?. *Journal of Experimental Psychology: General*, Vol. 146(10), 1448-1459.
- Underwood, dan Teresi. 2002. *The Daily Spiritual Experience Scale: Development, Theoretical Description, Reliability, Exploratory Factor Analysis, and Preliminary Construct Validity Using Health-Related Data*. Publication by The Society of Behavioral Medicine Vol 24(1): 22-23.
- Wafa'. 2019. *Pengembangan Alat Ukur Kebahagiaan Menurut Imam Al-Ghazali*. Thesis: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Indonesia.

- Wahidin. 2017. Spiritualitas dan happiness pada remaja akhir serta implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, Vol. 1(1), 57-66.
- Yohanes Dwi. 2019. *Hubungan antara pengalaman spiritualitas sehari-hari dengan kualitas pengalaman seksualitas pada pasangan yang sudah menikah*. Skripsi: Universitas Sanata Drama, Yogyakarta.
- Yulmaida A dan Diah R. Lesmawati. 2016. *Religiusitas dan Spiritualitas: Konsep yang sama atau berbeda*. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris dan Non-Empiris* Vol.2., No. 2., 2016.
- Zena, Mona A, et al. 2008. *Self and Identity Processes in Spirituality and Positive Youth Development*. Publication of Templeton Foundation Press.
- Zohar, Danah dan Marshall, Ian. 2000. *Spiritual Intelligence: The Ultimate Intelligence*. London: Bloomsbury.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran Tabulasi Jawaban *Spirituality*

1	3	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3
5	4	2	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4
4	3	3	3	4	4	5	5	5	5	4	4	3	3	4	4
4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	1	3	4	3
4	5	3	3	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4
5	2	4	5	5	5	5	5	5	5	2	5	1	5	5	5
5	1	2	1	5	3	5	3	3	5	1	5	1	3	5	1
3	4	3	3	5	4	4	4	3	5	3	5	5	5	5	3
2	4	3	2	5	2	4	4	5	2	4	5	3	4	5	3
2	4	5	5	1	2	1	1	3	1	1	1	2	3	1	5
3	2	5	5	5	5	5	5	4	1	1	5	5	5	5	5
2	2	1	2	5	4	5	4	4	4	3	4	4	2	4	3
1	3	1	1	4	5	5	4	5	4	5	5	3	4	5	3
5	1	1	1	5	5	5	4	5	5	5	5	1	5	5	5
1	2	4	5	5	5	5	5	5	1	5	5	2	5	5	3
2	3	4	2	3	3	5	4	4	4	1	4	3	2	3	2
2	4	3	1	4	1	4	4	4	4	3	5	3	5	5	4
4	4	3	1	5	2	5	5	5	1	1	5	2	3	5	5
3	4	3	3	5	5	5	4	5	5	3	4	1	5	5	4
2	4	2	4	5	5	4	4	4	4	3	5	5	3	3	2
4	4	2	3	3	2	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4
4	2	5	3	4	2	5	4	3	4	2	2	3	1	3	5
3	4	2	2	5	4	5	3	5	3	1	5	1	5	5	3
3	4	3	3	4	4	4	5	5	4	3	5	4	4	5	4
5	1	4	4	2	3	5	5	5	3	1	5	2	5	5	5
1	1	1	1	3	2	5	5	3	2	1	5	2	3	5	3
5	3	5	1	5	2	5	5	4	3	1	5	4	5	5	4

5	4	4	1	5	4	5	5	2	2	1	5	4	5	5	5
4	2	1	4	5	3	4	5	4	4	5	4	4	5	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	1	5	5	5
4	1	5	1	5	1	5	5	4	4	1	5	1	5	5	4
3	2	3	2	4	3	5	4	3	3	2	4	5	5	4	3
5	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	4	5	3	5	5
3	4	2	1	5	4	5	5	5	5	3	5	4	3	3	2
4	4	3	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	4
5	3	1	3	5	4	5	5	5	4	4	5	1	3	5	4
3	1	2	2	2	3	5	5	5	1	3	5	5	5	5	4
4	3	4	3	3	3	4	5	4	4	3	5	4	4	5	3
3	3	3	3	4	3	4	4	3	2	2	4	2	4	4	4
1	1	1	1	5	2	4	5	3	2	1	5	1	4	5	3
5	3	3	3	4	4	5	5	5	5	2	3	3	4	5	3
5	3	4	2	5	5	5	5	5	4	1	5	1	5	5	5
4	4	3	3	5	5	5	5	5	5	2	5	1	5	5	4
4	2	5	2	5	4	5	4	4	4	3	5	1	5	4	3
5	3	4	1	5	5	5	5	5	4	1	5	4	4	5	5
5	3	3	1	5	4	5	4	3	5	2	5	2	5	5	4
4	2	4	2	5	5	5	5	5	4	2	5	4	3	5	4
3	3	3	2	4	1	4	3	1	2	1	4	2	3	5	1
5	1	4	1	5	5	5	5	5	4	1	5	5	5	5	5
4	1	3	3	5	5	5	5	4	3	2	5	4	4	5	3
4	5	3	3	5	4	5	5	4	4	2	5	2	2	4	3
2	3	3	2	5	5	5	4	3	5	3	5	2	4	4	5
4	2	4	5	4	2	5	4	5	5	4	4	3	5	4	5
5	4	3	2	5	3	5	5	4	5	3	4	2	4	5	4
3	4	3	3	5	3	5	5	4	5	3	5	2	4	5	4
5	3	5	1	5	4	4	4	5	5	1	5	5	5	5	4
4	5	4	4	5	4	5	4	3	5	3	5	2	4	5	4

2	2	3	3	5	5	5	3	4	5	2	5	2	5	5	3
2	2	1	1	1	3	1	3	4	4	3	1	4	3	3	4
2	3	1	3	4	4	5	5	5	5	4	5	1	4	4	4
2	5	3	1	5	5	5	5	5	5	2	5	2	4	5	5
5	4	4	1	5	5	5	5	5	5	1	5	1	4	5	4
5	4	3	3	5	5	5	3	4	4	3	5	2	4	5	3
4	5	4	5	5	2	5	5	4	5	4	5	2	3	5	3
4	5	3	3	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	1	3	4	3
4	3	3	3	4	4	5	5	5	5	4	4	3	3	4	4
4	5	4	2	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4
1	3	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3
3	5	3	5	5	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	3
4	4	2	4	4	4	5	5	3	4	3	4	3	3	4	3
4	3	4	2	5	2	5	5	5	3	3	2	1	2	5	3
4	3	4	2	4	2	5	5	4	4	3	3	1	2	4	4
4	1	3	1	5	3	5	5	5	4	4	3	2	5	5	4
4	3	4	2	4	1	5	4	4	4	2	3	1	3	4	3
3	4	2	1	5	3	5	5	5	5	1	5	2	2	2	5
4	1	1	1	5	1	5	5	5	3	1	5	2	5	5	2
4	1	1	5	4	2	5	5	5	4	5	5	1	3	5	4
4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	2	1	3	5	3	3	4	3	2	1	2	4	4	4	2
3	3	3	1	5	4	5	5	5	5	3	4	3	2	5	4
4	5	3	2	5	1	4	4	4	5	2	5	3	4	5	2
3	2	2	3	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2
1	1	1	1	2	5	3	4	2	5	1	5	3	5	4	1
5	3	5	1	5	5	5	5	5	5	3	5	2	5	5	5
4	2	3	5	4	1	4	4	4	5	4	4	1	5	4	3
1	1	1	1	4	3	4	4	3	5	2	5	1	4	5	4
5	3	1	2	5	2	3	5	5	2	1	3	5	5	4	4
1	1	1	1	3	3	3	1	2	2	1	5	5	1	3	1
5	3	3	4	5	4	5	5	5	5	2	4	1	3	4	4
4	5	4	3	5	4	5	5	5	2	5	5	3	4	5	4
5	3	3	1	4	4	5	5	5	3	1	5	1	3	4	3
2	1	1	1	5	1	5	4	4	1	5	5	1	5	5	4

1	1	2	1	5	3	5	5	5	1	2	5	1	2	5	3
3	1	5	1	5	4	5	5	3	5	1	5	4	3	5	4
5	4	2	4	5	3	5	5	5	5	2	5	2	4	5	2
4	5	5	1	5	5	5	5	5	5	1	5	5	3	5	2
5	1	5	3	5	5	5	5	3	2	1	5	4	5	5	1
5	4	5	1	4	3	5	5	5	5	1	5	2	2	4	4
4	2	3	1	5	4	5	5	4	5	2	5	3	4	4	3
5	4	5	4	3	5	5	5	4	4	3	5	3	5	5	4
1	3	4	5	5	5	5	5	4	4	3	5	3	5	5	4
4	1	2	1	5	4	3	5	4	5	5	5	4	4	5	4
3	4	4	4	5	4	5	5	3	5	4	5	2	4	4	1
1	2	2	1	3	4	3	1	2	4	4	4	1	2	5	2
4	4	4	4	3	3	5	5	5	5	3	3	4	4	4	4
2	2	2	1	3	4	4	4	5	2	5	5	1	5	5	3
5	5	5	3	5	4	5	5	5	5	4	5	3	5	5	5
5	3	2	1	5	3	5	5	5	5	2	3	3	3	4	3
5	3	2	1	5	4	3	5	3	3	1	4	5	5	3	3
5	4	3	5	5	5	4	5	5	3	2	5	2	5	5	3
1	3	1	1	5	2	5	5	5	5	1	5	3	3	4	1
5	2	4	1	4	1	5	5	5	5	1	5	4	5	5	5
5	4	4	1	5	3	5	4	2	5	3	5	1	3	5	1
4	3	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5
2	3	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3	4	2
2	2	1	1	2	2	4	3	2	1	1	3	5	3	3	2
2	4	2	5	5	5	5	5	4	5	5	5	2	2	5	3
4	4	3	4	4	3	5	4	4	4	3	4	1	4	4	3
5	5	5	5	5	5	3	5	3	3	3	5	1	3	3	3
3	2	1	1	2	1	2	2	5	2	1	5	5	1	2	1
2	1	1	3	2	2	4	1	1	2	2	3	1	1	4	2
3	3	4	3	4	2	4	5	5	5	2	4	5	3	4	4
1	3	2	3	3	4	4	4	3	4	2	5	1	2	5	4
5	4	5	1	5	5	5	5	4	5	1	5	1	5	5	4

Tabulasi jawaban kuisisioner *Happiness*

3	3	2	3	4	4	3	3	4	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	2	2	2	3	3	3	4	2	4	4	4	4	2	4	
3	4	4	4	4	4	2	3	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	1	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	
1	3	2	4	3	4	2	1	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	2	2	2	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	
3	2	3	3	2	3	2	1	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3

4	4	2	4	3	4	4	2	4	2	4	4	3	2	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4		
3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	2	4	1	3	3	4	4	4	1	3	4	3	1	3	2	4	
3	3	2	1	1	3	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	1	3	3	3	3	1	1	3	4	1	3	3	3	3		
3	4	3	2	1	4	3	2	3	2	3	4	1	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	4	2	4	3	4	4	2	4	
3	4	2	3	3	4	2	3	4	2	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	
1	3	1	3	3	4	2	1	4	2	1	2	2	2	3	4	4	4	4	2	3	2	4	1	3	3	1	4	4	2	1	4	2	3	4	1	4	
1	4	1	4	2	4	1	1	2	1	4	4	4	1	4	2	3	4	3	4	4	2	4	1	3	4	1	2	4	2	4	4	1	4	4	4	4	
4	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	3	1	3	3	3	4	1	3	
4	3	3	4	1	4	2	1	3	2	3	4	3	2	3	4	4	4	4	2	4	2	4	1	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	
2	3	2	3	3	4	4	1	3	1	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	1	4	
2	3	2	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2	3	1	3	4	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	
2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	2	4	4	2	4	4	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	4	3	3	4	1	4	
1	3	1	3	2	4	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	1	4	3	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	3	4	
1	4	3	4	3	3	2	4	4	1	3	4	4	2	1	4	3	4	4	4	4	1	4	3	3	4	3	2	4	3	2	2	2	1	4	3	4	
3	4	1	4	3	3	3	1	4	1	3	3	2	4	4	4	4	1	4	2	3	2	4	1	3	3	4	4	4	2	2	4	1	4	3	1	4	
4	4	3	3	3	4	3	1	2	2	3	2	4	2	4	4	3	2	4	2	4	1	4	1	3	3	4	4	4	3	2	4	2	3	4	3	4	
3	4	2	4	4	4	3	3	3	2	3	4	4	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	
3	4	2	4	2	4	3	1	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	4	2	2	1	3	4	1	2	2	4	3	3	3	2	4	
3	3	2	4	4	4	1	3	3	4	3	3	4	2	3	4	3	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	
3	3	2	3	3	4	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3
3	3	2	4	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
1	3	4	4	2	3	1	3	2	1	3	3	2	2	4	2	2	3	4	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
3	3	2	4	3	4	3	1	2	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	
3	4	2	4	4	4	2	3	4	1	4	4	3	2	4	4	3	3	4	2	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	
3	3	1	1	2	3	1	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	3	4	4	1	4	3	2	1	3	3	2	3	4	1	3	1	2	3	2	3	
4	4	1	4	4	4	1	1	4	1	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4
3	2	2	3	2	3	3	1	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	
3	4	2	3	4	4	2	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	4	4	3	4	3	3	3	4	2	3	4	2	3	4	3	4	
3	4	4	3	3	3	3	1	4	2	4	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	1	4	1	4	4	3	3	
3	4	4	3	4	4	2	1	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	3	2	2	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	

1	2	4	1	1	3	1	3	3	2	3	3	1	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	1	1	3	4	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4		
3	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4
3	2	4	2	1	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	
4	4	3	2	3	4	3	4	4	1	3	4	4	2	2	4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	1	2	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	
1	1	1	2	3	4	1	1	3	1	1	3	3	1	1	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	4	
1	3	1	3	4	4	4	1	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	2	3	2	3	2	4	2	2	2	3	4	3	2	4	2	4		
3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	4	1	1	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3		
1	3	2	2	3	3	4	1	3	3	3	4	1	4	4	4	3	4	4	4	1	1	3	2	1	2	3	4	2	4	3	4	3	3	4	1	3		
1	2	2	2	4	4	1	1	1	2	1	3	1	2	4	2	2	3	4	2	3	1	3	3	1	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4		
3	4	2	3	1	3	2	3	3	4	3	4	1	2	4	4	4	2	4	3	4	4	2	1	3	4	4	4	3	3	3	4	2	2	4	3	4		
3	2	1	4	1	4	2	1	4	2	4	4	3	1	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	2	2	4	2	2	4	3	4		
1	2	2	4	4	3	2	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3		
1	4	2	4	2	4	2	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	3	4	3	3	4	4	2	3	4	2	4			
3	4	3	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	4		
3	4	1	4	4	4	2	4	2	2	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4		
3	4	4	1	1	3	4	3	3	1	2	3	1	2	2	4	2	4	4	2	3	3	3	1	3	1	4	2	4	3	1	4	2	3	4	4	4		
2	2	4	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3	2	4	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	1	3	4	3	2	3	4	4		
3	2	4	3	1	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	4	2	4	3	4	3	3	3	3	2	1	1	1	4	3	3	4	3	3		
3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	3	4	1	3	4	4	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4		
1	4	1	4	4	4	3	4	4	3	1	4	1	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	1	4	3	3	1	1	1	4	4	1	4	4	4	4		
1	4	2	4	1	4	3	3	3	3	4	4	1	3	3	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4		
3	2	2	2	4	4	1	3	3	3	4	4	3	2	2	4	2	4	4	2	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3		
1	3	2	2	2	3	1	1	3	1	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	1	3	1	3	1	3	1	1	3	1	3		
1	3	4	2	2	3	2	1	4	3	3	4	3	2	1	4	3	3	4	2	2	3	4	3	3	4	1	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3		
3	3	3	4	3	4	2	2	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	2	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4		
3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	1	4		
1	1	4	1	1	4	3	1	2	1	2	2	2	3	4	2	2	2	4	1	4	3	4	3	3	1	2	3	3	1	2	4	2	1	4	4	4		
1	1	4	3	2	4	2	2	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	4	2	1	1	3	1	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	1	3	3		
2	3	3	4	3	3	4	1	3	2	3	4	2	3	3	4	2	4	4	4	3	1	4	3	3	3	3	4	3	1	2	4	2	2	4	2	4		
3	4	2	4	1	3	2	2	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	4	2	4	4	4	3	3	2	4	4	3	2	1	4	3	3	4	2	4		

1	4	3	3	2	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS *SPIRITUALITY*

Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.765	.791	16

Uji Validitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR0001 7	54.9280	63.922	.463	.391	.743
VAR0001 8	55.4400	66.974	.344	.318	.755
VAR0001 9	55.4000	66.258	.369	.377	.753
VAR0002 0	55.9360	67.286	.269	.304	.764
VAR0002 1	54.0960	66.329	.503	.442	.743
VAR0002 2	54.9120	65.242	.433	.263	.747
VAR0002 3	53.8880	68.536	.486	.556	.748
VAR0002 4	53.9840	66.016	.606	.520	.738
VAR0002 5	54.3200	67.300	.431	.377	.748
VAR0002 6	54.5360	66.299	.380	.257	.752
VAR0002 7	55.7920	68.392	.241	.355	.766
VAR0002 8	53.9520	69.772	.341	.399	.756
VAR0002 9	55.7600	73.732	-.005	.136	.790
VAR0003 0	54.6000	67.000	.401	.356	.750
VAR0003 1	53.9600	69.910	.397	.492	.753
VAR0003 2	54.9760	66.814	.416	.333	.749

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS *HAPPINESS*

Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.768	.785	37

Uji Validitas

item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	107.6400	99.039	.185	.	.769
VAR00002	106.6880	97.684	.379	.	.760
VAR00003	107.4960	101.623	.070	.	.775
VAR00004	106.7360	98.793	.247	.	.765
VAR00005	107.1920	95.995	.360	.	.760
VAR00006	106.2480	100.704	.290	.	.765
VAR00007	107.5600	100.297	.168	.	.769
VAR00008	107.6160	99.803	.145	.	.772
VAR00009	106.5520	100.394	.246	.	.766
VAR00010	107.5840	103.132	.020	.	.775

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items			
VAR0001 1	106.8080	94.334	.521	.	.753
VAR0001 2	106.3600	98.329	.447	.	.759
VAR0001 3	106.9520	98.240	.276	.	.764
VAR0001 4	107.3440	103.082	.018	.	.776
VAR0001 5	106.6160	100.722	.187	.	.768
VAR0001 6	106.5040	97.655	.398	.	.760
VAR0001 7	106.9200	97.123	.432	.	.758
VAR0001 8	106.6960	98.036	.342	.	.761
VAR0001 9	106.1360	102.651	.130	.	.769
VAR0002 0	107.0000	100.048	.181	.	.769
VAR0002 1	106.5680	96.925	.426	.	.758
VAR0002 2	107.1120	98.245	.254	.	.765
VAR0002 3	106.1760	99.066	.430	.	.761
VAR0002 4	107.3200	100.106	.160	.	.770
VAR0002 5	107.0320	99.273	.263	.	.765

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items			
VAR00026	106.9200	103.558	-.005	.	.776
VAR00027	106.7280	98.925	.292	.	.764
VAR00028	106.5040	98.397	.347	.	.762
VAR00029	106.8000	97.935	.290	.	.763
VAR00030	106.9840	95.951	.381	.	.759
VAR00031	107.0560	99.795	.179	.	.769
VAR00032	106.1840	99.716	.349	.	.763
VAR00033	107.0720	96.664	.371	.	.760
VAR00034	106.8400	97.619	.326	.	.762
VAR00035	106.1920	102.043	.159	.	.769
VAR00036	107.0480	100.062	.161	.	.770
VAR00037	106.1920	100.011	.363	.	.763

LAMPIRAN UJI NORMALITAS DAN LINIERITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Happiness* Spirituality	Between Groups	(Combined)	5007.197	34	147.271	2.716	.000
		Linearity	3041.739	1	3041.739	56.098	.000
		Deviation from Linearity	1965.458	33	59.559	1.098	.355
Within Groups			4879.971	90	54.222		
Total			9887.168	124			

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		125
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.68699957
Most Extreme Differences	Absolute	.042
	Positive	.041
	Negative	-.042
Kolmogorov-Smirnov Z		.465
Asymp. Sig. (2-tailed)		.982

a. Test distribution is Normal.

LAMPIRAN HASIL UJI KORELASI**Correlations**

		Spirituality	Happiness
Spirituality	Pearson Correlation	1	.555**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	125	125
Happiness	Pearson Correlation	.555**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	125	125

LAMPIRAN UJI ASPEK VARIABEL X TERHADAP Y

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	80.721	5.658		14.267	.000
	Connection	1.486	.472	.300	3.149	.002
	Joy	.563	.700	.071	.804	.423
	Strenght and Comfort	1.033	.533	.180	1.938	.055
	Peace	.155	.669	.019	.232	.817
	Divine Help	1.466	1.291	.115	1.136	.258
	Divine Guidance	-1.637	1.139	-.144	-1.437	.154
	Perception of Divine Love	1.237	.521	.218	2.376	.019
	Sense of Awe	1.348	.626	.180	2.154	.033
	Thankfulness, Apreciation	-.421	.975	-.037	-.432	.667
	Compassionate Love	-.515	.428	-.096	-1.204	.231
	Union and Closeness	.307	.629	.044	.488	.626

a. Dependent Variable: Happiness