

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN**

##### **1. Profil YPM Al-Rifa'ie**

Yayasan Pondok Modern Al-Rifa'ie merupakan lembaga pengabdian kepada masyarakat. Lembaga yang didirikan oleh KH. Achmad Zamachsyari ini berkembang dengan pesat, terbukti dengan usia yang relatif muda yaitu mulai 9 September 1999 sampai tahun 2014 tidak kurang dari 905 santri sekaligus siswi yang berasal dari berbagai kota di pulau Jawa, bahkan diluar pulau Jawa seperti Bali, Sumatera, Kalimantan, NTT, Sulawesi menimba ilmu pengetahuan di berbagai unit dan jenjang pendidikan baik SMP, SMA, Madrasah Diniyah, Madrasah Murotilil Qur'an dan Ma'had Aly Al-Rifa'ie.

Fenomena di atas menunjukkan bahwa kepercayaan masyarakat akan pendidikan di YPM. Al-Rifa'ie sangat tinggi. Hal ini ditunjang lokasi yang cukup strategis yang terletak diantara pusat kecamatan Bululawang dan Gondanglegi serta sarana pendidikan yang representatif, nyaman, dan asri. Pondok Modern Al-Rifa'ie selalu berbenah diri dan *innovative* dalam dunia pendidikan yang terbukti dengan suksesnya Ujian Nasional tahun pelajaran 2012/2013. Disamping itu Pondok Modern Al-Rifa'ie berusaha membekali para santri/ siswi agar dapat berorientasi pada penguasaan IPTEK dan IMTAQ, mempunyai kecakapan penghambatan kepada Sang Kholiq (*Religijs Skill*), dan ketrampilan hidup (*Life Skill*).

Visi dan Misi Yayasan Pondok Modern Al-Rifa'ie Gondanglegi Malang:

Visi Yayasan Pondok Modern Al'rifa'ie yaitu Berprestasi dan Berakhlak Mulia. Sedangkan Misinya yaitu:

1. Menciptakan muslim/muslimah yang beriman, bertaqwa, berilmu pengetahuan, dan berakhlak mulia.
2. Mempersiapkan santri dengan memberi kemampuan dasar baik pengetahuan maupun agama untuk mengembangkan kehidupan sebagai pribadi, anggota keluarga, masyarakat dan negara.
3. Menyediakan fasilitas belajar dengan kualitas dan kuantitas yang memadai sehingga santri dapat mengembangkan ilmunya dengan baik.

## **2. Profil SMA Al-Rifa'ie**

### **a. Visi**

“Mewujudkan Sekolah Berprestasi Dalam Iptek Yang Berdasarkan Akhlaqul Karimah, Iman Dan Takwa”

### **b. Misi**

1. Membentuk watak dan kepribadian siswa yang bermartabat dan berakhlak mulia
2. Mengembangkan potensi kecerdasan intelektual, emosional dan spiritual
3. Mengembangkan pendidikan iptek, seni, dan budaya yang unggul
4. Meningkatkan profesionalisme dan akuntabilitas sekolah sebagai pusat pengembangan pendidikan berdasarkan standar nasional dan global

## B. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

### 1. Hasil Uji Validitas

#### a. Skala Kebersyukuran

Hasil perhitungan dari uji validitas skala Kebersyukuran didapatkan hasil bahwa terdapat 3 item yang gugur dari 18 item yang ada, sehingga banyaknya butir item yang sah sebesar 15 item. Adapun item-item yang dipakai dalam penelitian ini ditunjukkan dalam tabel berikut:

**Tabel 4.1**  
**Nomor item valid skala Kebersyukuran**

No	Aspek	Indikator	No Item		$\Sigma$
			Valid	Gugur	
1.	Sikap	Rasa apresiasi hangat terhadap seseorang atau sesuatu	1, 2, 4, 5, 6	3	1
2.	Psikis	Niat baik terhadap oranglain	7, 8, 9, 10, 12	11	1
3.	Perilaku	Kemauan bertindak positif	13, 14, 15, 16, 17	18	1
<b>Jumlah</b>			<b>15</b>	<b>3</b>	<b>18</b>

Dari ringkasan tabel di atas, dapat diketahui bahwa skala Kebersyukuran terdiri dari 18 butir item, dimana di dalamnya mencakup aspek sikap yakni sebanyak 6 item, dengan 5 item valid dan 1 item gugur. Sedangkan aspek psikis yakni sebanyak 6 item juga, dengan 5 item valid dan 1 item gugur. Pada aspek perilaku terdapat 6 item dengan 5 item valid dan 1 item gugur.

Dalam mengambil data penelitian, peneliti membuang 3 item yang gugur dan memakai 15 item yang valid. Peneliti sengaja memakai item valid tanpa mengganti item yang gugur karena item-item tersebut dirasa sudah mewakili masing-masing indikator yang diukur.

## b. Skala Stres

Hasil perhitungan uji validitas skala stres didapatkan hasil bahwa terdapat 16 item yang gugur dari 34 item yang ada, sehingga butir item yang sah sebesar 18 item. Adapun item-item yang dipakai dalam penelitian ini ditunjukkan dalam tabel berikut:

**Tabel 4.2**  
**Nomor item valid skala Stres**

No	Aspek	Indikator	No Item		$\Sigma$
			Valid	Gugur	
1.	Gejala Fisik	1. Sakit kepala	1	-	1
		2. Tidur tidak teratur	-	5	1
		3. Sakit punggung	9	-	1
		4. sulit buang air besar	13	-	1
		5. gatal-gatal pada kulit	-	16	1
		6. urat tegang, terutama pada leher	20	-	1
		7. tekanan darah	-	21	1
		8. sering berkeringat	22	-	1
		9. berubah selera makan	-	25	1
		10. lelah atau kehilangan daya energi	23	-	1
2.	Gejala Emosional	1. gelisah atau cemas	-	2	1
		2. sedih	-	6	1
		3. mudah menangis	-	26	1
		4. mood berubah-ubah	10	-	1
		5. mudah panas atau marah	14	-	1
		6. gugup	-	27	1
		7. merasa tidak aman	-	17	1
		8. mudah tersinggung	-	28	1
		9. mudah menyerang orang atau bermusuhan	-	29	1
3.	Gejala Intelektual	1. susah berkonsentrasi	3	-	1
		2. sulit membuat keputusan	-	30	1
		3. mudah lupa	-	7	1
		4. pikiran kacau	11	-	1
		5. melamun secara berlebihan	15	-	1
		6. hilang rasa humor	18	-	1
		7. prestasi kerja menurun	24	-	1
		8. pikiran dipenuhi oleh satu pikiran saja	31	-	1
		9. dalam bekerja bertambah jumlah kekeliruan yang dibuat	19	-	1

4.	Gejala Interpersonal	1. kehilangan kepercayaan kepada orang lain	-	4	1
		2. mudah mempersalahkan orang lain	8	-	1
		3. mudah membatalkan janji	32	-	1
		4. suka mencari-cari kesalahan orang lain	-	33	1
		5. mendiamkan orang lain	12	-	1
		6. menyerang orang lain dengan kata-kata	-	34	1
<b>Jumlah</b>			<b>18</b>	<b>16</b>	<b>34</b>

Dari ringkasan tabel diatas, dapat diketahui bahwa skala *Stres* terdiri dari 34 butir item, dimana di dalamnya mencakup gejala fisik sebanyak 10 item, dengan 6 itemn valid dan 4 item gugur, gejala emosional sebanyak 9 item, dengan 2 item valid dan 7 item gugur, sedangkan gejala intelektual terdapat 9 item, dengan 7 item valid dan 2 item gugur, dan gejala interpersonal sejumlah 6 item, dengan 6 item valid dan 6 item gugur.

## 2. Hasil Uji Reliabilitas

Dari hasil analisa statistik pada masing-masing alat ukur, diperoleh nilai reliabilitas andal pada instrument Kebersyukuran sebesar 0,719, sedangkan pada instrumen stres sebesar 0,780. Adapun hasil reliabilitas variabel kebersyukuran dan stres secara ringkas dapat dilihat dalam tabel 4.3 dan tabel 4.4 di bawah ini:

**Tabel 4.3**  
**Reliabilitas Skala Kebersyukuran**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.719	.758	18



**b. Kategorisasi Skala Kebersyukuran dan Stres**

**Tabel 4.6**  
**Rumusan Kategorisasi Kebersyukuran**

Rumusan	Kategori	Skor Skala
$X > (\text{Mean} + \text{SD})$	Tinggi	> 64
$(\text{Mean} - 1 \text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	Sedang	53-64
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	Rendah	< 53

**Tabel 4.7**  
**Rumusan Kategori Stres**

Rumusan	Kategori	Skor Skala
$X > (\text{Mean} + \text{SD})$	Tinggi	> 96
$(\text{Mean} - 1 \text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	Sedang	76-96
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	Rendah	< 76

Untuk mengetahui kebersyukuran dan stres pada santri kelas X YPM Al-Rifa'ie, peneliti membaginya menjadi tiga kategori, yaitu: rendah, sedang, dan tinggi. Penentuan norma penilaian dapat dilakukan setelah diketahui nilai *mean* (*M*) dan nilai *standart deviation* (*SD*). Nilai *mean* dan *standart deviation* dapat dilihat pada tabel 4.6 dan tabel 4.7 diatas.

**Tabel 4.8**  
**Rumusan Kategorisasi rerata Kebersyukuran**

kategorisasi rerata empirik syukur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	22	19.5	19.5	19.5
sedang	76	67.3	67.3	86.7
tinggi	15	13.3	13.3	100.0
Total	113	100.0	100.0	

Dari data di atas, dapat diketahui bahwa tingkat kebersyukuran pada santri kelas X yang paling tinggi berada pada kategori sedang dengan nilai sebesar 67,3% (76 orang), sedangkan pada kategori tinggi sebesar 13,3% (15 orang) dan pada kategori rendah sebesar 19,5% (22 orang). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari santri kelas X rata-rata mempunyai tingkat kebersyukuran yang sedang.



**Gambar 4.1**  
**Prosentase Tingkat Kebersyukuran**



Dapat dilihat dari diagram diatas bahwa tingkat kebersyukuran pada santri kelas X YPM Al-Rifa'ie Gondanglegi Malang mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu 67,3%.

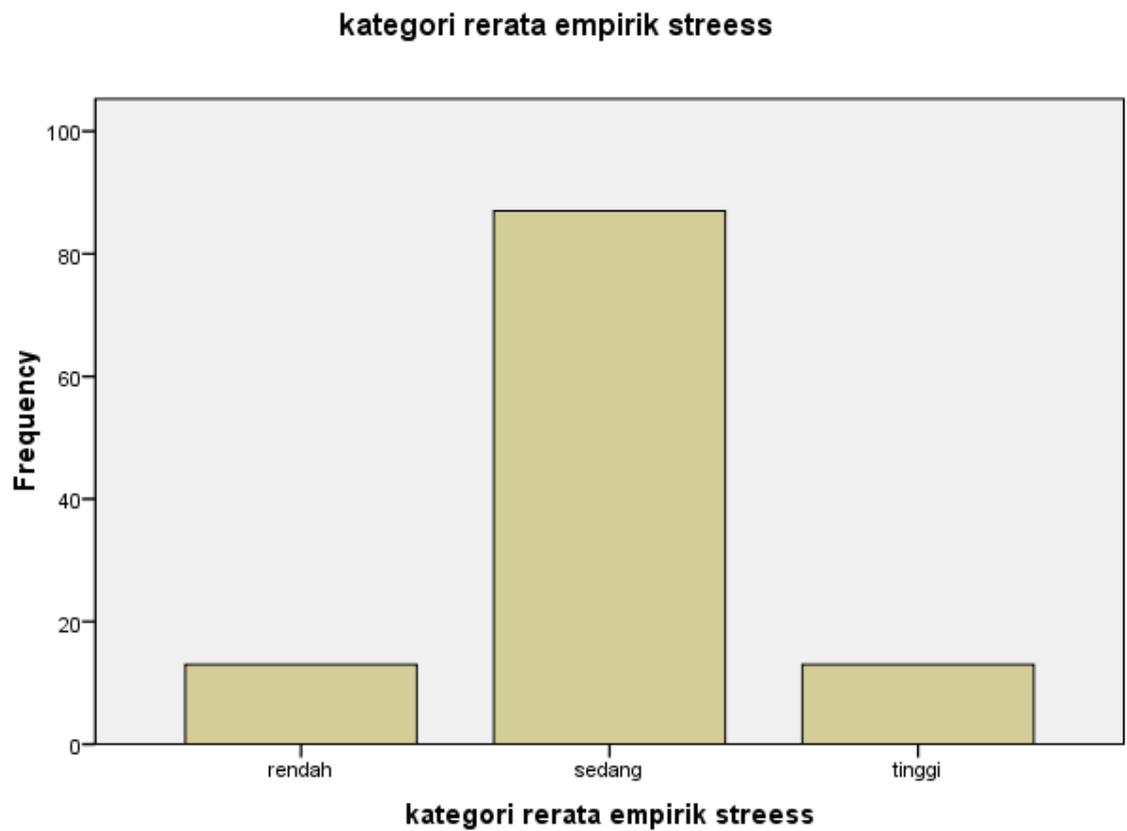
**Tabel 4.9****Rumusan Kategori Stres**

kategori rerata empirik stress

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	13	11.5	11.5	11.5
	sedang	87	77.0	77.0	88.5
	tinggi	13	11.5	11.5	100.0
	Total	113	100.0	100.0	

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa tingkat stres pada santri kelas X yang paling tinggi juga berada pada kategori sedang yakni dengan nilai sebesar 77,0% (87 orang), sedangkan pada kategori tinggi dan rendah memiliki prosentase yang sama yaitu sebesar 11,5% dengan jumlah frekuensi sebanyak 13 orang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari santri kelas X rata-rata mempunyai tingkat stres yang sedang.

Gambar 4.2



Dari diagram di atas dapat dilihat bahwa tingkat stres pada santri kelas X YPM Al-Rifa'ie Gondanglegi Malang mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 77.0%.

#### **D. Pembahasan**

##### **a. Kebersyukuran**

Berdasarkan hasil dari analisa pada tabel 4.7, dapat diketahui bahwa sebagian besar pada santri kelas X memiliki tingkat kebersyukuran sedang. Hal ini dapat dilihat dari data yang didapat bahwa tingkat kebersyukuran pada santri kelas X yang paling tinggi berada pada kategori sedang dengan nilai sebesar 67.3% (76 orang), sedangkan pada kategori tinggi sebesar 13.3% (15 orang) dan pada

kategori rendah memiliki prosentase sebesar 13.3.0% (22 orang) yang menjadi subyek penelitian.

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa rata-rata pada santri kelas X yang menjadi subyek penelitian memiliki tingkat Kebersyukuran yang sedang dengan jumlah prosentase 67.3%. Hal ini menandakan bahwa santri kelas X sudah cukup mensyukuri atau menerima apapun yang telah ditetapkan oleh pihak pondok pesantren terutama dalam hal kegiatan-kegiatan yang berada di dalam pondok pesantren tersebut.

Syukur itu sendiri menurut McCullough (2001)<sup>1</sup> merupakan bentuk afek moral dimana bersyukur sebagai hasil dari persepsi bahwa orang lain telah membantu meningkatkan kesejahteraan individu. Selain itu, syukur dapat dikatakan sebagai motif moral berkaitan dengan pencegahan perilaku destruktif secara interpersonal. Syukur dapat pula dikatakan sebagai penguat moral sebagai contoh ucapan terimakasih dapat menjadi pengakuan terhadap dukungan sosial yang telah diberikan.

Individu yang bersyukur menurut Syaikh ‘Abdurrahman al-Sa’di adalah “orang yang bersyukur adalah orang baik jiwanya, lapang dadanya, tajam matanya, hatinya penuh dengan pujian kepada Allah dan pengakuan akan Nikmat-Nya, merasa senang dengan kemuliannya, gembira dengan kebaikannya, serta lisannya selalu basah pada setiap waktu dengan bersyukur dan berdzikir kepada

---

<sup>1</sup> McCullough 2001, *Gratitude in Practice and the practice of gratitude*. Page 464

Allah”. Nash Al-Quran menjelaskan bahwa orang yang bersyukur sebenarnya mensyukuri dirinya sendiri.

Sedangkan menurut Wood menyatakan kebersyukuran adalah sebagai bentuk ciri pribadi yang berpikir positif, mempresentasikan hidup menjadi lebih positif. Hal tersebut sesuai dengan ajaran Islam, melalui ayat Allah memberitahukan manusia agar selalu berpikir positif. Mengawali hari dengan keyakinan bahwa Allah akan memudahkan segala urusan. Memiliki pemikiran positif, maka sesungguhnya manusia tengah mengundang pertolongan Allah dalam berikhtiar. Berbaik sangka kepada Allah, secara tidak langsung manusia akan memperoleh kemudahan dan rezeki yang berlipat ganda. Saat mengalami kesulitan saat berikhtiar, tetap menyempurnakan usaha dengan jalan ingat kepada Allah, karena Allah telah berjanji sebagaimana terangkum di dalam firman-Nya:

وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنْ اشْكُرْ لِلَّهِ وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ - ١٢

*“Dan barangsiapa yang bersyukur (kepada Allah), maka sesungguhnya ia bersyukur untuk dirinya sendiri, dan barangsiapa tidak bersyukur, sesungguhnya Allah Mahakaya lagi Maha Terpuji” (QS. Luqman: 12).*

Bersyukur adalah salah satu ajaran Islam untuk menguji keimanan hamba-Nya, seperti firman Allah dalam QS. An-Nisa: 147

مَا يَفْعَلُ اللَّهُ بِعَدَابِكُمْ إِنْ شَكَرْتُمْ وَآمَنْتُمْ وَكَانَ اللَّهُ شَاكِرًا عَلِيمًا - ١٤٧ -

*“Mengapa Allah akan menyiksamu, jika kamu bersyukur dan beriman? Dan Allah adalah Maha Mensyukuri lagi Maha Mengetahui.”*

Dengan bersyukur, maka Allah akan mencukupkan segala hal yang dibutuhkan manusia, sebagaimana firman Allah dalam QS. Ibrahim: 7

وَأِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ -٧-

*“Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memalukan: “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (ni'mat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (ni'mat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih. (QS. Ibrahim: 7).*

Santri Kelas X YPM Al-Rifa'ie merupakan santri yang mampu memahami makna syukur yang sesungguhnya. Hal tersebut terbukti dalam penelitian ini, bahwa tingkat syukur santri tersebut berada pada kategori sedang, jadi mayoritas dari santri YPM Al-Rifa'ie sudah memiliki rasa syukur yang cukup baik. Wujud dari bersyukur mereka pun sangat berbeda-beda, seperti mengucap hamdalah, memberi hadiah kepada teman yang juara, melakukan sujud syukur dan lain sebagainya. Hal ini terlihat dari pengisian skala yang telah dibagikan, juga dari observasi dan wawancara kedua setelah pembagian skala yang telah dilakukan peneliti kepada subyek yang dituju, yakni santri kelas X YPM Al-Rifa'ie.

#### **b. Stres**

Dari hasil analisa data pada tabel 4.8 dapat diketahui bahwa para santri kelas X yang memiliki tingkat stres sedang sebanyak 87 orang dengan prosentase 77.0%, sedangkan yang memiliki tingkat stres rendah berjumlah 13 orang dengan prosentase 11.5% dan juga yang memiliki kategori tinggi hampir sama dengan kategori rendah sebanyak 13 orang dengan prosentase 11.5% pada 113 subyek penelitian.

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti kepada beberapa santri, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari mereka sudah

mampu mengelola waktu dengan baik. Sehingga mereka terlihat sudah tenang dalam menjalani segala aktivitas yang berada dalam lingkup pesantren.

Hal ini menunjukkan berarti sebagian besar dari santri kelas X rata-rata mempunyai tingkat stres yang sedang yaitu dengan prosentase sebesar 77.0% yang ditunjukkan dengan jumlah santri berjumlah 87 orang. Tingkat stres yang sedang menunjukkan bahwa sebagian besar santri kelas X sudah cukup mampu mengatasi dan menerima segala permasalahan yang berada di dalam pondok pesantren dengan segala kegiatan yang begitu padat.

Bagi para santri, keadaan stres dipicu ketika mereka dihadapkan pada ujian-ujian yang begitu banyak. Belum lagi ditambah kegiatan lain yang harus mereka lakukan. Kondisi seperti ini secara psikologis sangat rentan membuat para santri mengalami stres (observasi, Oktober 2013).

Faktor-faktor penyebab stres sangat beragam. Seperti yang disebutkan oleh Abdullah bin Abbas, stres dapat terjadi karena adanya kekecewaan, dendam, perasaan cemburu, penyakit yang tidak kunjung sembuh, keadaan fisik yang kurang sempurna, kurang berfungsinya salah satu anggota tubuh, pemutusan hubungan kerja (PHK), keluarga kurang harmonis, perceraian, kemarau panjang, banjir, bencana alam, atau kehidupan politik dan ekonomi yang tidak stabil, dan lain-lain.<sup>2</sup>

Stres adalah kondisi yang mengancam organisme. Di sini kami membedakan antara tantangan dan ancaman. Tantangan dihadirkan oleh lingkungan keadaan dimana organisme merasa dapat menanggulangnya;

---

<sup>2</sup> Abbas, Bin Abdullah Bin Abbas. 2007. *Kiat Mengatasi Stres Anak Melalui Kasih Sayang*. Jakarta: Restu Agung. hal 1

sedangkan ancaman dihadirkan oleh lingkungan keadaan dimana organisme merasa tidak dapat mengatasinya.

Untuk menentukan sesuatu sebagai ancaman atau tantangan, menurut J. E. McGrath (dalam Siegel & Lane), seutuhnya bergantung pada subyek yang terkait dengan pengalaman masa lampau tentang kesuksesan atau kegagalan dalam mengatasi situasi yang sama, dan ekspektasi tentang kemampuan mengatasi situasi yang ada saat ini. Jika kesuksesan mengatasi masalah yang muncul pada saat ini, maka ia disebut tantangan. Orang sering menyukai tantangan karena di sana ada dinamika, perjuangan, dan kepuasan ketika berhasil.

Perubahan-perubahan dalam kehidupan manusia, baik menyenangkan atau menyusahkan, selalu memerlukan penyesuaian kembali. Ada orang yang kesulitan melakukan penyesuaian terhadap perubahan itu, sehingga muncul stres berkepanjangan. Dalam sebuah studi ditemukan bahwa perubahan mendadak karena kehilangan orang yang sangat dicintai menjadi pemicu paling tinggi bagi kemunculan stres berat (Atkinson et.al., 1991:233-234). Dan stres berat dapat merusak struktur fisik. *“High stress is capable of damaging or destroying a physical structure”* (Jung, 1978:308). Itu sebabnya, Al-Qur’an mengingatkan manusia agar selalu bersabar (menyesuaikan diri secara baik terhadap sesuatu yang terjadi dalam kehidupan). Salah satu firman Allah dalam Al-Qur’an yang memerintahkan manusia agar bersabar dalam menghadapi musibah - termasuk kematian anggota keluarga, kecemasan (*anxiety*), kelaparan, berkurangnya harta benda dan hasil panen yang seharusnya diperoleh – terdapat pada surat 2:155

وَلَنبَلِّغَنَّكُمْ أَشْيَاءَ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ - ١٥٥-

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.”

Pemicu stres memang bermacam-macam, dan sebagaimana pesan ayat di atas harus segera diatasi dengan baik agar tidak berkepanjangan. Stres bisa dipantau dengan mendeteksi perubahan-perubahan faali dalam tubuh. Menurut Makin & Lindley (1994:86), ada beberapa perubahan fisiologis yang menjadi gejala awal stres, yakni: pernapasan menjadi cepat (tak teratur), mulut dan tenggorokan kering, telapak tangan berkeringat, merasa gerah, otot-otot menjadi tegang, dan pencernaan terganggu.<sup>3</sup>

### c. Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Stres

Untuk mengetahui hipotesis pada penelitian ini digunakan analisis *prodect moment*. Pengujian hipotesis ini ditunjukkan melalui interpretasi tabel hasil *Product Moment Analysis*.

Sedangkan metode yang digunakan untuk mengolah data ini adalah dengan metode statistik yang menggunakan bantuan komputer program SPSS. Dari hasil analisis menggunakan SPSS 16. 0 *for windows* maka dapat dijelaskan sebagai berikut:

---

<sup>3</sup> Hude Darwis. M, *Emosi*, Jakarta: Erlangga, 2006. hal 262-263

**Tabel 4.10**  
**Hasil analisis korelasi**

		syukur	Stres
Syukur	Pearson Correlation	1	.037
	Sig. (2-tailed)		.696
	N	113	113
Stres	Pearson Correlation	.037	1
	Sig. (2-tailed)	.696	
	N	113	113

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara kebersyukuran dengan stres dapat diketahui bahwa tidak ada hubungan antara *kebersyukuran* dengan stres, hal ini dapat dilihat dari nilai  $p = 0.037$  dengan sig 0.697 sehingga hipotesis  $H_a$  yang diajukan oleh peneliti tidak terbukti, dan pada hipotesis  $H_0$  terbukti.

Adapun untuk menguji signifikansi korelasi *product moment* bisa dilakukan dengan melihat dan menyesuaikan langsung pada tabel nilai-nilai *product moment*.

Koefisien korelasi dikelompokkan menjadi skala:<sup>4</sup>

0,00-0,20 = korelasi sangat lemah/tidak berkorelasi

0,21-0,40 = korelasi lemah

0,41-0,70 = korelasi kuat

0,71-0,91 = korelasi sangat kuat

0,91-0,99 = korelasi sangat kuat sekali

<sup>4</sup> Bhuwono Agung Nugroho. 2005. *Strategi Jitu Memilih Metode Statistik Penelitian dengan SPSS*. Yogyakarta: Andi Press

1,00 = korelasi sempurna

Faktor-faktor yang mempengaruhi tidak signifikannya hubungan antara kebersyukuran dengan stres, bisa disebabkan karena:

1. Waktu pengerjaan skala yang kurang tepat. Peneliti memberikan skala kepada subyek setelah jam istirahat, sehingga subyek kurang maksimal dalam mengerjakan.
2. Kondisi subyek kurang fokus karena bangun tidur, bercanda, dan pengerjaan yang terlalu tergesa-gesa. Hal ini sesuai dengan pendapat Azwar<sup>5</sup> yang mengatakan bahwa kondisi subyek mempengaruhi reliabilitas alat ukur dan validitas alat ukur.
3. Kurangnya panel ahli yang menilai validitas isi dari item yang digunakan oleh peneliti.
4. Ada beberapa item yang kurang menggambarkan indikator.
5. Ada beberapa item yang kurang menggambarkan diri subyek.
6. Terdapat beberapa item yang menimbulkan kecenderungan respon *faking good/bad* dari subyek. Misalnya pada item ke 12 dari skala kebersyukuran yang memunculkan *faking good* pada diri subyek.

---

<sup>5</sup> Saifuddin Azwar. 2010. *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar