

**PENGARUH KESABARAN TERHADAP KEBAHAGIAAN SANTRI  
KELAS XI DI PESANTREN PUTRI AL-MAWADDAH COPER JETIS  
PONOROGO**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

Fatma Riani

NIM. 200401110281

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

**2024**

**HALAMAN JUDUL**

**PENGARUH KESABARAN TERHADAP KEBAHAGIAAN SANTRI  
KELAS XI DI PESANTREN PUTRI AL-MAWADDAH COPER JETIS  
PONOROGO**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada

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

Oleh

Fatma Riani

200401110281

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

**2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENGARUH KESABARAN TERHADAP KEBAHAGIAAN SANTRI KELAS  
XI DI PESANTREN PUTRI AL-MAWADDAH COPER JETIS PONOROGO**



**SKRIPSI**

Oleh:

Fatma Riani

200401110281

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 <u>Dr. Yulia Sholichatun, M.Si</u> NIP : 197007242005012003		25 April 2024
Dosen Pembimbing 2 <u>Selly Candra Ayu, M.Si</u> NIP : 19940217201911202269		26 April 2024

Malang, 26 April 2024

Mengetahui,  
Ketua Program Studi



Yusuf Ratu Agung, M.A

NIP. 198010202015031002

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**PENGARUH KESABARAN TERHADAP KEBAHAGIAAN SANTRI**  
**KELAS XI DI PESANTREN PUTRI AL-MAWADDAH COPER JETIS**  
**PONOROGO**

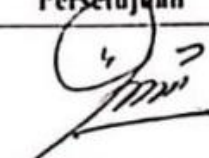
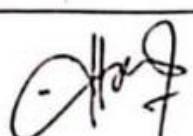
**SKRIPSI**

Fatma Riani

200401110281

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis  
Sidang Skripsi Pada tanggal..21. Juni 2024

**DEWAN PENGUJI SKRIPSI**

Dosen Penguji	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
<b>Penguji Utama</b> Drs. Zainul Arifin, M. Ag..... NIP : 196506061994031003		Selasa, 11 Juni 2024
<b>Ketua penguji</b> Dr. Yulida S. M. Si..... NIP : 197007242005012003	Yulida	Jumat 14 Juni 2024
<b>Sekretaris Penguji</b> Sety Candra Ayu, M. Si..... NIP : 19940317201911202369		Jumat 21 Juni 2024



Disahkan oleh,  
Dekan,

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

## NOTA DINAS

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim  
Malang

*Assalamu'alaikum wr.wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**PENGARUH KESABARAN TERHADAP KEBAHAGIAAN SANTRI  
KELAS XI DI PESANTREN PUTRI AL-MAWADDAH COPER JETIS  
PONOROGO**

Yang ditulis oleh :

Nama : Fatma Riani

NIM : 200401110281

Program : S1 Psikologi

Peneliti berpendapat bahwa Skripsi ini sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Malang, April 2023  
Dosen Pembimbing 1,



**Dr. Yulia Sholichatun, M.Si**  
NIP : 197007242005012003

## NOTA DINAS

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim  
Malang

*Assalamu'alaikum wr.wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**PENGARUH KESABARAN TERHADAP KEBAHAGIAAN SANTRI  
KELAS XI DI PESANTREN PUTRI AL-MAWADDAH COPER JETIS  
PONOROGO**

Yang ditulis oleh :

Nama : Fatma Riani

NIM : 200401110281

Program : S1 Psikologi

Peneliti berpendapat bahwa Skripsi ini sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Malang, April 2023  
Dosen Pembimbing 2,



**Selly Candra Ayu, M.Si**  
NIP : 19940217201911202269

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fatma Riani

NIM : 200401110281

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa penelitian yang peneliti buat dengan judul **PENGARUH KESABARAN TERHADAP KEBAHAGIAAN SANTRI KELAS XI DI PESANTREN PUTRI AL-MAWADDAH COPER JETIS PONOROGO** adalah benar-benar hasil penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian 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 peneliti bersedia mendapatkan sanksi akademik.

Malang,  
Peneliti



*Fatma Riani*  
**Fatma riani**  
200401110281

## MOTTO

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ۖ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۗ

وَمَنْ يَتَّوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ ۗ

قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ۝

*“Siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan membukakan jalan keluar baginya. dan menganugerahkan kepadanya rezeki dari arah yang tidak dia duga. Siapa yang bertawakal kepada Allah, niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)-nya. Sesungguhnya Allahlah yang menuntaskan urusan-Nya. Sungguh, Allah telah membuat ketentuan bagi setiap sesuatu”*

(QS. At- Talaq 65: 2-3)

(Sumber: Al-Qur'an Kementerian Agama, 2022)



## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rasa syukur dan hormat, penelitian ini peneliti persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua (Ayah Soirin dan Ibu Suwanti), yang telah menjadi fondasi emosional dan spiritual dalam hidup peneliti. Support, motivasi, serta do'a yang selalu dipanjatkan telah menjadi sumber kekuatan. Terima kasih Ayah dan Ibu, atas cinta dan keyakinan yang selalu diberikan.
2. Adik Farin Ni'matul Hasanah serta saudara - saudara yang telah menjadi sahabat, pendengar setia, dan sumber tawa dalam perjalanan ini. Kehadirannya memberikan keseimbangan emosional dan kebahagiaan yang membantu peneliti melalui setiap tantangan.

## **KATA PENGANTAR**

Bismillah wa Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan Rahmat serta hidayahnya kepada kita semua sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir penelitian dengan judul “Pengaruh Kesabaran Terhadap Kebahagiaan Santri Kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper Jetis Ponorogo” dengan lancar. Sholawat serta salam semoga tercurahkan kepada junjungan kita Nabi besar Muhammad SAW yang telah menunjukkan kita jalan yang terang benderang yaitu Agama Islam. Penelitian ini dilakukan untuk memenuhi salah satu syarat guna mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Hanya ucapan terima kasih yang dapat peneliti sampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu peneliti selama pengerjaan penelitian ini. peneliti mengucapkan beribu-ribu terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ibu Dr. Yulia Solichatun, M.Si., dan ibu Selly Candra Ayu, M.Si., selaku Dosen Pembimbing yang dengan sabar membimbing, memberikan ilmu, nasihat, masukan, dan inspirasi serta motivasi. Terima kasih atas waktu, perhatian, dan kebijaksanaan yang telah diberikan.

4. Bapak Drs. Zainul Arifin, M.Ag., selaku Dosen Penguji. Terimakasih atas waktu, tenaga dan ilmu yang diberikan dalam menguji serta memberikan masukan yang sangat berharga untuk perbaikan dan penyempurnaan pada penelitian ini.
5. Seluruh Civitas Akademik Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
6. *Asaatid* dan *Asatidzah* Pesantren Putri Al-Mawaddah yang telah memberikan kesempatan dalam pengambilan informasi penelitian.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih atas setiap support dan kontribusi yang telah diberikan. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna karena terbatasnya pengetahuan serta kompetensi peneliti, untuk itu peneliti sangat terbuka dengan kritik dan saran yang membangun demi sempurnanya penelitian ini.

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

Malang, 26 April 2024



Fatma Riani  
NIM. 200401110281

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
NOTA DINAS .....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
ABSTRAK .....	xviii
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan Penelitian.....	15
C. Manfaat Penelitian.....	15
BAB II : LANDASAN TEORI.....	17
A. Kebahagiaan.....	17
1. Pengertian Kebahagiaan .....	17
2. Aspek – Aspek Kebahagiaan.....	22
3. Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan.....	28
4. Perspektif Psikologi Tentang Kebahagiaan.....	31

5. Perspektif Islam Kebahagiaan .....	37
B. Kesabaran .....	45
1. Pengertian Kesabaran .....	45
2. Aspek Kesabaran .....	47
3. Faktor yang Mempengaruhi Kesabaran.....	52
4. Macam – Macam Kesabaran .....	52
5. Perspektif Psikologi Tentang Kesabaran.....	54
6. Perspektif Islam Tentang Kesabaran .....	59
C. Pengaruh Kesabaran terhadap Kebahagiaan.....	65
D. Hipotesis Penelitian.....	67
<b>BAB III : METODE PENELITIAN .....</b>	<b>69</b>
A. Metode Penelitian.....	69
B. Identifikasi Variabel .....	69
C. Definisi Operasional .....	70
1. Kesabaran .....	70
2. Kebahagiaan .....	70
D. Penentuan Populasi dan Sampel.....	71
1. Penentuan Populasi.....	71
2. Penentuan Sampel .....	72
E. Teknik Pengumpulan Data.....	72
1. Instrumen penelitian .....	73
F. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	76
1. Uji Validitas.....	76
2. Uji Reliabilitas.....	79

G. Analisis Data .....	80
1. Uji Deskriptif.....	81
2. Uji Asumsi.....	83
3. Uji Hipotesis .....	84
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN .....	85
A. Gambaran Umum Objek Penelitian .....	85
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	85
2. Waktu dan Tempat Penelitian .....	86
B. Hasil Penelitian.....	87
1. Uji Deskriptif.....	87
2. Uji Asumsi.....	90
C. Pembahasan .....	94
1. Tingkat Kesabaran Santri Kelas XI di Pesantren Putri Al- Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo .....	94
2. Tingkat Kebahagiaan Santri Kelas XI di Pesantren Putri Al- Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo .....	96
3. Pengaruh Kesabaran terhadap Kebahagiaan .....	99
BAB V : PENUTUP.....	103
A. Kesimpulan.....	103
B. Saran .....	104
DAFTAR PUSTAKA .....	107

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Analisis Komponen Teks Psikologi.....	35
Tabel 2.2 Analisis QS. An-Nahl : 97.....	38
Tabel 2.3 Analisis Makna QS. Az-Zalزالah.....	40
Tabel 2.4 Analisis Komponen Teks Islam Tentang Kebahagiaan.....	42
Tabel 2.5 Analisis Komponen Teks Psikologi Tentang Kesabaran.....	57
Tabel 2.6 Makna QS. Al-Baqarah : 155-157.....	60
Tabel 2.7 Makna QS. Al-Munafiqun: 9 .....	61
Tabel 2.8 Komponen Teks Islam Tentang Kesabaran.....	63
Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	71
Tabel 3.2 Skala Likert .....	73
Tabel 3.3 Aspek Skala Kesabaran.....	74
Tabel 3.4 Aspek Skala Kebahagiaan .....	76
Tabel 3.5 Validitas Skala Kebahagiaan.....	78
Tabel 3.6 Validitas Skala Kesabaran .....	79
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas .....	81
Tabel 3.8 Rumus Kategorisasi.....	83
Tabel 4.1 Data Hasil Skor Empirik .....	88
Tabel 4.2 Kategorisasi Skala Kesabaran .....	89
Tabel 4.3 Frekuensi Kesabaran .....	89
Tabel 4.4 Kategorisasi Skala Kebahagiaan .....	90

Tabel 4.5 Frekuensi Kebahagiaan .....	90
Tabel 4.6 Uji Normalitas Kolomogrov-smir .....	91
Tabel 4.7 Uji Linearitas .....	92
Tabel 4.8 Uji Signifikansi Parameter Ind .....	93
Tabel 4.9 Koefisien Determinasi .....	94



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Teks Psikologi tentang Kebahagiaan.....	34
Gambar 2.2 Mind Mapping Teks Psikologi tentang Kebahagiaan.....	36
Gambar 2.3 Pola Teks tentang Kebahagiaan.....	41
Gambar 2.4 Mind Mapping Teks Islam Tentang Kebahagiaan.....	43
Gambar 2.5 Bagan Psikologi Tentang Kesabaran.....	56
Gambar 2.6 Mind Mapping Teks Psikologi Tentang Kesabaran.....	58
Gambar 2.7 Pola Teks Islam Tentang Kesabaran.....	62
Gambar 2.8 Mind Mapping Teks Islam Tentang Kesabaran.....	64
Gambar 2.9 Kerangka Konseptual.....	67

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Kuisisioner Penelitian

Lampiran 2 Tabulasi Data Responden

Lampiran 3 Hasil Uji Validitas

Lampiran 4 Hasil Uji Reliabilitas

Lampiran 5 Hasil Uji Deskriptif

Lampiran 6 Hasil Uji Asumsi

Lampiran 7 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Lampiran 8 Surat Keterangan Penelitian

## ABSTRAK

Fatma Riani 2024, Pengaruh Kesabaran terhadap Kebahagiaan Santri Kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo

Pembimbing I : Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

Pembimbing II : Selly Candra Ayu, M.Si

---

**Kata kunci :** Kesabaran, Kebahagiaan, Santri, Pesantren

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fakta di lapangan mengenai santri yang dihadapkan dengan berbagai problematika di pesantren. Santri dituntut menyelesaikan kewajiban sekolah formal dan diniyah (non-formal). Tidak semua santri mampu menghadapi situasi sulit tersebut. Beberapa masalah yang menunjukkan bahwa santri tidak bahagia di Pesantren Putri Al-Mawaddah adalah santri kabur, membawa barang elektronik, paksaan dari orang tua, kesulitan mengembangkan keterampilan, dan jarak jauh yang membuat santri jarang dijenguk. Peneliti mencoba meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi kesabaran terhadap kebahagiaan santri di Pesantren Putri Al-Mawaddah, Coper, Jetis, Ponorogo. Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana tingkat kesabaran dan kebahagiaan santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah, serta apakah ada pengaruh signifikan antara tingkat kesabaran terhadap kebahagiaan santri.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat kesabaran dan kebahagiaan santri dan untuk membuktikan adanya pengaruh yang signifikan terkait pengaruh kesabaran terhadap kebahagiaan santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper-Jetis-Ponorogo.

Teori yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, teori kesabaran yang dikemukakan oleh Rusdi pada tahun 2016 dan teori kebahagiaan yang dikemukakan oleh Al-Ghazali pada tahun 2014. Kedua teori tersebut berfungsi untuk menjelaskan variabel variabel yang diteliti dalam penelitian ini. Model penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan uji regresi linier sederhana. Subjek yang diteliti berjumlah 118 Santri di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper-jetis-Ponorogo. Dalam pengumpulan data peneliti menggunakan skala kesabaran yang terdiri dari 15 aitem valid dan skala kebahagiaan terdiri dari 32 aitem valid.

Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana, hasil penelitian menunjukkan bahwa kesabaran mempengaruhi kebahagiaan secara simultan serta signifikan ( $\text{sig. } 0,000 < 0,05$ ) dengan presentase sebesar 11,7% dan dipengaruhi variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini sebesar 88,3%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang artinya semakin tinggi tingkat kesabaran maka akan semakin tinggi tingkat kebahagiaan, begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat kesabaran maka akan semakin rendah pula tingkat kebahagiaan pada santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah, Coper, Jetis, Ponorogo.

## ABSTRACT

Fatma Riani 2024, The Influence of Patience on the Happiness of Class XI Students at Al-Mawaddah Coper Girls' Islamic Boarding School, Jetis, Ponorogo

Supervisor I: Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

Supervisor II: Selly Candra Ayu, M.Si

---

**Keywords:** Patience, Happiness, Student, Islamic Boarding School

This research is motivated by field facts regarding students who face various problems in Islamic boarding schools. They are required to fulfill both formal and diniyah (non-formal) school obligations. Not all students are able to cope with this difficult situation. Several issues that indicate students are not happy at Al-Mawaddah Girls' Islamic Boarding School, include students running away, bringing electronic devices, being forced by parents, having difficulty developing skills, and the long distance that results in infrequent visits. The researcher aims to investigate the factors that influence patience and its effect on the happiness of students at Al-Mawaddah Girls' Islamic Boarding School, Coper, Jetis, Ponorogo. The research questions are: what are the levels of patience and happiness of the 11th-grade students at Al-Mawaddah Girls' Islamic Boarding School, and is there a significant influence of patience on the students' happiness.

The theories used in this research are the theory of patience proposed by Rusdi in 2016 and the theory of happiness proposed by Al-Ghazali in 2014 in his book titled "Kimiya Sa'adah." These theories serve to explain the variables examined in this study. The research model uses a quantitative approach with a simple linear regression test. The subjects of this study are 118 students at Al-Mawaddah Girls' Islamic Boarding School, Coper-Jetis-Ponorogo. In data collection, the researcher used a patience scale consisting of 15 valid items and a happiness scale consisting of 32 valid items.

Based on the results of a simple linear regression test, the study shows that patience significantly influences happiness ( $\text{sig. } 0.000 < 0.05$ ) with a percentage of 11.7%, while 88.3% is influenced by other variables not discussed in this research. Therefore, it can be concluded that the hypothesis  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected, meaning that the higher the level of patience, the higher the level of happiness, and conversely, the lower the level of patience, the lower the level of happiness among the 11th-grade students at Al-Mawaddah Girls' Islamic Boarding School, Coper, Jetis, Ponorogo.

## مستخلص البحث

فتمى ريباني 2024، أثر الصبر على سعادة طالبات الصف الحادي عشر في معهد المودة الإسلامية للبنات كوبر، جيتيس، بونوروغو

المشرف الأول: د. يوليا شوليكتون، ماجستير

المشرف الثاني: سيلبي كاندرا أبو، ماجستير

الكلمات المفتاحية: الصبر، السعادة، الطلاب، المعهد الإسلامية

الدافع وراء هذا البحث هو الحقائق الميدانية المتعلقة بالطلاب الذين يواجهون مشاكل مختلفة في المعهد الإسلامية. يُطلب من الطلاب إكمال التزامات المدرسة الرسمية والدينية (غير الرسمية). ليس كل الطلاب قادرين على مواجهة هذا الوضع الصعب. ومن المشاكل التي تشير إلى عدم رضا الطالبات في معهد المودة الإسلامية للبنات هي هروب الطالبات، وحمل الأجهزة الإلكترونية، والإكراه من أولياء الأمور، وصعوبة تنمية المهارات، والمسافات الطويلة التي تجعل زيارة الطالبات نادرة. حاول الباحثون دراسة العوامل التي تؤثر على الصبر في سعادة الطالبات في مدرسة المودة الإسلامية الداخلية للبنات، كوبر، جيتيس، بونوروغو. أما صياغة مشكلة البحث فهي ما هو مستوى الصبر والسعادة الصفية

يهدف هذا البحث إلى تحديد مستوى الصبر والسعادة لدى الطلاب وإثبات وجود تأثير كبير لتأثير الصبر على سعادة طالبات الصف الحادي عشر في معهد المودة الإسلامية للبنات كوبر جيتيس بونوروجو.

والنظريات المستخدمة في هذا البحث هي نظرية الصبر التي طرحها رشدي عام 2016 ونظرية السعادة التي طرحها الغزالي عام 2014. وكلتا النظريتين تعلمان على تفسير المتغيرات المدروسة في هذا البحث. يستخدم نموذج البحث هذا النهج الكمي مع اختبار الانحدار الخطي البسيط. المواضيع التي تمت دراستها كانت 118 طالبة في مدرسة المودة الداخلية الإسلامية للبنات في كوبر جيتيس بونوروغو. وفي جمع البيانات استخدم الباحثون مقياس الصبر المكون من 15 فقرة صالحة ومقياس السعادة المكون من 32 فقرة صالحة.

وبناء على نتائج اختبار الانحدار الخطي البسيط، أظهرت نتائج البحث أن الصبر يؤثر على السعادة بشكل متزامن ومعنوي ( $sig. 0.000 < 0.05$ ) بنسبة مئوية قدرها 11.7%، ويتأثر بمتغيرات أخرى لم تتم مناقشتها في هذا البحث بنسبة 88.3%. لذلك يمكن الاستنتاج أن فرضية Ha مقبولة و H0 مرفوضة، مما يعني أنه كلما ارتفع مستوى الصبر ارتفع مستوى السعادة، والعكس صحيح، كلما انخفض مستوى الصبر انخفض مستوى السعادة. في طالبات الصف الحادي عشر في معهد المودة الإسلامية للبنات، كوبر، جيتيس، بونوروغو.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Manusia merupakan makhluk emosional yang setiap harinya diliputi oleh beragam emosi seperti marah, kesal, sakit hati dan kecewa. Sejatinya rasa marah, kecewa dan sakit hati tersebut wajar jika ada seseorang melakukan kesalahan apalagi jika kesalahan tersebut sangat fatal (Nihayah et al., 2021:108). Namun seiring berjalannya waktu, dengan adanya hal tersebut seseorang akan tetap bisa merasakan bahagia.

Menurut Al-Ghazali kebahagiaan dapat dirasakan dengan cara mengenal dirinya sendiri, dan kemudian akan mengenal tuhan. Kebahagiaan timbul dari pengetahuan mengenai fisik atau wujud luar dirinya sendiri (jasad), dan wujud dalam atau rasa yang disebut hati atau ruh (Tasti, 2021:32). Kebahagiaan menurut al-Ghazali merupakan kebahagiaan sejati, karena merujuk pada pencapaian tahapan yang sangat tinggi yaitu ma'rifat Allah. Karena kebahagiaan yang dimaksudkan adalah kebahagiaan yang sesungguhnya maka tidak semua orang bisa mencapai pada tingkatan ini, meskipun sesungguhnya fitrah manusia itu selalu mengharap kebahagiaan. Hanya orang-orang yang telah mengenal Allah saja yang bisa merasakan kebahagiaan sejati (Arroisi, 2019:93). Namun, kebahagiaan juga didefinisikan sebagai perasaan positif dan kegiatan positif tanpa adanya unsur paksaan dari suatu kondisi dan kemampuan untuk merasakan emosi positif pada masa lalu, masa depan dan masa sekarang (Seligman, 2005:80). Setiap orang ingin

merasakan kebahagiaan apapun profesinya baik itu seorang kepala negara, pejabat, guru, pegawai, petani, pengusaha dan bahkan santri yang berada dipesantren.

Kata santri menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti (1) orang yg mendalami agama Islam; (2) orang yg beribadat dengan sungguh-sungguh; orang yang saleh. Nurcholish Madjid memiliki pendapat berbeda. Dalam pandangannya asal usul kata “Santri” dapat dilihat dari dua pendapat. Pertama, pendapat yang mengatakan bahwa “Santri” berasal dari kata “sastri”, sebuah kata dari bahasa Sansekerta yang artinya melek huruf. Pendapat ini menurut Nurcholish Madjid didasarkan atas kaum santri kelas literary bagi orang Jawa yang berusaha mendalami agama melalui kitab-kitab bertulisan dan berbahasa Arab. Kedua, pendapat yang mengatakan bahwa perkataan santri sesungguhnya berasal dari bahasa Jawa, dari kata “cantrik” berarti seseorang yang selalu mengikuti seorang guru kemana guru ini pergi menetap (Yasmadi, 2005) . Santri secara umum adalah sebutan bagi seseorang yang mengikuti pendidikan Ilmu Agama Islam di suatu tempat yang dinamakan Pesantren, biasanya menetap di tempat tersebut hingga pendidikannya selesai.

Pesantren adalah suatu lembaga pendidikan Islam yang tertua di Indonesia, telah berkembang selama masa penyebaran agama islam dan memiliki kontribusi dalam mendidik, mencerdaskan kehidupan masyarakat. Pesantren diharapkan tidak hanya berkemampuan dalam pembinaan pribadi seorang muslim yang islami, tetapi juga dapat mengadakan atau memberikan perubahan dan perbaikan sosial kemasyarakatan. Pengaruh pesantren sangat positif apabila alumninya telah

kembali ke masyarakat dengan membawa bekal yang telah mereka pelajari di pesantren, dan mereka dapat memberikan perubahan dan perbaikan bagi kehidupan masyarakat sekitarnya (Maulida, 2022:9) .

Dalam proses belajar dipesantren, setiap santri memiliki peluang untuk meraih prestasi dengan disertai usaha dan kerja keras dalam belajar agar mendapat hasil yang sesuai dengan yang diharapkan. Kenyataannya, sebagian santri sering menemukan kendala-kendala dalam proses belajar, kejenuhan serta konflik terhadap orang-orang yang ada dilingkungan pesantren (Harahap, 2022:3) . Santri yang mengalami kejenuhan dapat disebabkan berbagai faktor, diantaranya; rutinitas harian yang monoton (beribadah, belajar, dan beraktivitas yang terstruktur), tekanan akademik dan metode mengajar guru yang yang tidak bervariasi, kurangnya kebebasan (memiliki aturan yang ketat, merasa terkekang), kurangnya hiburan dan kesenangan, pemisahan dari keluarga serta ketidak sesuaian antara hasil yang diharapkan dari usaha yang dilakukan santri dengan hasil yang didapatkan oleh santri.

Faktanya, ketika anak sudah masuk pondok pesantren dihadapkan dengan banyak problematika yang harus diselesaikan di pesantren. Mereka dituntut untuk menyelesaikan kewajiban sekolah formal dan kewajiban sekolah diniyah (non formal). Selain menyelesaikan tugas sekolah, mereka juga perlu menyelesaikan kewajiban mengurus diri sendiri. Dan ternyata, ada banyak hal yang menjadi kendala bagi seorang santri dalam proses pembelajaran, diantaranya lingkungan sekolah yang kurang nyaman, fasilitas sekolah yang tidak memadai, perasaan takut



dengan guru (konflik dengan guru) serta konflik dengan teman. Adanya beberapa kendala tersebut menjadi penyebab timbulnya perasaan malas, lesu, dan tidak bersemangat atau tidak bergairah bahkan lari dan menghindari aktivitas belajar. Bagi santri yang sedang merasakan permasalahan tersebut, maka sistem berpikirnya tidak akan bekerja dalam memproses informasi (ilmu pengetahuan) dan hal-hal baru sehingga tidak mengalami kemajuan dalam pembelajaran (Harahap, 2022:7).

Pada kajian ilmu psikologi, santri kelas XI atau setara dengan Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Madrasah Aliyah (MA) termasuk dalam fase remaja (*adolescence*), dengan usia sekitar 16 – 17 tahun. Masa remaja merupakan masa yang pasti dilalui oleh setiap manusia sebelum memasuki masa dewasa. Usia remaja pada umumnya masih mengikuti kegiatan belajar di pesantren sebagaimana kegiatan paling pokok (Harahap, 2022:3) .

Santri kelas XI atau biasa disebut santri kelas 5 MBI (*Ma'hadul Banat Al-Islamy*) adalah santri yang selain belajar juga sedang mengemban amanah sebagai pengurus organisasi atau yang dinamakan OSWAH (Organisasi Santriwati Al-Mawaddah) setara dengan OSIS (Organisasi Siswa Intra Sekolah). Pengurus OSWAH berperan mengatur kegiatan dan aktivitas santri yang tentunya tidak lepas dari bimbingan serta pengawasan *Asaatid* dan *Ustadzaat*. Seluruh kegiatan serta aktivitas santri dari bangun tidur hingga tidur kembali telah diatur oleh pengurus OSWAH termasuk berangkat dan pulang sekolah (Survey, 5 Oktober 2023).

Sebagai pengurus OSWAH pasti memiliki emosi negatif seperti merasa kesal, marah hingga dendam dengan adik kelas, kakak kelas atau teman yang melanggar

peraturan. Emosi negatif dapat mengganggu fokus dan produktivitas dalam menjalankan tugas-tugas organisasi, yang mana dapat mempengaruhi rasa pencapaian dan keberhasilan pribadi, yang merupakan faktor penting dalam merasa bahagia (Survey, 5 Oktober 2023).

Tidak semua santri mampu menyelesaikan situasi sulit yang mereka temui. Beberapa masalah di Pondok Pesantren seperti kasus bullying yang menyebabkan traumatik pada anak (Nurlelah, 2004), kasus pencabulan (Ramadan, 2022), kabur karena tidak betah tinggal di pesantren (Nursam, 2022), selain itu rindu dengan orang tua (Kautsar, 2022) menjadi salah satu alasan kabur dari pesantren dan menjadi penyebab santri merasa tertekan dan tidak nyaman dipesantren.

Berdasarkan hasil pra penelitian yang peneliti lakukan mengenai kebahagiaan berdasarkan aspek dari Al-ghazali yaitu; mengenal diri, mengenal Allah, mengenal dunia akhirat dan cinta kepada Allah di Pesantren Putri Al-Mawaddah dari 33 santri mendapat jawaban bahwa; 1). Santri tidak merasa dapat mengelola perasaan negatif dan tantangan dalam kehidupan sehari-hari selama di pesantren dengan presentase 81,8% 2). Santri merasa tertekan ketika mendapat kesulitan dan musibah dengan presentase 84,8% 3). Santri merasa terkekang ketika mendapati peraturan yang ketat dipesantren dengan presentase 75,8% 4). Santri merasa kesal ketika peraturan-peraturan yang ada di pesantren tidak sesuai dengan dirinya dengan presentase 81.8% 5). Santri merasa tidak nyaman dengan lingkungan pesantren dengan presentase 57.6%. (Survey, 16 Februari 2024).

Selain diatas, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti didapatkan data bahwa santri keluar dari pesantren secara diam-diam atau kabur hanya untuk beberapa waktu, hal ini terjadi karena santri merasa bosan dan jenuh dipesantren. Meskipun ia tahu apa konsekuensi yang akan di dapat ketika ketahuan oleh *asaatidz* ataupun *ustadzaat* nya. Salah satu faktor yang membuat ia merasa tidak senang dipesantren adalah karena paksaan dari orang tua untuk tinggal dipesantren sehingga membuatnya sering merasa jenuh, bosan dan melanggar peraturan. Data lain juga menyebutkan bahwa santri terpaksa untuk tinggal di pesantren, karena ia merasa bahwa dipesantren tidak dapat mengembangkan skill olahraga yang dimilikinya dan juga pernah mendapat tuduhan yang tidak benar dari teman dan kakak kelas atau senior yang sehingga membuat ia berulang kali ingin keluar dari pesantren namun orangtua tetap menolak. Data lain juga menyatakan bahwa santri tidak bahagia dipesantren lantaran tidak pernah dijenguk oleh orangtua karena jarak yang jauh yaitu diluar jawa (Padang) (Survey, 5 Oktober 2023).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada guru (*ustadzah*) bagian bahasa menerangkan bahwa santri kelas XI yang melanggar dan diberi hukuman menunjukkan pemberontakan seperti dengan menyindir, menunjukkan sikap yang kurang sopan dan tidak mengerjakan hukuman yang diberikan oleh *ustadzah* (Survey, 5 Oktober 2023).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di pesantren putri Al-Mawaddah, didapatkan data bahwa santri kesulitan dengan mata pelajaran tertentu sehingga membuatnya tidak suka dengan mata pelajaran tersebut, santri

merasa lelah dan bosan dengan metode belajar dan materi pelajaran yang ada di pesantren, santri tidak suka ketika orang tua telat memberikan kiriman baik berupa uang saku maupun paket, hilangnya barang yang dimilikinya akibat di *ghosob* atau dicuri oleh temannya. Banyak nya kegiatan membuat santri merasa lelah dan dibangunkan secara paksa membuat santri merasa kesal. Selain itu, santri juga menyebutkan bahwa santri kelas XI tidak menyukai kelas XII dikarenakan adanya budaya senioritas (Survey, 5 Oktober 2023).

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti melihat bahwa santriwati merefleksikan ketidak bahagiaannya dengan perilaku negatif berupa pelanggaran terhadap peraturan yang ada, melawan *asaatidz* dan *ustadzaat*, tidak mengikuti pelajaran disekolah dengan berpura-pura sakit, bahkan berbohong kepada *asaatidz* dan *ustadzaat* (Survey, 5 Oktober 2023).

Berdasarkan sumber wawancara lanjutan, santri yang dapat menjalani hidup dengan baik karena dapat memperkuat ketekunan santri dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. dengan memiliki kesabaran santri belajar untuk tidak merasa frustrasi ketika menghadapi kesulitan dalam menjalankan aturan dilingkungan pesantren. Dalam menghadapi kesusahan untuk menjalani kehidupan yang baik dipesantren, kesabaran memainkan peran dan kuncinya untuk menjalani kehidupan yang baik dipesantren dikarenakan lingkungan pesantren penuh dengan tantangan dan ujian. Kesabaran membantu santri tetap tenang dan fokus saat menghadapi kesulitan dan hal tersebut memungkinkan untuk mencari solusi dengan kepala dingin dan lapang (Wawancara, 14 maret 2024).

Sejalan dengan hal tersebut, terdapat aspek kebahagiaan, adapun aspek kebahagiaan menurut Imam Al-Ghazali (2014:10) dalam kitabnya yang berjudul “*Kimiya Sa’adah*”. Yakni; 1). Mengenal diri, 2). Mengenal Allah, 3). Mengenal dunia akhirat, 4). Cinta kepada Allah. Sejalan dengan hal tersebut, terdapat dua faktor yang mempengaruhi kebahagiaan santri; yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti keimanan, ketaqwaan, sikap tenang dan sabar dalam menghadapi masalah dan keseimbangan dalam berdzikir. Individu yang memiliki keimanan dan ketaqwaan yang tinggi akan memperoleh ketenangan dan ketentraman batin dalam hidupnya. Bila mana menghadapi masalah akan menghadapi dengan kesabaran, karena merasa bahwa kesukaran dalam hidup merupakan bagian cobaan dari Allah SWT. Terhadap hambanya yang beriman. Oleh karena itu penghayatan dan pengamalan agama merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang (Hamdan, 2016:5).

Faktor eksternal yang berasal dari luar diri seseorang berupa kondisi lingkungan, baik lingkungan keluarga, masyarakat, maupun pendidikan seseorang, sosial ekonomi. Meski faktor lingkungan memengaruhi kebahagiaan, namun Daradjat (1994) menyatakan bahwa sesungguhnya faktor internal itu lebih dominan pengaruhnya dari faktor eksternal. Dengan alasan kebahagiaan dan ketenangan jiwa lebih bergantung pada bagaimana cara dan sikap seseorang tersebut dalam menghadapi masalah faktor-faktor lingkungan tersebut. Namun demikian, keselarasan dan keseimbangan antara kedua faktor menjadi hal yang dipandang penting (Hamdan, 2016:6).

Individu yang memiliki level *happiness* atau kebahagiaan yang tinggi pada umumnya memiliki sejumlah kualitas yang baik, seperti kontrol emosi yang baik dan mampu menghadapi peristiwa-peristiwa dalam kehidupan dengan cara yang baik. Berdasarkan teori tersebut, dapat diambil benang merah bahwa santri yang bahagia akan memenuhi aspek kebahagiaan menurut Al-ghazali, dilihat dari perilaku positif yang ditampilkan, yaitu santri mengikuti pelajaran di kelas dengan penuh konsentrasi, tidak bolos pada saat jam pelajaran, mengikuti ulangan harian dan ujian dengan baik, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan tidak mudah kecewa ketika hasil dari upaya belajar tidak sesuai dengan yang diharapkan (Nisfiannor et al., 2004:81).

Sebaliknya santri yang tidak bahagia adalah santri yang tidak memenuhi aspek kebahagiaan menurut Al-ghazali, dilihat dari perilaku negatif yang ditampilkan, yaitu bolos saat pelajaran, berpura-pura sakit saat jam pelajaran, berdiskusi dengan teman saat guru menerangkan pelajaran (tidak berkonsentrasi), tidak menjawab pertanyaan dengan baik saat ulangan harian, mudah putus asa dan kecewa ketika upaya belajar tidak sesuai dengan harapan (Harahap, 2022:4).

Namun, dalam usaha menghadapi situasi yang berbeda tersebut, para santri akan merespon keadaan yang dihadapi secara berbeda-beda sesuai karakteristik pribadi masing-masing. Ada yang merespon secara positif dan menganggap bahwa perubahan kondisi tersebut sebagai suatu tantangan dalam hidupnya, tapi sebaliknya banyak juga yang merespon secara negatif karena menganggap bahwa perubahan kondisi tersebut sebagai suatu tekanan dalam hidupnya. Salah satu

respon positif yang diberikan pada suatu kejadian adalah dengan bersabar (Amal, 2021:8) .

Hasan (2008:8) menyatakan bahwa kesabaran merupakan kekuatan dalam jiwa (*quwwat fi al-nafs*) yang mendorong untuk menghadapi kesulitan dalam berusaha. Izutsu (dalam Hasan, 2008:8) sependapat bahwa kesabaran memiliki kekuatan jiwa yang cukup agar senantiasa tabah dalam kesengsaraan dan penderitaan serta tekun dalam berbagai kesulitan guna memperjuangkan tujuan masing-masing.

Kesabaran mempunyai makna, yaitu pengendalian diri, menerima usaha untuk mengatasi masalah, tahan menderita, merasakan kepahitan hidup tanpa berkeluh kesah, kegigihan, bekerja keras, gigih dan ulet untuk mencapai suatu tujuan. Individu dengan mempunyai kesabaran yang tinggi akan mempunyai tingkat kebahagiaan yang tinggi. Begitupun sebaliknya, individu dengan kesabaran yang rendah maka akan rendah pula tingkat kebahagiaanya (Subandi, M, 2011:218)

Menurut studi literatur, Alquran menjelaskan bahwa kesabaran memiliki berbagai aspek, termasuk kesabaran dalam menghadapi penderitaan, mengendalikan nafsu, bertahan dalam ketaatan kepada Tuhan, sabar dalam menghadapi kesulitan selama berjuang di jalan Allah, menghadapi tantangan di medan perang, dan mempertahankan kesabaran dalam menjalani hubungan interpersonal (Rusdi, 2016:6). Studi ini mencatat bahwa individu yang memiliki hubungan langsung dengan Tuhan cenderung memiliki kekuatan yang lebih besar untuk mengatasi stres dalam kehidupan mereka. Peran agama dalam mengelola stres juga ditekankan, dengan Pargament, Kennell, Hathaway, Grevengoed,

Newman, dan Jones (1988) menyebutkan bahwa agama dapat memberikan arahan, dukungan, dan harapan kepada individu, serupa dengan peran dukungan emosional. Penelitian lain yang dikemukakan oleh Fabricatore dan Handal (2000 dalam Rahmania et al., 2019:156) menunjukkan bahwa tingkat religiusitas individu dapat mengurangi dampak negatif stres terhadap kepuasan hidup.

Salah satu bentuk penanganan masalah yang adaptif adalah coping religius, yang merujuk pada cara individu mengelola stres dan menyelesaikan tantangan kehidupan dengan mengandalkan keyakinan mereka (Wong-McDonald & Gorsuch, 2000). Menurut Pargament (Pargament, Olsen, Reilly, Falgout, Ensing & Haitzma, 1992), religiusitas memainkan peran penting dalam strategi penanganan masalah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa aspek positif dari kehidupan agamis dapat memiliki dampak positif pada pengalaman negatif, seperti tekanan psikologis dan stres. Hasil penelitian oleh Rahmania et al., (2019:163) menunjukkan bahwa tingkat rendah religiusitas berkaitan dengan tingkat stres yang tinggi dan penyesuaian yang rendah pada remaja.

Ketidakmampuan individu untuk mengatasi masalah dapat mengakibatkan timbulnya emosi yang tidak menyenangkan, mengarah pada perasaan ketidakpuasan dan ketidakbahagiaan terhadap kehidupan yang dijalani, mencerminkan tingkat kesejahteraan subjektif yang rendah (Nisfiannor et al., 2004:74). Dalam penelitian mengenai peran akhlak dan kesabaran terhadap kebahagiaan remaja oleh Diponegoro (2005), ditemukan bahwa pelajaran agama Islam memiliki korelasi positif dengan tingkat kebahagiaan. Subari (2017)



melakukan penelitian tentang hubungan antara spiritualitas dan kebahagiaan pada remaja akhir, serta implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat spiritualitas dan kebahagiaan pada remaja akhir, yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat spiritualitas, semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan.

Berdasarkan perspektif Islam apabila religiusitas seseorang tinggi maka orang tersebut dikatakan sebagai orang yang bertaqwa. Hal ini sejalan dengan pandangan Ibnu Khaldun mengenai kebahagiaan sebagai bentuk tunduk dan patuh mengikuti garis-garis ketentuan agama Allah dan perikemanusiaan (Daradjat, 1988). Kebahagiaan juga ditafsirkan sebagai bentuk kemenangan. Menurut Imam Al-Ghazali (2008), kebahagiaan adalah kemenangan memerangi hawa nafsu dan menahan kehendak yang berlebih-lebihan. Kemenangan di dalam memerangi hawa nafsu ini ialah induk dari segala kemenangan. Jalan untuk memerangi hawa nafsu adalah melalui kegiatan-kegiatan sebagai berikut (1) Senantiasa mengoreksi diri, memohon ampun dan taubat akan kesalahan, (2) Bersikap penuh syukur pada segala hal yang dikaruniai Allah SWT, (3) Hanya berharap dan takut kepada Allah SWT, (4) Zuhud, tidak cinta dunia, (5) Hanya menjadikan Allah yang patut disembah (tauhid), (6) Senantiasa ikhlas dan bertawakal atas segala usaha dan upaya, (7) Mengembangkan rasa kasih sayang, (8) Senantiasa rindu pada ridho Allah, (9) Berusaha untuk mengingat kematian.

Penelitian Zulhammi (2016) menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan antara sikap sabar dan kesehatan mental. Hasil penelitian oleh Ernadewita dan Rosdialena

(2019) juga menegaskan bahwa kesabaran memiliki relevansi dengan kesehatan mental, bahkan dianggap sebagai bentuk terapi untuk kesehatan mental. Dalam perspektif psikologis, kesabaran dianggap sebagai bentuk kontrol diri di mana individu berupaya mengelola dirinya sendiri untuk menjadi seseorang yang mampu mengelola emosinya. Studi oleh Aghababaei dan Tabik (2015) menghasilkan temuan bahwa sabar memiliki hubungan yang signifikan dengan kesehatan mental dan juga subjective well being. Temuan ini juga mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tingkat kesabaran dapat memprediksi kesehatan mental individu.

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya dari sisi variabel yang berbeda. Penelitian sebelumnya meneliti hubungan antara sabar dan kesehatan mental, serta religiusitas dan tingkat stres, dengan menggunakan teori yang berbeda pula. Sementara pada penelitian ini, fokus ditujukan pada pengaruh kesabaran terhadap kebahagiaan santri. Variabel kesabaran dikemukakan oleh Rusdi (2016), sedangkan variabel kebahagiaan oleh Al-Ghazali (2014), dengan pengambilan sampel secara langsung. Penelitian ini menggunakan teori yang diusung oleh Rusdi dan Al-Ghazali sebagai tokoh psikologi Islam, sesuai dengan lingkungan penelitian yang berada dalam konteks pesantren. Selain itu, penelitian sebelumnya juga meneliti tentang hubungan spiritualitas dan kebahagiaan, sementara penelitian ini lebih menekankan pada pengaruh kesabaran terhadap kebahagiaan santri.

Terkait dengan makna kesabaran, Rasulullah Saw menyebutkan bahwa sabar memiliki kaitan makna yang sangat besar dengan kebahagiaan. Hal ini seperti yang disebutkan Rasulullah dalam sabdanya, yaitu: *Artinya: “Dari Shuhaib beliau berkata: Rasulullah Saw. bersabda: “Ajaib bagi perkara orang mu’min, sesungguhnya seluruh problematikanya adalah baik, dan tidak ada seorangpun mendapatkan hal seperti itu kecuali bagi orang yang beriman; Jika menyimpannya kebahagiaan (kesenangan) ia bersyukur, maka hal itu adalah baik baginya. Dan jika menyimpannya kesempitan ia pun bersabar, maka itu adalah baik baginya.” (HR. Muslim).*

Berdasarkan data yang didapat dari beberapa santri kelas XI pesantren putri Al-Mawaddah, peneliti ingin melihat apakah ada pengaruh antara kesabaran dan kebahagiaan sebagaimana hadist Rosulullah SAW yang disebutkan diatas. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul **Pengaruh Kesabaran terhadap Kebahagiaan Santri Kelas XI di pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo.**

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat kesabaran santri kelas XI di Pesantren Putri AL-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo?
2. Bagaimana tingkat kebahagiaan santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo?

3. Apakah ada pengaruh yang signifikan antara tingkat kesabaran terhadap tingkat kebahagiaan pada santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo?

## **B. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui tingkat kesabaran pada santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo
2. Untuk mengetahui tingkat kebahagiaan pada santri kelas XI di pesantren putri AL-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo.
3. Untuk membuktikan adanya pengaruh yang signifikan terkait pengaruh kesabaran terhadap kebahagiaan santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo.

## **C. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Secara Teoritis
  - a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi sosial.
  - b. Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan informasi dan khasanah keilmuan khususnya mengenai kesabaran dan kebahagiaan santri di pesantren.
  - c. Memberikan kontribusi dan ranah keilmuan dalam bidang psikologi
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi Pihak Sekolah

1) Santri

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menyadarkan siswa untuk bisa lebih bahagia dalam menjalani proses belajar serta menerima dan mampu beradaptasi dengan keadaan apapun yang telah terjadi dengan tetap menghormati asaatidz dan ustadzaat dan peraturan - peraturan yang ada.

2) Guru

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membuat para guru lebih paham dan mengerti bahwa perilaku negatif yang ditampilkan siswa juga tidak serta merta karena keinginan mereka tetapi terjadi karena keadaan yang tidak mereka inginkan dan hak yang tidak mereka dapatkan berpengaruh terhadap kebahagiaan mereka.

b. Bagi peneliti sendiri

Penelitian ini merupakan sebuah proses belajar untuk menambah wawasan khususnya bagian psikologi dan untuk mengembangkan ilmu yang telah dipelajari.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan atau bahan acuan untuk penelitian yang sama di masa yang akan datang dan bisa juga digunakan sebagai informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kebahagiaan**

##### **1. Pengertian Kebahagiaan**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kebahagiaan adalah kesenangan dan ketentraman hidup yang tidak hanya secara lahir saja tetapi juga secara batin. Bahagia juga diartikan sebagai keberuntungan dan kemujuran. Dalam pandangan Abu Hamid Al-Ghazali, bahagia atau kebahagiaan merujuk pada istilah sa'adah, yang berhubungan dengan dua dimensi eksistensi; dunia saat ini dan akhirat. Menurutnya kebahagiaan merupakan suatu kondisi jiwa yang tenang, damai tanpa suatu kekurangan apapun. Puncak kebahagiaan tersebut bisa diraih oleh seseorang ketika telah sampai pada ma'rifat Allah. Kebahagiaan ma'rifat Allah itu bisa dilukiskan dengan bahagianya mata ketika melihat sesuatu yang baik, ketika telinga mendengarkan hal-hal yang indah, begitu juga seterusnya (Arroisi, 2019:87).

Al-Ghazali menegaskan, siapa yang ingin meraih kebahagiaan harus menempatkan Allah sebagai tujuan, akherat sebagai tanah air, dunia sebagai pemoncokan, hati sebagai pemimpin, akal sebagai pengawas, nafsu sebagai kendaraan dan anggota badan sebagai pelayan (Soleh, 2022:75). Individu yang hatinya telah dikuasai cinta kepada Allah tentu akan lebih banyak merasakan kebahagiaan dibanding orang yang hatinya tidak didominasi

cinta kepada Allah. Untuk mencapai kebahagiaan yang sempurna, pengetahuan saja tidaklah cukup tanpa disertai cinta. Dan cinta kepada Allah tidak akan memenuhi hati manusia sebelum hatinya disucikan dari cinta dunia dengan sikap zuhud (Al-Ghazali, 2001:61)

Kebahagiaan memiliki dampak besar pada individu. Misalnya, kebahagiaan meningkatkan kekebalan tubuh dan mental individu, sehingga individu mampu menghadapi tekanan berat. Johnson dan Tapel mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah aspek penting yang memperkuat ketahanan individu. Selain itu, kebahagiaan berdampak positif pada kesehatan individu, di mana yang bahagia cenderung lebih sehat dibandingkan dengan yang lain. Steptoe mendukung kesimpulan ini dengan menunjukkan bahwa kebahagiaan secara signifikan mempengaruhi kesehatan individu. Selain itu, kebahagiaan juga dapat meningkatkan produktivitas kerja. Vallina menyatakan bahwa orang yang merasa bahagia lebih produktif dibandingkan dengan mereka yang merasa kurang bahagia. Semua pernyataan ini menunjukkan bahwa kebahagiaan adalah keadaan pikiran penting yang secara signifikan mempengaruhi aktivitas individu (Soleh, 2022:199)

Kebahagiaan menurut Al-Ghazali merupakan kebahagiaan sejati, karena merujuk pada pencapaian tahapan yang sangat tinggi yaitu ma'rifat Allah. Karena kebahagiaan yang dimaksudkan adalah kebahagiaan yang sesungguhnya maka tidak semua orang bisa mencapai pada tingkatan ini,

meskipun sesungguhnya fitrah manusia itu selalu mengharapkan kebahagiaannya. Hanya orang-orang yang telah mengenal Allah saja yang bisa merasakan kebahagiaan sejati (Arroisi, 2019:93).

Hal yang senada juga di sampaikan oleh Ibnu Tufail, yang menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan sampainya seseorang kepada Wajib al-Wujud. Yaitu pencipta segala yang ada, yakni Allah SWT. Pengertian yang sama juga ditegaskan oleh Syed Muhammad Naquib al-Attas. Dalam pandangannya, kebahagiaan adalah tidak menunjuk pada entitas jasmani manusia, bukan pada jiwa hewani dan tubuh manusia. Bukan pula suatu keadaan akal pikiran manusia yang akali belaka. Melainkan ia menunjuk pada keyakinan diri akan hakikat terakhir yang Mutlak. Yakni keyakinan akan hak Allah dan menunaikan amalan yang dikerjakan oleh diri berdasarkan keyakinan itu (Al-Attas, 1995:74) .

Dengan demikian bisa disimpulkan bahwa apa yang disampaikan oleh Abu Hamid Al-Ghazali, Ibnu Tufail dan Syed Muhammad Naquib al-Attas tersebut mengandung makna yang sama. Kebahagiaan yang diperoleh oleh seseorang ketika sampai pada tingkatan ma'rifat Allah. Kebahagiaan tersebut tidak merujuk pada kenikmatan jasmani atau inderawi, melainkan kebahagiaan abadi di atas segala kenikmatan duniawi (Arroisi, 2019:88).

Menurut Al-Ghazali jalan menuju kebahagiaan itu adalah ilmu serta amal. Ia menjelaskan bahwa seandainya anda memandang ke arah ilmu, anda niscaya melihatnya bagaikan begitu lezat. Sehingga ilmu itu dipelajari



karena kemanfaatannya. Anda pun niscaya mendapatkannya sebagai sarana menuju akhirat serta kebahagiaannya dan juga sebagai jalan mendekatkan diri kepada Allah. Namun, hal ini mustahil tercapai kecuali dengan ilmu tersebut. Dan yang paling tinggi peringkatnya, sebagai hak umat manusia adalah kebahagiaan abadi. Sementara yang paling baik adalah sarana ilmu tersebut yaitu amal yang mengantarnya kepada kebahagiaan tersebut. Jadi, asal kebahagiaan di dunia dan akhirat sebenarnya ilmu. Teori kebahagiaan, menurut al-Ghazali didasarkan pada semacam analisa psikologis dan dia menekankan pula bahwa setiap bentuk pengetahuan itu asalnya bersumber dari semacam kelezatan atau kebahagiaan (Murni, 2014:4).

Al-Ghazali juga menjelaskan bahwa segala sesuatu memiliki rasa bahagia, nikmat dan kepuasan. Rasa nikmat akan didapat apabila melakukan semua yang diperintahkan oleh tabiatnya. Tabiat segala sesuatu adalah semua yang tercipta untuknya. Kenikmatan mata pada gambar-gambar indah, kenikmatan telinga pada bunyi-bunyi yang merdu dan demikian semua anggota badan. Kenikmatan hati hanya dirasakan ketika mengetahui Allah (ma'rifatullah), sebab ia diciptakan untuk melakukan hal itu. Semua yang tidak diketahui manusia, tatkala ia mengetahuinya maka ia akan berbahagia. Manusia yang telah sampai pada ma'rifat Allah akan merasa senang dan tak sabar untuk menyaksikan-Nya, sebab kenikmatan hati adalah ma'rifat, setiap kali ma'rifat bertambah besar, maka nikmat pun bertambah besar pula. Karenanya, ketika manusia mengetahui sang menteri, maka ia akan senang, lebih-lebih jika tahu sang raja, maka kebahagiaannya

tertentu besar lagi (Albab, 2020:64) . Kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas - aktivitas positif yang ditampilkan oleh individu tersebut. Menurut Seligman (2000) orang orang yng berbahagia memiliki lebih banyak teman dan lebih terlibat dalam kegiatan berkelompok (Harahap, 2022:12).

Kebahagiaan menurut Al-Farabi (Jaapar & Azhari, 2011) merupakan kondisi hati yang dipenuhi dengan keyakinan dan berperilaku sesuai dengan keyakinan. Ibnu Miskawaih menyebutkan bahwa kebahagiaan terdiri atas dua jenis, yaitu kebahagiaan materi (*jism al-sa'adah*) dan kebahagiaan psikologis (*nafs al sa'adah*). Kebahagiaan materi pada dasarnya hanya sebatas pada hal-hal material saja dan bersifat menipu, sedangkan konsep kebahagiaan psikologis mirip dengan kesejahteraan psikologis di mana kebahagiaan jenis ini akan dapat membawa manusia ke derajat para malaikat. Kemudian, kebahagiaan adalah kesenangan, kesukaan, dan kepuasan hati tentang segala peristiwa yang terjadi. Franklin (2010:45) melihat bahwa kebahagiaan adalah suatu cara hidup bukan keadaan sementara yang bisa datang dan pergi. Semakin individu tumbuh menjadi dirinya sendiri maka akan semakin baik hidupnya.

Kebahagiaan tumbuh dari pemenuhan potensi yang berada di dalam diri manusia sehingga kebahagiaan lebih cepat muncul bila individu mampu mengaktualisasikan diri. Kebahagiaan memenuhi kemungkinan potensi yang berada didalam diri (Afifah, 2018:13). Menurut perspektif yang

diuraikan, dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah suatu kondisi kesenangan dan ketentraman hidup yang melibatkan dimensi lahir dan batin. Secara spiritual, kebahagiaan dicapai melalui pemahaman mendalam terhadap keberadaan Allah, yang disebut sebagai ma'rifat Allah. Faktor kunci menuju kebahagiaan adalah ilmu dan amal, di mana ilmu memberikan kelezatan dan membuka jalan menuju akhirat. Selain itu, kebahagiaan juga mencakup keyakinan, perilaku sesuai keyakinan, serta kepuasan hati terhadap peristiwa kehidupan. Dalam perspektif psikologi positif, kebahagiaan terkait dengan emosi positif, keterlibatan dalam aktivitas positif, dan kualitas hubungan sosial. Dengan demikian, kebahagiaan diartikan sebagai keadaan holistik yang melibatkan dimensi spiritual, ilmu, amal, serta penerimaan terhadap realitas kehidupan.

## **2. Aspek – Aspek Kebahagiaan**

Aspek kebahagiaan menurut imam Al-Ghazali (2014:10) dalam kitabnya yang berjudul “Kimiya Sa’adah” terangkum dalam empat aspek, sebagai berikut:

### **a. Mengenal Diri (*Ma'rifatun nafs*)**

*Ma'rifatun nafs* dapat didefinisikan mengenal, mengetahui, dan menyadari sedalam-dalamnya keadaan dirinya melebur dalam Sang Wujud Hakiki dan sudah tidak merasa punya apa-apa lagi, tidak merasa memiliki perbuatan sendiri. Selama seseorang masih merasakan 'keakuannya' maka belum dapat disebut ma'rifatun nafs. Dengan

demikian, ma'rifatun nafs sesungguhnya adalah ma'rifatullah.

Rasulullah bersabda :

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ وَمَنْ عَرَفَ رَبَّهُ فَسَدَّ جَسَدَهُ

Artinya: “Barangsiapa yang mengenal dirinya, maka ia akan mengenal Tuhannya, dan barangsiapa yang mengenal Tuhannya maka binasalah (fana) dirinya”.

Manusia terkadang mempelajari ma'rifatullah tanpa memulai pemahaman lebih mendalam siapa dirinya sesungguhnya (*ma'rifatun nafs*). Akhirnya, manusia akan menemukan keputusan atau kerancuan dalam pemikiran. Tanda-tanda telah sampai kepada tingkat ma'rifat yang lebih tinggi ketika menyadari dirinya dalam lima keadaan, yaitu selalu merasa kehilangan oleh Sang Penyebab Kehilangan, yaitu Allah; selalu merasa beruntung oleh Sang Penyebab Keberuntungan, yaitu Allah; selalu merasa mendapatkan anugerah oleh Sang Penyebab Anugerah, yaitu Allah; selalu merasa kesempitan oleh Sang Penyebab Kesempitan, yaitu Allah; selalu merasa kelegaan oleh Sang Penyebab Kelegaan, yaitu Allah SWT. Ma'rifat bukan hanya sekedar pengetahuan biasa, melainkan sebagai peningkatan kesadaran diri yang membawa kepada ketaatan dan ketaqwaan kepada Allah dalam jalan *ma'rifatullah*.

b. Mengenal Allah (*Ma'rifatullah*)

*Ma'rifatullah* menurut konsep al-Ghazali adalah berupaya untuk mengenal Tuhan sedekat-dekatnya yang diawali dengan pensucian jiwa

dan zikir kepada Allah secara terus-menerus, sehingga pada akhirnya akan mampu melihat Tuhan dengan hati nuraninya. Menurut al-Ghazali ma'rifatullah merupakan sumber dan puncak kelezatan beribadah yang dilakukan oleh seorang manusia di dunia ini. Lebih jauh lagi Ia memberi pandangan yang luas tentang kebahagiaan dan kelezatan bagi manusia untuk mencapai ma'rifatullah. Mengenal dan mencintai Sang Pencipta dengan sepenuhnya. Dengan demikian manusia akan memperoleh kesenangan yang luar biasa dari yang lainnya. Ma'rifat kepada Allah adalah merupakan sifat yang sangat mulia.

c. Mengenal Dunia dan Akhirat (*Ma'rifatud Dunya Wal-Akhiroh*)

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

Dunia cenderung menipu dan memperdaya manusia. Dunia seakan kekal selamanya, kenyataannya dunia hanya sementara dan bersifat fana. Jika direnungkan kehidupan dunia di masa lalu dan kehidupan dunia dimasa mendatang ketika dunia ini telah sirna maka mengetahui bahwa kehidupan ini bagaikan sebuah perjalanan yang yang tahapanya

dilalui oleh tahun, bulan, hari, dan detik. Artinya betapa bodohnya orang yang hanya berupaya menjadikan dunia sebagai tempat tinggal yang abadi dan menyusun rencana kedepan untuk meraih apa yang diinginkan di dunia, padahal belum tentu kita besok masih hidup atau tidak.

Gambaran tentang dunia dibagi menjadi dua kelompok, kelompok pertama; orang yang beriman, orang beriman akan menjauhkan diri dari kenikmatan dunia dan fokus pada kehidupan akhirat kelak. Kelompok kedua; orang kafir, orang kafir hanya akan berfokus pada kenikmatan dunia dan melupakan kehidupan akhirat.

Dunia menipu manusia dengan caracara lainnya, seperti menampakkan diri sebagai sesuatu yang remeh dan sepele, tetapi setelah dikejar ternyata ia punya cabang yang begitu banyak dan panjang sehingga seluruh waktu dan energi manusia dihabiskan untuk mengejarnya. Nabi Isa a.s. berkata, “Pecinta dunia ini seperti orang yang minum air laut; semakin banyak minum, semakin haus ia sampai akhirnya mati akibat dahaga yang tak terpuaskan.” Dan Rasulullah saw. bersabda, “Kau tak bisa bergelut dengan dunia tanpa terkotori olehnya, sebagaimana kau tak bisa menyelam tanpa menjadi basah.”

Ada dua perkara yang tidak bisa ditinggalkan selama hidup di dunia, yaitu ilmu dan amal baik, dengan ilmu dan amal baik manusia dapat menyiapkan bekal untuk di akhirat, yang akan membawa pengaruh terhadap nasib seseorang. Terlebih amal yang dibawa adalah amal

ibadah yang membuat selalu mengingat dan mencintai Allah. Sebagaimana ungkapan Al-qur'an "segala yang baik akan abadi".

Al-qur'an dan Sunnah memberikan pengetahuan bahwa dalam kehidupan di akhirat ada yang namanya konsep nikmat surga dan siksa neraka. Hal yang penting namun sering dilupakan yakni adanya surga ruhani dan neraka ruhani. Mengenai surga ruhani, Allah berfirman kepada Nabi-Nya, "Tak pernah dilihat mata, tak pernah didengar telinga, dan tak pernah terlintas dalam hati manusia, itulah nikmat yang disiapkan bagi orang yang bertakwa". Bentuk neraka ruhani yang pertama adalah terpisahnya seseorang secara paksa dari dunia yang sangat dicintainya. Kedua rasa malu, yaitu ketika seseorang dibangunkan untuk melihat hasil perbuatannya di dunia. Ketiga kekecewaan dan kegagalan mencapai objek eksistensi yang sejati. Manusia diciptakan dengan tujuan untuk memantulkan cahaya pengetahuan tentang Tuhan. Namun, jika ia tiba di akhirat dengan jiwa yang tertutup karat tebal nafsu duniawi, ia akan gagal mencapai tujuan penciptaannya.

Semua derita yang ditanggung jiwa setelah kematian disebabkan oleh cinta dunia yang berlebihan. Urusan utama manusia hidup di dunia ini adalah untuk mempersiapkan diri bagi masa akhirat yang akan datang, dan keselamatan hanya bagi orang-orang yang mengikuti ajaran Allah.

d. Cinta kepada Allah (*Mahabatullah*)

Kesempurnaan manusia tercapai jika cinta kepada Allah memenuhi dan menguasai hatinya. Seandainya cinta kepada Allah tidak sepenuhnya menguasai hati, setidaknya ia menjadi perasaan paling dominan, mengatasi kecintaannya kepada selain Dia. Seluruh muslim sepakat bahwa mereka wajib mencintai Allah, sebagaimana firman-Nya tentang sifat kaum beriman: “Dia mencintai mereka dan mereka mencintai-Nya,” dan sabda Nabi saw., “Sebelum seseorang mencintai Allah dan Nabi-Nya melebihi cinta kepada yang lain, imannya tidak benar”. Terdapat beberapa faktor yang membangkitkan cinta kepada Allah. Pertama, bahwa manusia selalu mencintai dirinya dan kesempurnaan sifatnya. Hal tersebut akan mengantarkan menuju cinta kepada Allah, karena keberadaan manusia dan sifat-sifatnya adalah anugerah Allah. Faktor kedua, cinta manusia kepada pendukungnya, dan sesungguhnya yang senantiasa mendukung dan membantu manusia hanyalah Allah. Sebab, kebaikan apapun yang diterimanya dari sesama manusia pada hakikatnya disebabkan oleh dorongan dari Allah SWT. Faktor ketiga, perenungan terhadap sifat-sifat Allah, kekuasaan dan kebijakan-Nya. Kekuasaan dan kebijakan manusia hanyalah cerminan paling lemah dari kebijakan dan kekuasaan-Nya. Faktor Keempat, adanya kemiripan antara manusia dan Allah. Seperti sabda Nabi, “sesungguhnya Allah menciptakan manusia dalam kemiripan dengan-Nya”.



Berikut tanda- tanda cinta kepada Allah; 1). Tidak takut mati, 2). kesediaan seseorang untuk mengorbankan segala hasrat dan kehendaknya demi mencapai kehendak Allah, 3). ketiga adalah pikiran yang selalu hidup dan segar berkat zikir kepada Allah. Setiap saat, ingatan kepada-Nya tak pernah lepas dari pikirannya, 4) mencintai Alquran, firman Allah, dan mencintai Muhammad Nabiullah, 5). adanya hasrat yang kuat untuk beruzlah demi tujuan ibadah, 6). perasaan ringan dan mudah untuk beribadah, 7). mencintai orang yang menaati-Nya dan membenci orang kafir dan orang yang tidak taat.

Dari aspek diatas dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan menurut Al-ghazali (2014:10) terdapat 4 aspek yaitu: mengenal diri, mengenal Allah, mengenal dunia akhirat dan cinta kepada Allah.

### **3. Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan**

Menurut Daradjat (1994), ciri- ciri orang berbahagia adalah orang yang sehat mental. Faktor kebahagiaan secara garis besar terdapat dua, yakni faktor internal dan faktor eksternal.

#### **a. Faktor Internal**

##### **1) Keimanan**

Keimanan mencakup keyakinan dan ketaatan pada ajaran agama. Seseorang yang memiliki keimanan yang kuat akan cenderung memiliki pandangan hidup yang lebih positif dan optimis. Contohnya, seseorang yang secara konsisten menjalankan ibadah, seperti shalat,

puasa, dan berdoa, mungkin akan merasakan kedamaian batin dan makna hidup yang lebih mendalam.

2) Ketaqwaan

Ketaqwaan menunjukkan sejauh mana seseorang mentaati ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari. Contoh dari ketaqwaan adalah sikap jujur, amanah, dan menghormati sesama manusia berdasarkan prinsip-prinsip moral dan etika agama.

3) Sikap tenang dan sabar dalam menghadapi problem hidup

Orang yang mampu menjaga ketenangan dan kesabaran dalam menghadapi masalah atau cobaan hidup memiliki tingkat kematangan emosional yang tinggi. Contohnya, seseorang yang tetap tenang saat menghadapi tekanan pekerjaan atau konflik interpersonal dapat lebih baik mengelola stres dan mencari solusi yang lebih efektif.

4) Keseimbangan dalam berdzikir

Keseimbangan dalam berdzikir menekankan pentingnya tidak hanya melakukan ibadah secara mekanis, tetapi juga dengan penuh kesadaran dan kehadiran hati. Contohnya, seseorang yang mampu merenung dengan khuyuk dan fokus saat berdzikir akan merasakan manfaat spiritual yang lebih besar daripada melakukan aktivitas tersebut secara tergesa-gesa.

b. Faktor Eksternal

1) Lingkungan (Keluarga, Masyarakat)

Lingkungan yang mendukung, seperti keluarga yang harmonis dan masyarakat yang mempromosikan nilai-nilai positif, dapat menciptakan rasa keamanan dan dukungan emosional. Contohnya, seseorang yang tumbuh dalam keluarga yang memberikan kasih sayang dan dukungan akan cenderung memiliki fondasi emosional yang kuat.

2) Pendidikan

Pendidikan memberikan akses ke pengetahuan dan keterampilan yang dapat meningkatkan kualitas hidup. Contohnya, seseorang yang mendapatkan pendidikan yang baik dapat lebih mudah memahami dunia, mengembangkan potensi diri, dan mengambil keputusan yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

3) Sosial Ekonomi

Kondisi sosial ekonomi yang stabil, seperti pekerjaan yang layak dan keamanan finansial, dapat memberikan kepastian dalam kehidupan sehari-hari. Contohnya, seseorang yang memiliki pekerjaan yang memberikan penghasilan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan dasar dan memberikan kesejahteraan ekonomi akan cenderung merasa lebih aman dan bahagia.

Meski faktor lingkungan memengaruhi kebahagiaan, namun Daradjat (1990) menyatakan bahwa sesungguhnya faktor intern itu lebih dominan pengaruhnya dari faktor ekstern. Dengan alasan

kebahagiaan dan ketenangan jiwa lebih bergantung pada bagaimana cara dan sikap seseorang tersebut dalam menghadapi masalah faktor - faktor lingkungan tersebut. Namun demikian, keselarasan dan keseimbangan antara kedua faktor menjadi hal yang dipandang penting.

#### **4. Perspektif Psikologi Tentang Kebahagiaan**

##### **a. Telaah Teks Psikologi Tentang Kebahagiaan**

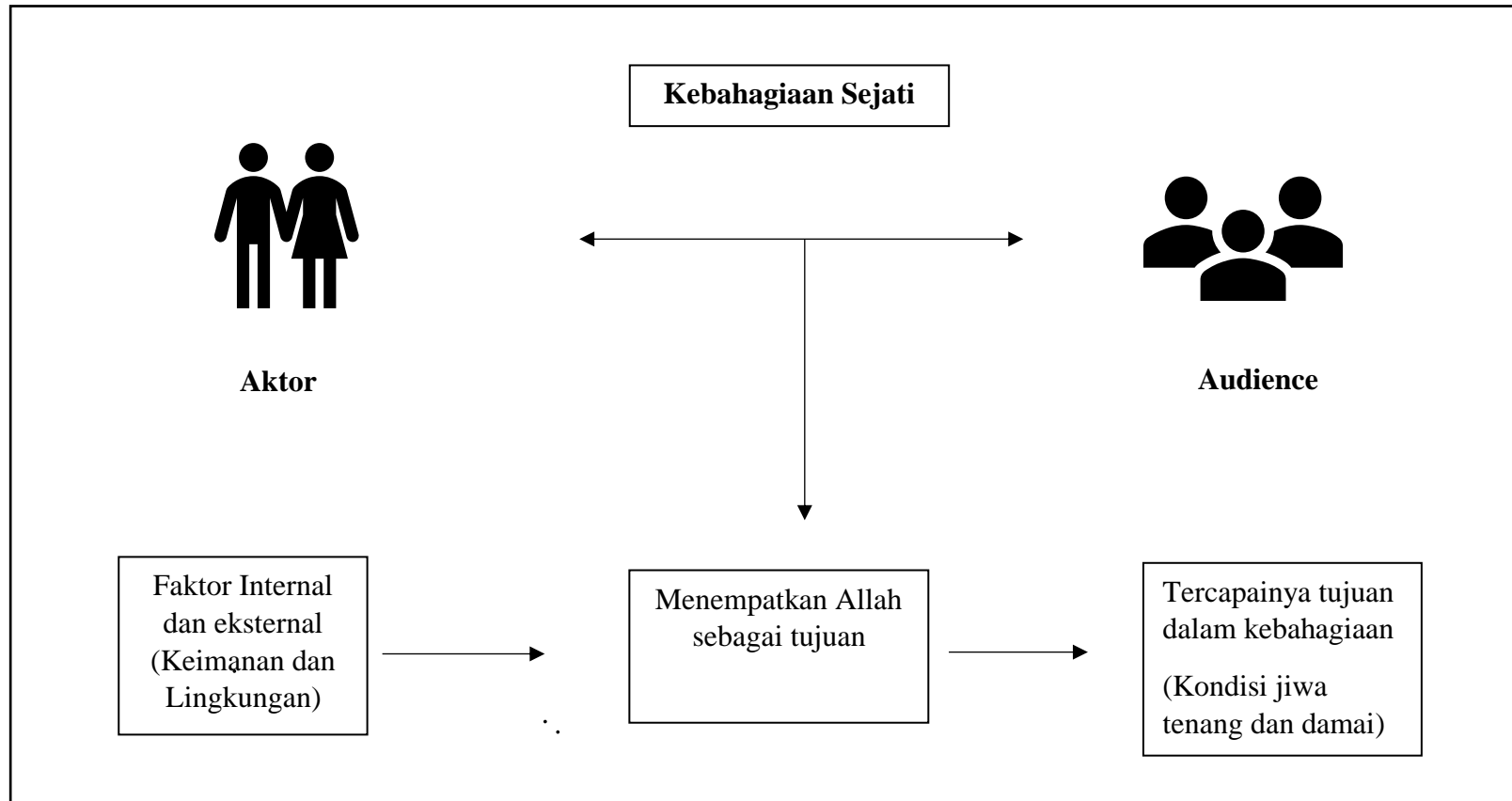
Al-Ghazali menyatakan bahwa kebahagiaan tidak datang sendiri tetapi harus diusahakan. Al-Ghazali menegaskan bahwa seseorang harus melakukan aktivitas tertentu untuk meraih kebahagiaan, yaitu mujahadah dan mencari guru spiritual (murshid). Al-Ghazali menegaskan bahwa tanpa mujahadah dan guru murshid, seorang individu tidak akan sampai kepada Allah dan meraih kebahagiaan. Pemikiran ini sama dengan konsep kebahagiaan Ibn Sina (1037:98) di atas, tetapi berbeda dengan Al-Farabi (870-950:73). Ibn Sina menyatakan bahwa semua potensi diri dapat merasakan kebahagiaan tetapi kebahagiaan tertinggi adalah mencintai Allah sebagai objek tertinggi cinta. Sebaliknya, Al-Farabi menyatakan bahwa kebahagiaan adalah tunggal dan hanya dapat dirasakan oleh intelek (Soleh, 2022:67).

Menurut Diener, E. (2000:87) Kebahagiaan adalah evaluasi kognitif dan afektif terhadap kehidupan seseorang, termasuk kesejahteraan subjektif. Kant, I. (1996:54) juga menyatakan bahwa Kebahagiaan adalah kepuasan dengan kondisi seseorang dalam hidup sejauh itu berjalan sesuai dengan prinsip-prinsip moralitas. Menurut Ryff, C.D.

(1989:81) Kebahagiaan adalah hasil dari kesejahteraan psikologis yang terdiri dari enam aspek: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Kahneman, D., & Deaton, A. (2010:56) Kebahagiaan adalah pengalaman subjektif dari kesejahteraan, yang mencakup evaluasi kehidupan dan pengalaman emosi sehari-hari.

Ibn Qayyim al-Jawziyya, M. A. (2010:54) menyebutkan bahwa Kebahagiaan adalah keadaan hati yang ridha dan sabar dalam menerima takdir Allah. Al-Razi, M. Z. (1997:78) Kebahagiaan adalah kesejahteraan fisik dan mental yang diperoleh melalui pengetahuan dan kebajikan. Nasr, S. H. (2007:69) Kebahagiaan adalah kedamaian batin yang diperoleh melalui pengetahuan tentang Tuhan dan harmoni dengan alam semesta.

**b. Bagan Psikologi Tentang Kebahagiaan**



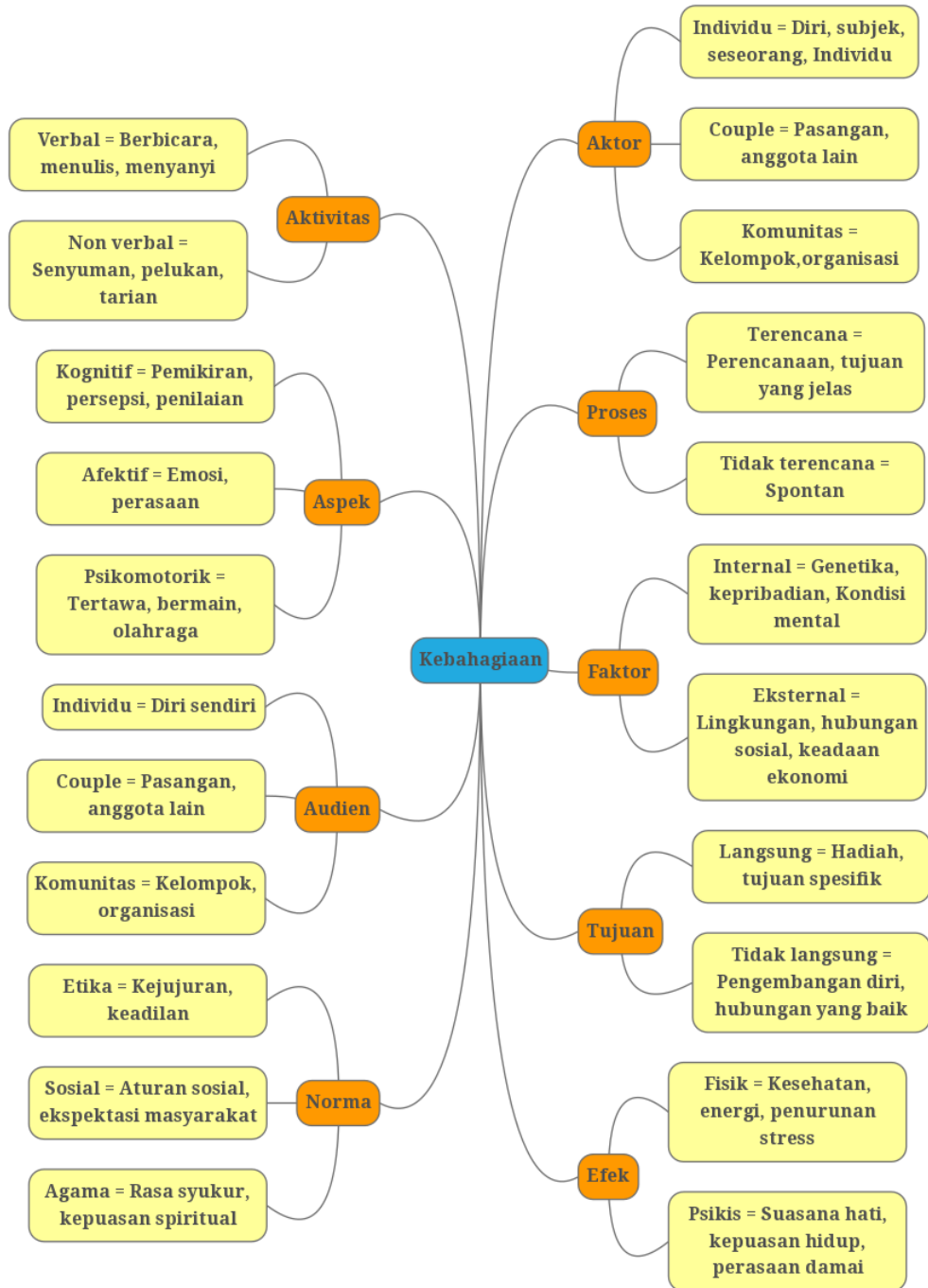
Gambar 2.1 Bagan Teks Psikologi Tentang Kebahagiaan

**c. Analisis Komponen Teks Psikologi Tentang Kebahagiaan**

**Tabel 2.1 Analisis Komponen Teks Psikologi Tentang Kebahagiaan**

<b>No</b>	<b>Komponen</b>	<b>Kategori</b>	<b>Deskripsi</b>
1	Aktor	Individu	Diri, subjek, seseorang, individu
		Couple	-
		Komunitas	Kelompok, organisasi
2	Aktivitas	Verbal	Berbicara
		Non Verbal	Senyuman
3	Proses	Terencana	Perencanaan, tujuan yang jelas.
		Tidak Terencana	Spontan
4	Aspek	Kognitif	Pemikiran, persepsi, penilaian
		Afektif	Emosi, perasaan
		Psikomotorik	Aktivitas fisik; Tertawa, bermain, berolahraga.
5	Faktor	Internal	Genetika, kepribadian, kondisi mental.
		Eksternal	Lingkungan, hubungan sosial
6	Audience	Individu	Diri sendiri
		Couple	-
		Komunitas	Kelompok, organisasi
7	Tujuan	Langsung	Hadiah, tujuan spesifik
		Tidak Langsung	Pengembangan diri, hubungan yang baik.
8	Norma	Etika	Moral: Kejujuran, keadilan.
		Sosial	Aturan sosial, ekspektasi masyarakat
		Agama	Rasa syukur, kepuasan spiritual.
9	Efek	Fisik	Kesehatan, energi, penurunan stres.
		Psikis	Suasana hati, kepuasan hidup, perasaan damai.

**d. Mind Mapping Teks Psikologi Tentang Kebahagiaan**



Gambar 2.2 Mind Mapping Teks Psikologi Kebahagiaan



#### **e. Rumusan Konseptual Teks Psikologi sebagai Simpulan**

##### 1) Rumusan General

Kebahagiaan tidak datang sendiri tetapi harus diusahakan melalui aktivitas tertentu seperti mujahadah dan mencari guru spiritual (murshid). Mujahadah adalah usaha serius, baik fisik maupun spiritual, untuk menundukkan nafs sehingga mendekatkan diri kepada Allah. Murshid adalah guru yang membimbing dalam perjalanan spiritual menuju Allah. Tanpa mujahadah dan murshid, seseorang tidak akan mencapai kebahagiaan sejati.

Kebahagiaan memiliki jenjang dan terkait dengan kepuasan serta kenikmatan yang berbeda-beda. Kenikmatan fisik dan material akan habis dengan kematian, sehingga berada pada posisi yang rendah. Kenikmatan berpikir lebih tinggi karena memberikan manfaat setelah kematian, namun kebahagiaan tertinggi adalah menyaksikan kebesaran Allah dengan hati yang terus berlangsung meskipun setelah kematian.

##### 2) Rumusan Partikular

Dalam meraih kebahagiaan, seseorang harus melakukan mujahadah dan mencari murshid. Mujahadah sebagai usaha serius untuk menundukkan nafs dan mendekatkan diri kepada Allah, sedangkan murshid adalah guru spiritual yang membimbing seorang sufi menuju Allah. Tanpa kedua hal ini, individu tidak akan sampai kepada Allah dan meraih kebahagiaan sejati.

Kebahagiaan memiliki berbagai bentuk kenikmatan. Kenikmatan fisik dan material berada pada jenjang terendah karena habis dengan kematian. Kenikmatan berpikir lebih tinggi karena masih memberi manfaat setelah kematian. Namun, kebahagiaan tertinggi adalah menyaksikan kebesaran Allah dengan hati, yang berlangsung meskipun setelah kematian.

## 5. Perspektif Islam Kebahagiaan

### a. Sampel Teks Islam Kebahagiaan

1) Kebahagiaan dalam QS. An-Nahl :97

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةًۢ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

*“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam Keadaan beriman, Maka Sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan Sesungguhnya akan Kami beri Balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan” (surah al-Nahl: 97).*

Berikut mengenai makna per kata dari QS. Al-Nahl:97

**Tabel 2.2 Analisis QS. Al-Nahl: 97**

No	Potongan Ayat	Terjemah	Sinonim	Antonim	Komponen	Perspektif Psikologi
1	مَنْ	Barang siapa	الانسان	الحيوان	Aktor	Individu
2	عَمِلَ	Mengerjakan	طعة	عصاة	Aktivitas	Perilaku non verbal
3	صَالِحًا	Amal sholeh	حسن	طالح	Aspek	Psikomotorik

No	Potongan Ayat	Terjemah	Sinonim	Antonim	Komponen	Perspektif Psikologi
4	مِن ذَكَرٍ	Dari kalangan laki laki	رجل	نساء	Aktor	Couple, Komunitas
5	أُنثَى	Perempuan	نساء	رجل	Aktor	Couple, Komunitas
6	وَهُوَ مُؤْمِنٌ	Keadaan beriman	مسلم	كافر	Faktor	Motivasi, Atensi
7	فَلَنُحْيِيَنَّهٗ	Sesungguhnya akan kami berikan kepadanya	جزاء	عذاب	Efek	Reinforcement
8	حَيَوَةً	Kehidupan	تحريك	ميت	Efek	Status posisi
9	طَيِّبَةً	Baik	حسن	سيء	Efek	Reinforcement positive
10	وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ	Sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka	جائز	خطيئة	Efek	Reinforcement positive
11	أَجْرَهُمْ	Pahala	جائز	خطيئة	Efek	Reinforcement positive
12	بِأَحْسَنَ	Yang lebih baik	خاص	سيء	Efek	Reinforcement positive
13	مَا كَانُوا	Apa yang telah mereka	الانسان	الحيوان	Aktivitas	Perilaku non verbal
14	يَعْمَلُونَ	Kerjakan	طعة	عصاة	Aktivitas	Perilaku non verbal

## 2) Kebahagiaan dalam QS. Az-zalzalah ayat 7

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ ۗ

*“Barangsiapa yang mengerjakan kebaikan seberat dzarrahpun, niscaya dia akan melihat balasan) nya”(surah Az-Zalzalah:7).*

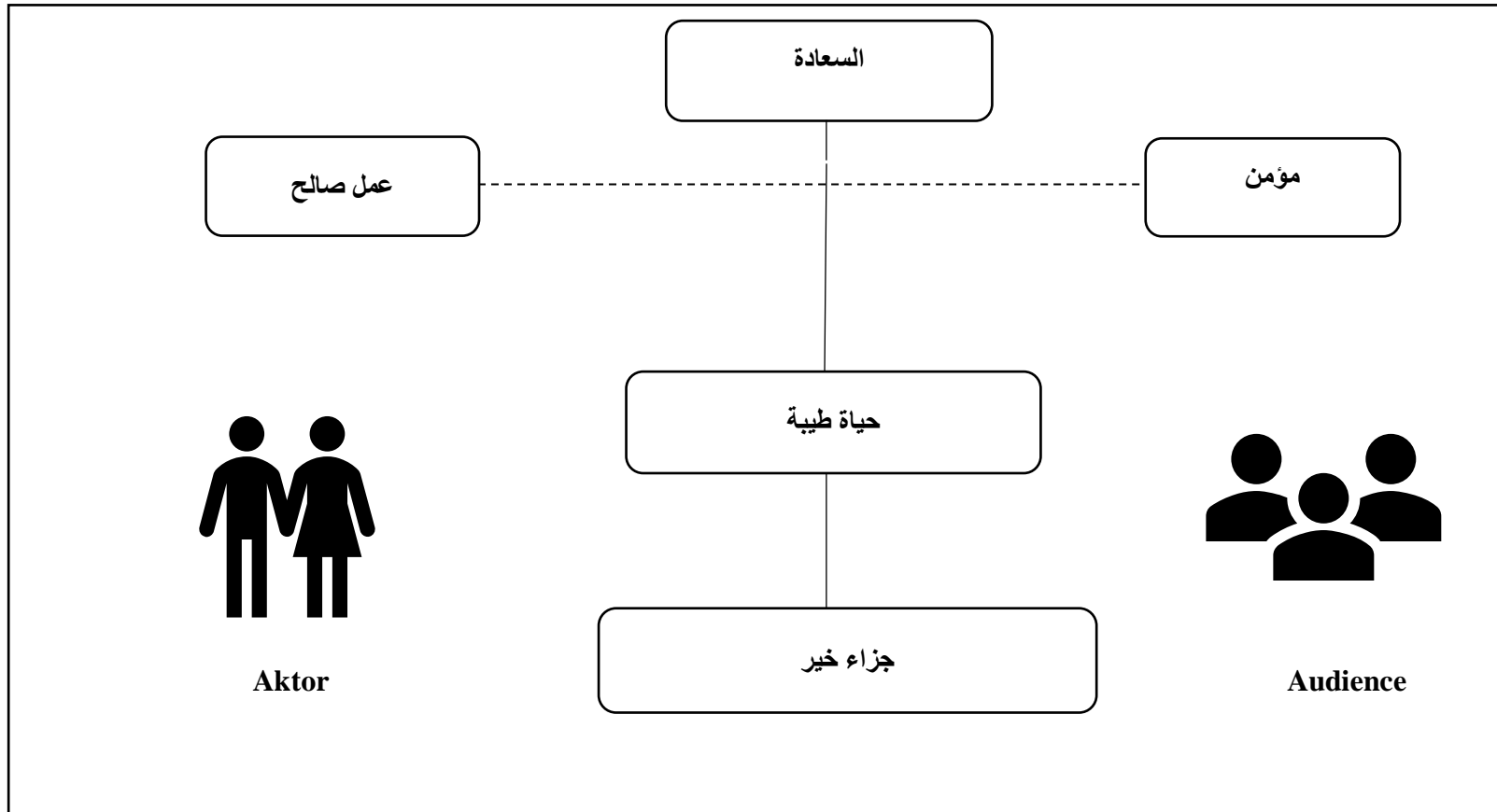
Berikut mengenai makna per kata dari QS. Az-Zalzalah:7

**Tabel 2.3 Analisis QS. Az-Zalzalah:7**

No	Potongan Ayat	Terjemah	Sinonim	Antonim	Komponen	Makna Psikologi
1	فَمَنْ	Barang siapa	الإنسان	الحيوان	Aktor	Individu
2	يَعْمَلْ	Mengerjakan	طعة	عصاة	Aktivitas	Perilaku non verbal
3	مُنْقَالَ	Seberat	وزن	ضوء	-	-
4	ذَرَّةٍ	Buah dzarrah	-	-	-	-
5	خَيْرًا	Kebaikan	حسن	سوء	Efek	Reinforcement positive
6	يَرَهُ	Melihat	يبحث	أعمى	Aktivitas	Aktivitas non verbal

Tabel di atas menguraikan setiap kata dalam ayat ketujuh dari Surah Az-Zalzalah dimana terdapat terjemahan, sinonim, antonim, komponen, dan makna psikologis dari setiap potongan ayat. Analisis QS. Az-Zalzalah ayat 7 menyoroti betapa setiap kata dalam ayat ini memiliki makna baik secara linguistik maupun psikologis. Ayat tersebut mengajarkan bahwa setiap perbuatan, sekecil apapun, akan dihitung, mengajarkan pentingnya memperhatikan detail dan tidak meremehkan tindakan kecil yang dilakukan sehari-hari. Individu bertanggung jawab atas perbuatannya, sebuah konsep yang relevan dalam perkembangan moral dan etika. Ayat ini juga menekankan pentingnya perilaku positif, di mana kebaikan diperkuat oleh penghargaan atau reinforcement positif sehingga mendorong manusia untuk selalu melakukan perbuatan baik.

**b. Pola Teks Islam Tentang Kebahagiaan**



Gambar 2.3 Pola Teks Tentang Kebahagiaan

### c. Komponen Teks Islam Tentang Kebahagiaan

Berikut ini tabel komponen teks Islam yang menjelaskan tentang kebahagiaan bersarkan QS. Al-Nahl ayat 97 dan QS. Az-Zalzalah ayat 7.

**Tabel 2.4 Analisis Komponen Teks Islam Tentang Kebahagiaan**

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	أنا , الله , هو
		Couple	-
		Komunitas	من , كم , هم
2	Aktivitas	Verbal	وَأَنْجِزِيَهُمْ
		Non Verbal	يَعْمَلُ , يَرَهُ
3	Proses	Terencana	صَالِحًا , مُؤْمِنٌ
		Tidak Terencana	-
4	Aspek	Kognitif	مُؤْمِنٌ
		Afektif	خَيْرًا فَلَئِنْ حَيَوَةً طَيِّبَةً ,
		Psikomotorik	عَمَلٍ صَالِحًا
5	Faktor	Internal	مُؤْمِنٌ
		Eksternal	-
6	Audience	Individu	أنا , الله , هو
		Couple	-
		Komunitas	ذَكَرٍ , أَنْتَى
7	Tujuan	Langsung	أَجْرٍ حَيَوَةً طَيِّبَةً ,
		Tidak Langsung	أَحْسَنُ
8	Norma	Etika	عَمَلٍ صَالِحًا
		Sosial	-
		Agama	مُؤْمِنٌ
9	Efek	Fisik	حَيَوَةً طَيِّبَةً
		Psikis	حَيَوَةً طَيِّبَةً

d. **Mind Mapping Teks Islam tentang Kebahagiaan**



Gambar 2.4 Mind Mapping Teks Islam Tentang Kebahagiaan

e. **Rumusan Konseptual Teks Islam Tentang Kebahagiaan Sebagai Temuan**

1. **Rumusan Secara General**

Kebahagiaan ( السعادة ) dalam Islam dicapai melalui aktivitas positif ( صالحا عمل ) dan keimanan ( يؤمن ) . Allah SWT menjanjikan ( وعد ) kehidupan ( الحياة ) yang baik ( طيبة ) di dunia ( فى الدنيا ) dan reinforcement ( الجزاء ) yang lebih baik ( بأحسن ) secara spiritual ( فى الآخرة ) . bagi semua orang ( الذين ) yang beraktivitas positif ( عمل صالحا ) dan beriman ( يؤمن ) . Setiap perbuatan baik ( عمل حسن ) ,

sekecil apapun, akan mendapatkan balasan (جزاء) dari Allah SWT. Kebahagiaan sejati dalam Islam adalah kombinasi antara kesejahteraan dunia dan akhirat, yang dicapai melalui ketaatan dan perbuatan baik yang dilandasi keimanan, serta keyakinan bahwa setiap tindakan kebaikan akan dihargai dan dibalas oleh Allah SWT.

## 2. Rumusan Secara Partikular

Individu yang mendasarkan perilaku positif pada dimensi psikis maka ia akan beriman (يؤمن) dan beramal saleh (عمل صالحا), baik *male* (ذكر) maupun (الأُنثى) *female* diberikan reinforcement positif (جزاء) dalam bentuk status sosial yang terhormat. Berdasarkan norma agama, individu dengan perilaku positif (عمل صالحا) akan mendapat reinforcement positif (جزاء) tambahan secara fisik maupun psikis secara spiritual. Kehidupan yang baik meliputi ketenangan jiwa (سلام الروح), kebahagiaan batin (السعادة الداخلية), dan kesejahteraan materi (قادر) yang cukup di dunia, serta imbalan (جزاء). Kebahagiaan dalam Islam adalah hasil dari perilaku positif yang dilakukan dengan niat tulus dan keimanan yang kuat, serta keyakinan bahwa norma agama memberikan balasan yang adil untuk setiap perbuatan baik.



## **B. Kesabaran**

### **1. Pengertian Kesabaran**

Kesabaran secara etimologi berarti al-Man'u (menahan), al-Habsu (mencegah), al-Syiddah (kokoh), al-Quwwah (kekuatan) dan al-Dhammu (menghimpun). Makna kata sabar ialah menahan jiwa dari sikap cemas, mencegah lisan dari sikap mengeluh, dan mengontrol aktivitas tubuh lainnya dari menyakiti. Seperti memukul-mukul pipi, merobek-robek baju, dan aktivitas lainnya yang serupa. Sedangkan kata dasar (masdar) dari sabar adalah Shabara-yashbiru-shabran, yakni “menahan atau mencegah” dari berbuat aniaya (Al-Jauziyah, 2009).

Kesabaran merupakan variabel penting dalam diri manusia. Kesabaran yang tinggi tidak hanya melindungi individu dari gangguan psikologis, namun juga dikaitkan dengan beberapa variabel positif. Kesabaran merupakan cara seseorang untuk tetap melakukan perintah agama, menjauhi larangan agama serta berusaha tegar dalam menghadapi kesusahan. Dimensi kesabaran tersebut berupa sabar melakukan perintah Allah, sabar menjalani perintah Allah dan sabar menghadapi kesusahan (Rusdi, 2016:2)

Agte dan Chiplonkar (2007) Kesabaran didefinisikan sebagai ketenangan, kontrol diri, dan kemauan atau kemampuan untuk meningkatkan keterlambatan. Ketidak sabaran, di sisi lain, ditentukan oleh urgensi waktu dan ketidakmampuan untuk mentolerir orang atau proses yang lambat. Orang yang tidak sabar cenderung bereaksi berlebihan terhadap stres.

Al-Jauziyah (2006) menyatakan bahwa kesabaran adalah kesediaan untuk menerima penderitaan dengan penuh ketabahan dan ketenangan, sehingga kesabaran membuat seseorang mampu mengatasi setiap masalah. Kesabaran berarti menahan diri dan mencegah dari keluhan. Oleh karena itu, seseorang yang sabar akan tetap tenang ketika merasa takut dan bingung. Rahmania et al., (2019:158) mendefinisikan kesabaran berdasarkan Alquran, yaitu memiliki arti luas bukan hanya konsep sabar dalam menghadapi keadaan yang sulit. Selanjutnya menurut Alquran, sabar (sabr) berarti tabah dalam berbagai macam kepahitan, dan kesulitan; sabar juga berarti tegas dan kuat dalam menyebarkan kebenaran dan siap menghadapi konsekuensi yang mungkin terjadi.

Kesabaran dapat diartikan sebagai suatu kemampuan untuk mengkoordinasikan, mengendalikan, mengarahkan (perilaku dan emosi) serta kemampuan untuk mengatasi berbagai kesulitan atau masalah yang perlu diselesaikan secara komprehensif dan terpadu. Adapun komprehensif dalam pengertian ini merupakan kemampuan untuk menangkap (menerima) masalah secara baik, memiliki cakupan informasi yang luas (dalam hal cakupan dan isinya), dan memberikan wawasan yang luas terhadap masalah yang dihadapi. Meskipun integrasi dapat melihat masalah secara terintegrasi (U. Yusuf, 2010).

Dapat disimpulkan bahwa kesabaran adalah kemampuan seseorang dalam menahan diri dari perilaku yang tidak diinginkan, menahan diri dalam

menghadapi berbagai kesulitan hidup, mampu berpikir jernih dalam menghadapi berbagai ujian, sehingga setelah kesabaran dan mengusahakan apa yang belum didapatnya individu mampu bertawakkal atau berserah kepada Allah SWT.

## 2. Aspek Kesabaran

Dalam skala yang dikembangkan oleh Rusdi, (2016) pada awalnya terdapat empat aspek. Namun, menurutnya satu aspek mengenai mengendalikan ghodob atau marah masih termasuk pada aspek sabar dalam menghindari perbuatan yang dilarang Allah. Sehingga sabar memiliki tiga dimensi dengan mengutip pada jurnal *Patience in Islamic Psychology and Its Measurement* (Rusdi, 2016). Ketiga aspek tersebut adalah:

### a. Sabar dalam mengerjakan ketaatan

Salah satu aspek yang dapat mengukur kesabaran seseorang adalah mengerjakan ketaatan. Ketaatan mencakup pelaksanaan tugas-tugas sebagai seorang Muslim, bahkan ketika merasa kelelahan atau beban yang diemban terasa berat. Konsistensi dalam menjalankan perintah Allah dan upaya untuk terus meningkatkan diri selalu diupayakan.

Santri yang tinggal di pesantren memiliki kesabaran ketika tetap menjalankan kewajiban walaupun dalam keadaan lelah. Tetap melakukan sholat, mengaji, mengikuti pengajian yang diadakan di pesantren, berangkat sekolah dan selalu melakukan kebaikan. Sabar dalam mengerjakan ketaatan dapat dicirikan bahwa seseorang selalu

membiasakan diri dalam melakukan ibadah dan melakukan apa yang menjadi perintah. Selain itu memaafkan orang lain juga termasuk sabar dalam mengerjakan ketaatan. Selain melakukan ibadah dan memaafkan, ikhlas dalam menjalankan perintah Allah juga menjadi salah satu ciri sabar dalam menjalankan perintah Allah.

b. Sabar menghindari perbuatan yang dilarang oleh Allah

Aspek kedua dalam menilai tingkat kesabaran seseorang adalah kesabaran dalam menghindari pelanggaran. Kesabaran dalam menjauhi larangan yang telah ditetapkan oleh Allah dapat diperlihatkan melalui penolakan terhadap godaan untuk melanggar perintah-Nya, menahan diri dari tindakan yang salah, dan mengontrol hawa nafsu agar tidak terjerumus dalam perbuatan yang melanggar ajaran-Nya. Di lingkungan pesantren, hal ini mencakup mematuhi peraturan, menolak godaan yang dapat merugikan diri sendiri seperti melarikan diri dari pesantren, melanggar aturan, dan menghindari aktivitas yang tidak sesuai dengan tata tertib pesantren.

Kesabaran memiliki tingkatan, semakin berat masalah yang dihadapi, semakin tinggi tingkat kesabaran. Sabar dalam menjalankan ketaatan dan menghindari larangan dinilai lebih berat daripada sabar menghadapi kesusahan. Serta kesabaran meninggalkan larangan lebih sulit daripada sabar menjalankan ketaatan.

Sabar dalam meninggalkan perbuatan yang dilarang dapat dilakukan dengan cara merasa jijik atau cemas jika perbuatan yang melanggar

aturan terulang kembali. Sehingga dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki kesabaran dalam meninggalkan perbuatan yang dilarang adalah merasa cemas atau tidak suka jika perbuatan yang dilarang oleh aturan terulang kembali, mampu bersyukur dengan apa yang ia miliki, meninggalkan larangan dan menolak jika diajak melanggar aturan.

c. Sabar menghadapi kesusahan

Sabar dalam menghadapi kesusahan adalah aspek kesabaran yang ketiga. Ketika dihadapkan pada kesulitan atau bencana, kesabaran dapat terwujud dengan usaha yang kuat dalam menghadapi ujian yang datang, cepat bangkit dari masa-masa sulit, menerima musibah sebagai pemberian atau perhatian dari Allah kepada orang yang sabar, mengatasi rasa sedih setelah mengalami kesulitan, dan mengakui bahwa sedih itu adalah suatu reaksi yang wajar.

Selain itu, juga terdapat aspek-aspek kesabaran menurut Subandi (2011:225) yaitu:

a. Pengendalian diri

Merupakan kemampuan menahan emosi dan keinginan, berpikir panjang, memaafkan kesalahan dan toleransi terhadap penundaan.

b. Ketabahan

Adalah bagaimana individu mampu bertahan dalam situasi sulit, tidak mengeluh, dan teguh mengatasi kesulitan.

c. Kegigihan

Pada aspek kegigihan ini menjelaskan bahwa bagaimana keuletan individu untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Bagaimana individu bekerja keras dan berusaha untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Tentunya sikap yang ditunjukkan adalah dengan tidak putus asa dalam meraih tujuan hidupnya tersebut. Untuk mencapai suatu tujuan jangka panjang tersebut dibutuhkan salah satu karakter kepribadian yaitu kegigihan.

d. Menerima Relita

Merupakan individu yang mampu menerima kenyataan adalah individu yang mampu menerima kesulitan hidupnya sebagai takdir Tuhan. Hal ini ditunjukkan dengan sikapnya dalam menerima realitas serta nasib hidupnya dengan ikhlas, bersyukur, berpikir positif atas semua keadaan yang dialami, dan menyikapi dengan lapang hati

e. Sikap Tenang

Aspek ini menggambarkan bahwa bagaimana sikap tenang lahir dan batin individu ketika menghadapi kesulitan, tidak terburu-buru dan ekspresi yang teduh ketika berhadapan dengan kesulitan hidup. Beberapa kejadian yang sering terjadi di Pesantren adalah sandal di pinjam tanpa izin, selalu antri bahkan waktu untuk mandi sebelum berangkat sekolah tidak cukup, seragam hilang, rindu dengan orang tua, dan telat kiriman. Beberapa kesusahan atau

situasi sulit tersebut perlu dihadapi dengan sabar. Menurut Al-Makki (1997) menyebutkan bahwa ciri orang yang bersabar saat menghadapi cobaan adalah tidak berkeluh kesah ketika mendapatkan musibah, kemudian menerima ketentuan dan ketetapan Allah (zuhud) dan merasa gembira (mahabbah) terhadap ciptaan Allah (Usman et al., 2020).

Sejalan dengan penelitian diatas, sabar ketika menghadapi musibah seperti kehilangan barang, bencana alam, ataupun yang lainnya. Maka seseorang harus dapat mengendalikan emosi dan ikhlas menerimanya. Mengendalikan emosinya agar tidak suudzon atau berburuk sangka dan tidak menyalahkan orang lain (Miskahuddin, 2020). Seseorang yang sabar dalam menghadapi kesusahan atau situasi yang sulit adalah memiliki usaha yang kuat dalam menghadapi hal tersebut, segera bangkit dari keterpurukan, menerima kesulitan atau musibah sebagai anugerah dari Allah SWT dan segera mengatasi kesedihan.

Dari beberapa aspek diatas dapat disimpulkan bahwa kesabaran menurut Al-ghazali (2014) terdapat 4 aspek yaitu: mengenal diri, mengenal Allah, mengenal dunia akhirat dan cinta kepada Allah. Juga terdapat 5 aspek yang disebut oleh Subandi (2011:225) yaitu: mengendalikan dari dari emosi, tabah dalam mengadapi situasi sulit, gigih dalam mencapai tujuan, menerima kenyataan dengan ikhlas dan bersyukur terhadap sesuatu yang

terjadi padanya dan bersikap tenang dalam menghadapi sesuatu hal.

### **3. Faktor yang Mempengaruhi Kesabaran**

Kesabaran itu tidak dapat dipaksakan begitu saja dalam pribadi seseorang, melainkan ada beberapa faktor menurut Salam (2000):

- a. Keberanian, seseorang dapat bersabar terhadap sesuatu jika dalam jiwanya ada keberanian untuk menerima musibah atau juga dalam mengerjakan sesuatu. Dari seorang pengecut sukar diharapkan padanya suatu kesabaran.
- b. Kekuatan, seseorang dapat bersabar terhadap segala sesuatu jika dalam dirinya cukup tersimpan sejumlah kekuatan sebagaimana penuh diuraikan. Dari orang yang lemah kepribadian sukar diharapkan kesabarannya menghadapi sesuatu.

Kesadaran dan pengetahuan, kesadaran adalah sumber kesabaran. Jika seseorang tahu dan sabar akan manfaat sesuatu pekerjaan maka ia akan dapat bersabar dalam mengerjakannya. Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah (2003), kesabaran ini ada tiga macam: kesabaran terhadap musibah, kesabaran terhadap nafsu dan kesabaran dalam taat kepada Allah SWT.

### **4. Macam – Macam Kesabaran**

- a. Kesabaran terhadap Musibah

Kesabaran terhadap musibah adalah sikap atau perilaku di mana seseorang mampu menahan diri dan mengatasi dengan tenang serta



penerimaan saat menghadapi situasi sulit, penderitaan, atau cobaan dalam hidupnya. Ini melibatkan beberapa aspek penting, diantaranya; kesabaran dalam menghadapi ujian, segera bangkit dari keterpurukan dan menerima musibah sebagai anugerah atau perhatian Allah SWT. Baik berupa lapar, haus, sakit, rasa takut, kehilangan orang-orang yang dicintai, kerugian harta benda dan lain sebagainya. Kesabaran terhadap musibah adalah nilai yang dihargai dalam banyak tradisi agama dan budaya dan dapat memberikan kekuatan serta ketenangan dalam menghadapi tantangan hidup yang tidak terduga. Tidak seorangpun dapat menghinari musibah, yang diperlukan adalah menerimanya dengan penuh kesabaran, seraya mengembalikan segala sesuatunya kepada Allah SWT. (Amal, 2021:21).

b. Kesabaran terhadap Nafsu (Maksiat)

Hawa nafsu menginginkan segala macam kenikmatan hidup, kesenangan dan kemegahan dunia. Untuk mengendalikan segala keinginan itu diperlukan kesabaran. Jangan sampai semua kesenangan hidup dunia itu membuat seseorang lupa diri, apalagi lupa Tuhan. Al-Qur'an mengingatkan, jangan sampai harta benda dan anak-anak (diantara yang diinginkan oleh hawa nafsu manusia) menyebabkan seseorang lalai dari mengingat Allah SWT. (Amal, 2021:21) .

Kesabaran membangkitkan pendirian untuk menegakkan agama dalam menentang hawa nafsu. Ketika kesabaran itulah yang perlu diperhatikan dalam berbagai usaha dan kegiatan dalam

memperjuangkan kehidupan dari godaan hawa nafsu untuk memperoleh kebahagiaan di dunia dan kebahagiaan di akhirat kelak.

c. **Kesabaran dalam Menaati Perintah Allah**

Dalam menaati perintah Allah, terutama dalam beribadah kepada-Nya diperlukan kesabaran. Mengerjakan semua yang diperintahkan Allah SWT dan menghindari larangan-Nya. Pada dasarnya adalah kewajiban. Karena, itu merasa berat sehingga memerlukan usaha yang gigih agar bisa mengalahkan musuhnya yang nyata, sehingga ia kokoh dalam pendirian dan menjadikan nafsunya mengikuti syariat Allah SWT, kesungguhan tersebut meliputi kesabaran, pengorbanan dan usaha yang gigih. Tidak diragukan lagi bahwa orang yang mampu menahan nafsunya sehingga sesuai dengan apa yang diridhai Allah, yang tercermin dalam ketaatan dan konmitmennya dalam meninggalkan kemaksiatan, mengalahkan nafsu dan syaitan yang selalu berusaha menyesatkannya (Taimiyyah, 2005).

**5. Perspektif Psikologi Tentang Kesabaran**

**a. Telaah Teks Psikologi Tentang Kesabaran**

Kesabaran merupakan cara seseorang untuk tetap melakukan perintah agama, menjauhi larangan agama serta berusaha tegar dalam menghadapi kesusahan (Rusdi, 2016:2). Kesabaran juga sebagai *religious coping*, artinya Kesabaran termasuk salah satu strategi ketika menghadapi masalah atau situasi rumit. Sabar menangani emosional ketika menghadapi masalah. Sabar juga berkaitan dengan suatu

kepercayaan pada Zat yang Maha Esa dan memberikan kekuatan pada seseorang yang mempraktikkan Kesabaran. sehingga Kesabaran sebagai bagian dari *emotion focused coping* (Wafa, 2022: 30).

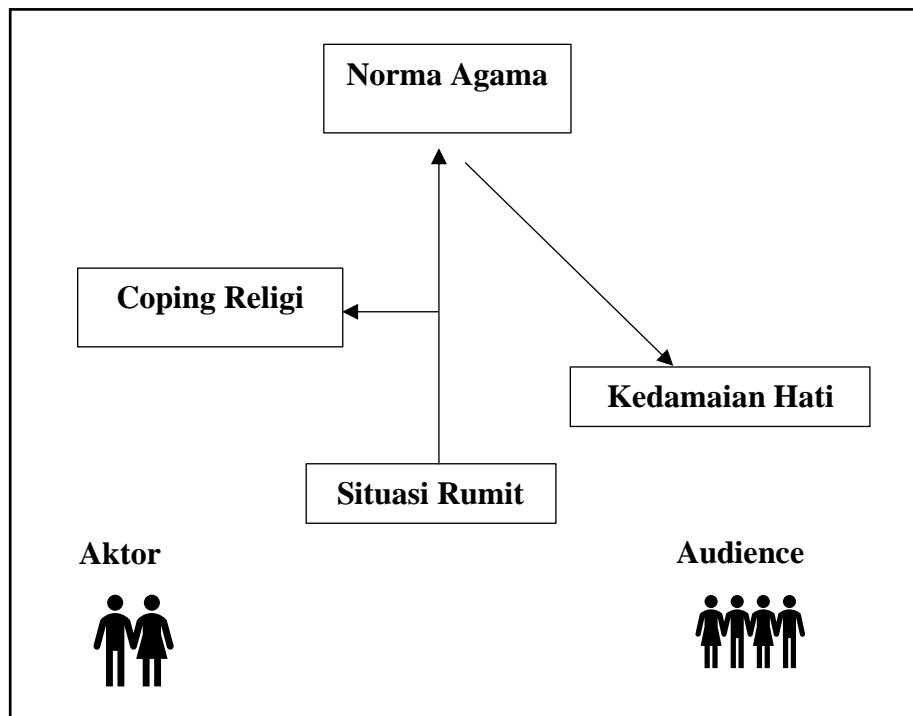
Menurut Al-Ghazali pada kitab *Ihya' Ulum al-Din* Kesabaran adalah kemampuan untuk menahan diri dari hal-hal yang diinginkan atau menyakitkan demi mencapai tujuan yang lebih tinggi. Al-Ghazali menekankan pentingnya kesabaran dalam menghadapi cobaan hidup sebagai jalan menuju kebahagiaan sejati. Sheikh Abdul Qadir Al-Jilani juga menjelaskan bahwa Kesabaran adalah keadaan di mana hati tenang dan ridha terhadap keputusan Allah, baik yang menyenangkan maupun yang menyakitkan, tanpa mengeluh atau putus asa. Menurut Sheikh Yusuf Al-Qaradawi Kesabaran adalah ketabahan dalam menahan diri dari hal-hal yang tidak disukai dan konsistensi dalam melaksanakan kebaikan serta tetap optimis terhadap janji Allah.

Seligman (2011) mengatakan Kesabaran adalah kemampuan untuk menunda kepuasan dan menahan godaan untuk mendapatkan imbalan yang lebih besar di masa depan. Kesabaran adalah bagian dari *self-regulation* yang penting dalam mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan. Csikszentmihalyi (1990) menyebutkan bahwa Kesabaran adalah kemampuan untuk tetap fokus dan terlibat dalam aktivitas yang menantang, yang merupakan bagian dari pengalaman flow. Dweck, C. S. (2006) Kesabaran adalah aspek dari mindset

berkembang (growth mindset) yang melibatkan kesediaan untuk terus belajar dan bertahan meskipun menghadapi kesulitan dan kegagalan.

Individu yang memiliki hubungan langsung dengan Tuhan memiliki kekuatan yang lebih besar untuk menghadapi stres kehidupan. Agama mempunyai peran penting dalam mengelola stres. Menurut Pargament, Kennell, Hathaway, Grevengoed, Newman, dan Jones (1988) agama dapat memberikan individu pengarahan/bimbingan, dukungan, dan harapan, seperti halnya pada dukungan emosi. Religiusitas individu dapat menurunkan pengaruh negatif stres pada kepuasan hidup salah satunya yaitu dengan Kesabaran (Rahmania et al., 2019: 156)

**b. Bagan Pola Teks Psikologi Tentang Kesabaran**



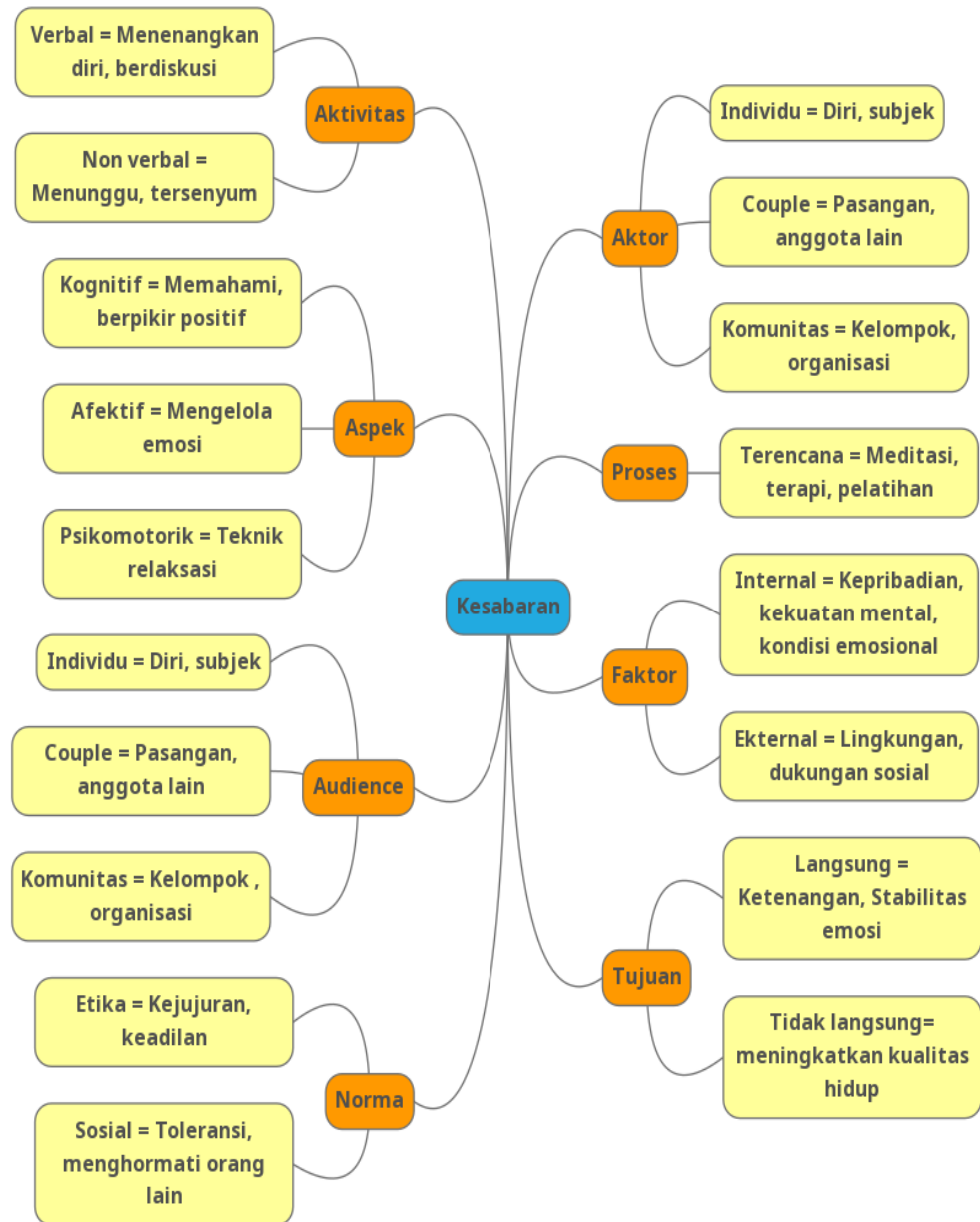
Gambar 2.5 Bagan Psikologi Tentang Kesabaran

c. Analisis Komponen Teks Psikologi Tentang Kesabaran

**Tabel 2.5 Analisis Komponen Teks Psikologi Tentang Kesabaran**

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	Diri, subjek
		Couple	-
		Komunitas	Kelompok, organisasi
2	Aktivitas	Verbal	Menenangkan diri, berdiskusi
		Non Verbal	Menunggu, tersenyum
3	Proses	Terencana	Meditasi, terapi, pelatihan
		Tidak Terencana	-
4	Aspek	Kognitif	Memahami, berpikir positif
		Afektif	Mengelola emosi
		Psikomotorik	Teknik relaksasi
5	Faktor	Internal	Kepribadian, kekuatan mental, kondisi emosional
		Eksternal	Lingkungan, dukungan sosial
6	Audience	Individu	Diri, subjek
		Couple	Pasangan, anggota lain
		Komunitas	Kelompok, organisasi
7	Tujuan	Langsung	Ketenangan, stabilitas emosi
		Tidak Langsung	Mengembangkan kebiasaan sabar, meningkatkan kualitas hidup
8	Norma	Etika	Kejujuran, keadilan
		Sosial	Toleransi, menghormati orang lain
		Agama	Sabar menghadapi ujian
9	Efek	Fisik	Penurunan stress, peningkatan energi
		Psikis	Kedamaian batin, stabilitas emosi

**d. Mind Mapping Teks Psikologi Tentang Kesabaran**



Gambar 2.6 Mind Mapping Teks Psikologi Tentang Kesabaran

## 6. Perspektif Islam Tentang Kesabaran

### a. Sampel Teks Islam Tentang Kesabaran

#### 1) Kesabaran dalam QS. *AlBaqarah* 2: 155-157

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ  
الصَّابِرِينَ (155) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (156)  
أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ (157)

*Artinya: "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. Yaitu orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk." (QS. Al-Baqarah 2: 155-157).*

Berikut mengenai makna per kata dari QS. *Al-Baqarah* 2: 155-157:

Tabel 2.6 Makna QS. Al-Baqarah 2:155-157

No	Potongan Ayat	Terjemah	Sinonim	Antonim	Komponen	Perspektif Psikologi
1	وَأَنْبَلُوْنَاكُمْ	Sungguh akan kami berikan kepadamu	محكمة	هداية	Efek	Reinforcement positive
2	بشَاءِ	Suatu cobaan	مصيبة	بركة	Efek	Reinforcement negatif
3	مِنَ الْخَوْفِ	Dari ketakutan	متوتر	شجاع	Efek	Reinforcement
4	وَالْجُوعِ	Kelaparan	نقص	ممتلئ	Efek	Reinforcement
5	وَنَقْصِ	Kekurangan	خسارة	قدرة	Efek	Reinforcement
6	مِنَ الْأَمْوَالِ	Dari harta	ثروات	فقر	Efek	Reinforcement
7	وَالْأَنْفُسِ	Jiwa	جسم	روح	Aktor	Individu
8	وَالثَّمَرَاتِ	Buah buahan	-	-	-	-
9	وَبَشِيرٍ	Berita gembira	أخبار سارة	أخبار سيئة	Aktivitas	Perilaku verbal
10	الصَّابِرِينَ	Orang orang yang sabar	شخص جيد	شخص سيء	Aktor	Komunitas
11	الَّذِينَ	Yaitu orang orang	الإنسان	الحيوان	Audience	Komunitas
12	إِذَا أَصَابَتْهُمْ	Apabila ditimpa	محكمة	بركة	Efek	Reinforcement
13	مُصِيبَةً	Musibah	محكمة	بركة	Efek	Reinforcement negatif
14	قَالُوا	Mereka mengucapkan	تكلم	اسكت	Aktivitas	Perilaku verbal
15	إِنَّا	Sesungguhnya kita	-	-	-	-
16	لِلَّهِ	Milik Allah	المنشئ	مدمر	Aktivitas	Perilaku non verbal
17	وَإِنَّا	Dan sesungguhnya kita	-	-	Audience	Komunitas
18	إِلَيْهِ	Kepada-Nya (Allah)	الله	عبد	Aktor	Individu
19	رَاجِعُونَ	Kembali	يعود	يأتي	Aktivitas	Perilaku non verbal
20	أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ	Mereka yang mendapat	الإنسان	حيوان	Efek	Reinforcement
21	صَلَوَاتٍ	Kebaikan	بركة	خطيئة	Efek	Reinforcement positive
22	مِن رَّبِّهِمْ	Dari tuhanNya	الله	عبد	Aktor	Individu
23	وَرَحْمَةً	Dan rahmat	عاطفة	كراهية	Efek	Reinforcement positive
24	وَأُولَئِكَ	Mereka itulah orang orang	الإنسان	حيوان	Audience	Komunitas



No	Potongan Ayat	Terjemah	Sinonim	Antonim	Komponen	Perspektif Psikologi
25	هُمُ الْمُهْتَدُونَ	Yang mendapat petunjuk	إرشاد	خطأ	Efek	Reinforcement positive

2) Kesabaran dalam QS. Al-Munafiqun 63:9)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ  
الْخَسِرُونَ ﴿٩﴾

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, janganlah harta-hartamu dan anak-anakmu melalaikan kamu dari mengingat Allah. Barangsiapa yang membuat demikian, maka mereka itulah orang-orang yang rugi." (QS. Al-Munafiqun 63: 9).

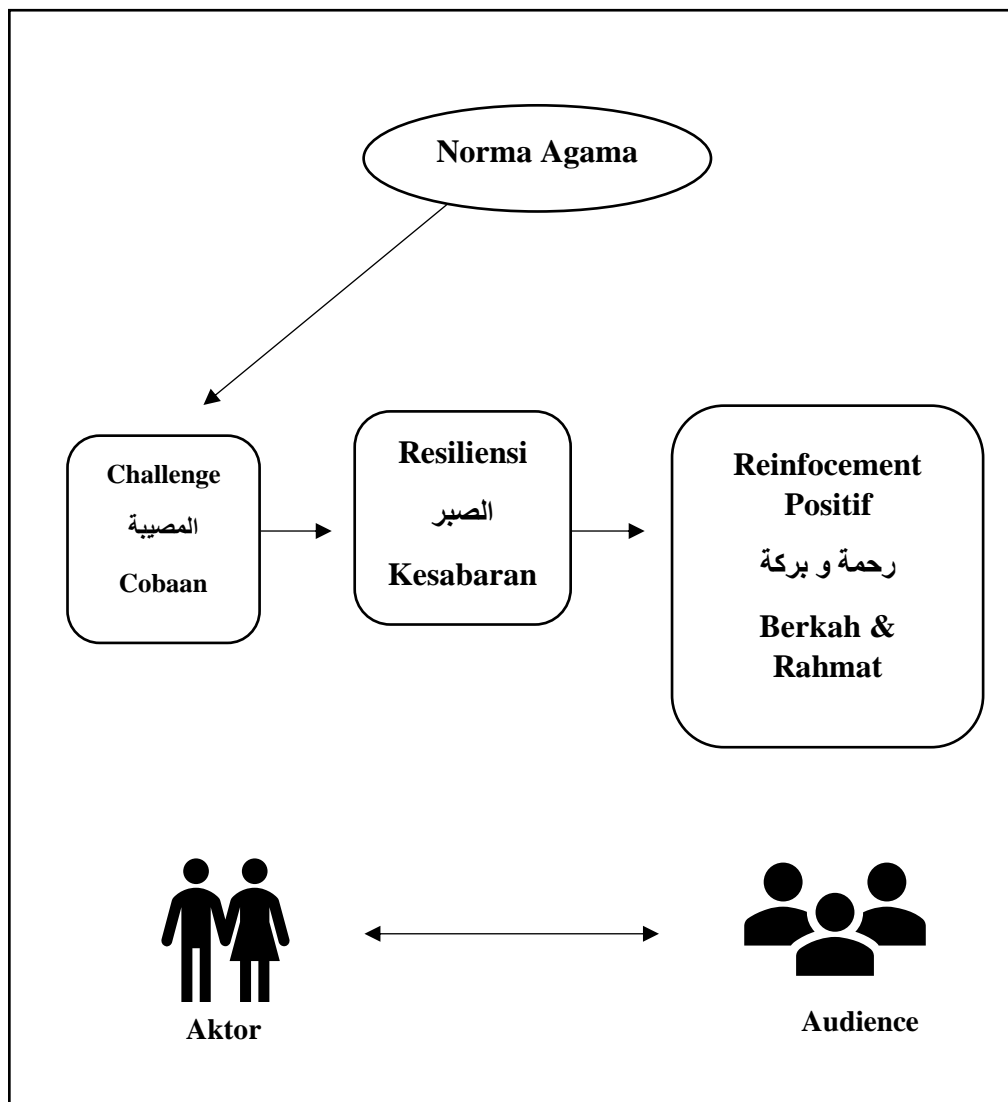
Berikut mengenai makna per kata dari QS. Al-Munafiqun 63: 9.

**Tabel 2.7 Makna QS. Al-Munafiqun 63: 9.**

No	Potongan Ayat	Terjemah	Sinonim	Antonim	Komponen	Makna Psikologi
1	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ	Wakai orang orang	الإنسان	حيوان	Audience	Komunitas
2	آمَنُوا	Beriman	طعة	عصاة	Faktor Internal	Motivasi
3	لَا تُلْهِكُمْ	Janganlah	-	-	-	-
4	أَمْوَالُكُمْ	Harta - hartamu	ثروات	فقر	Efek	Reinforcement
5	وَلَا أَوْلَادُكُمْ	Anak anakmu	عائلة	نفس وحيد	Audience	Komunitas
6	عَنْ ذِكْرِ	Mengingat	يفكر	ينسى	Aspek	Kognitif
7	اللَّهِ	Allah	الخالق	عبد	Norma	Norma Agama
8	وَمَنْ يَفْعَلْ	Barang siapa mengerjakan	يراعي	يؤجل	Aktivitas	Perilaku non verbal
9	ذَلِكَ فَأُولَئِكَ	Mereka itulah	الإنسان	الحيوان	Aktor	Komunitas

No	Potongan Ayat	Terjemah	Sinonim	Antonim	Komponen	Makna Psikologi
10	هُمُ الْخَسِرُونَ	Orang orang yang rugi	يعاني	ربح	Tujuan	Direct

**b. Pola Teks Islam Tentang Kesabaran**



Gambar 2.7 Pola Teks Islam Tentang Kesabaran

### c. Komponen Teks Islam Tentang Kesabaran

Berikut ini tabel komponen teks Islam yang menjelaskan tentang kesabaran berdasarkan QS. Al-Baqarah ayat 155-157 dan QS. Al-Munafiqun ayat 9 :

**Tabel 2.8 Komponen Teks Islam Tentang Kebahagiaan**

No	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	الله , رَبِّ
		Couple	-
		Komunitas	الَّذِينَ , فَأُولَئِكَ
2	Aktivitas	Verbal	قَالُوا
		Non Verbal	يَفْعَلُ
3	Proses	Terencana	لَا تُلْهِكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ
		Tidak Terencana	-
4	Aspek	Kognitif	عَنْ ذِكْرِ
		Afektif	أَمْوَالِكُمْ , وَنَقْصِ
		Psikomotorik	وَبَشِيرِ
5	Faktor	Internal	أَمْنُوا
		Eksternal	أَمْوَالِكُمْ , أَوْلَادِكُمْ
6	Audience	Individu	لصَّابِرِينَ
		Couple	-
		Komunitas	, أَوْلَادِكُمْ
7	Tujuan	Langsung	صَلَوَاتٍ , رَحْمَةً
		Tidak Langsung	الْمُهْتَدُونَ
8	Norma	Etika	الصَّابِرِ
		Sosial	-
		Agama	وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ
9	Efek	Fisik	الْأَنْفُسِ
		Psikis	الْخَيْرُونَ

d. Mind Mapping Teks Islam Tentang Kesabaran



Gambar 2.8 Mind Mapping Teks Islam Tentang Kesabaran

## e. Rumusan Konseptual Teks Islam Tentang Kesabaran Sebagai

### Temuan

#### 1) Secara General Rumusan

Kesabaran (الصبر) adalah kemampuan (قدرة) untuk tetap teguh (حازم), tenang (هادئ), dan konsisten (ثابت) dalam menghadapi berbagai ujian (المصيبة) dan cobaan kehidupan (مشاكل الحياة), serta dalam menjalani kehidupan sehari-hari (الحياة اليومية) yang penuh dengan tanggung jawab (مسؤولية) duniawi (الدنيا). Kesabaran (الصبر) mencakup ketahanan mental (الصحة النفسية) dan emosional (عاطفي) dalam menghadapi situasi sulit (وضع صعب). Selain itu, kesabaran (الصبر) juga melibatkan kemampuan (قدرة) untuk tidak membiarkan harta (مال) dan anak-anak (أولاد) menghalangi seseorang dari mengingat Allah (ذكر الله). Kesabaran (الصبر) membawa berkah (بركة), rahmat (رحمة), dan petunjuk (الهداية) dari Allah, serta menjaga individu dari kerugian (خسارة) spiritual.

#### 2) Rumusan secara Partikular

Individu yang sabar akan tetap tenang (هادئ) dan kuat (قوي) saat menghadapi ujian (المصيبة) seperti ketakutan (الخوف), kelaparan (متضور جوعاً), kekurangan harta (نقص الأموال), kehilangan (ضائع) orang yang dicintai (محبوب), dan hasil bumi yang tidak memadai. Individu mengucapkan 'Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un' saat ditimpa musibah, menunjukkan penerimaan atas

kehendak Allah. Kesabaran (الصبر) membawa berkah (بركة), rahmat (رحمة), dan petunjuk dari Allah. Individu yang menjaga norma agama tidak membiarkan harta (مال) dan anak-anak (أولاد) melalaikan dari mengingat Allah. Individu akan tetap konsisten dalam ibadah dan menjaga hubungan spiritual dengan Allah, mencegah diri dari kerugian spiritual dan menjaga fokus pada tujuan akhirat.

### **C. Pengaruh Kesabaran terhadap Kebahagiaan**

Kehidupan adalah perjalanan panjang yang ditempuh oleh setiap individu, di mana setiap orang menginginkan kebahagiaan sebagai tujuan utama, seperti yang dikemukakan oleh Patnani (2012). Namun, kehidupan tidak selalu hanya berisi momen-momen bahagia, karena terkadang kita akan dihadapkan pada pengalaman-pengalaman yang sulit dan tak sesuai harapan. Meskipun demikian, penting untuk diingat bahwa kebahagiaan tidak hanya bergantung pada peristiwa baik atau buruk semata.

Kebahagiaan sebenarnya ditentukan oleh cara individu mengartikan makna dalam kehidupan mereka. Seperti yang diungkapkan oleh Syam (dalam Nisrina, 2018), puncak kebahagiaan adalah ketika seseorang memberikan makna spiritual pada kehidupan mereka. Pencapaian dalam ranah spiritualitas akan membimbing individu menuju kebahagiaan. Hal tersebut sesuai dengan penemuan Seligman (2005:76) yang menunjukkan bahwa agama memiliki pengaruh signifikan terhadap kebahagiaan. Dalam konteks yang lebih

mendalam, faktor spiritualitas yang berkaitan dengan kebahagiaan adalah tingkat kesabaran.

Dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 155 dijelaskan bahwa, Allah menjanjikan berita gembira kepada orang-orang yang sabar. Kesabaran berarti menahan dan mencegah diri dari hal-hal yang dibenci Allah SWT dengan tujuan utama mencari ridho Allah. Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa kesabaran searah dengan kebahagiaan artinya kedua variabel ini memiliki pengaruh yang positif. Semakin tinggi kesabaran maka semakin tinggi pula kebahagiaan pada santri. Sebaliknya, semakin rendah kesabaran maka semakin rendah pula kebahagiaan. Terdapat pengaruh yang signifikan antara kesabaran dan kebahagiaan.



Gambar 2.9 Kerangka Konseptual

Individu dengan memiliki tingkat kesabaran yang tinggi maka akan mempunyai kebahagiaan yang tinggi, begitupun sebaliknya. Individu dengan tingkat kesabaran yang rendah akan rendah pula tingkat kebahagiaannya.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Ha: Terdapat pengaruh positif antara kesabaran dan kebahagiaan pada Santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo.

H0: Tidak terdapat pengaruh positif antara kesabaran dan kebahagiaan pada Santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Metode Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Menurut (Sumanto,2002) penelitian korelasi adalah penelitian yang bertujuan untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dan seberapa tinggi hubungan atau pengaruh ada antara dua variabel atau lebih. Pendekatan korelasional digunakan untuk mendeteksi sejauh mana variasi – variasi pada suatu faktor yang berkaitan dengan variasi -variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan pada koefisien korelasi.

Adapun untuk kepentingan penelitian ini maka pengaruh yang akan dilihat yaitu antara variabel X dengan variabel Y dimana variabel X (Sabar) dan variabel Y (Kebahagiaan).

#### **B. Identifikasi Variabel**

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah dibahas sebelumnya, maka variabel – variabel yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

1. Variabel Bebas (X) : Kesabaran
2. Variabel Terikat (Y) : Kebahagiaan

## C. Definisi Operasional

### 1. Kesabaran

Kesabaran merupakan cara seseorang untuk tetap melakukan perintah agama, menjauhi larangan agama serta berusaha tegar dalam menghadapi kesusahan. Cara mengetahui tingkat sabar dengan menggunakan skala likert. Kesabaran dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala sabar yang dibuat oleh peneliti berdasarkan empat aspek, yaitu; 1). Sabar menghadapi musibah 2). Sabar menjalankan ketaatan 3). Sabar mengendalikan syahwat 4). Sabar mengendalikan *ghadab*/marah.

### 2. Kebahagiaan

Kebahagiaan merupakan kebahagiaan sejati, karena merujuk pada pencapaian tahapan yang sangat tinggi yaitu ma'rifat Allah. Kebahagiaan dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan empat aspek, yaitu; 1). Mengenal Diri (*Ma'rifatun Nafs*), 2). Mengenal Allah (*Ma'rifatullah*) 3). Mengenal Dunia Akhirat (*Ma'rifatud Dunya Wal-Akhiroh*) 4). Cinta kepada Allah (*Mahabatullah*).

## D. Penentuan Populasi dan Sampel

### 1. Penentuan Populasi

Sugiyono (2012) menyatakan bahwa populasi adalah suatu wilayah umum yang terdiri dari objek-objek yang telah ditentukan oleh peneliti jumlah dan karakteristiknya untuk dipelajari secara rinci, setelah itu ditarik kesimpulan. Populasi tidak memiliki batasan dalam mengambil subjek. Populasi juga menggambarkan berbagai karakteristik subjek penelitian yang kemudian akan ditentukan jumlah pengambilan sampelnya. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan populasi pada santriwati di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo yang berasal dari 6 kelas yang berjumlah 118 santri.

**Tabel 3.1 Populasi Penelitian**

<b>No</b>	<b>Kelas</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Jenis Kelamin</b>
1	Kelas XI IPA	22	Perempuan
2	Kelas XI IPS A	21	Perempuan
3	Kelas XI IPS B	22	Perempuan
4	Kelas XI IPS C	22	Perempuan
5	Kelas SMK Tata Busana	13	Perempuan
6	Kelas SMK Kesehatan	18	Perempuan
<b>Total</b>		<b>118</b>	Perempuan

## 2. Penentuan Sampel

Sampel menurut Usman A. D.,(2004) merupakan sebagian dari individu yang termasuk kedalam populasi yang diambil dengan menggunakan teknik tertentu. Pada jumlah sampel yang akan digunakan menggunakan pendapat Sugiyono (2014) yaitu ukuran yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampel sampai dengan 500 sampel. Karena populasi sejumlah 118 maka semua populasi dijadikan sampel dan penelitian ini menggunakan penelitian populatik dengan teknik penelitian *purposive sampling*. Teknik ini merupakan Teknik yang menggunakan kriteria khusus untuk memilih sampel yang sesuai dengan kriteria. Peneliti membuat kriteria untuk penelitian yaitu: 1). Perempuan 2). Menempuh pendidikan di Pesantren Putri Al-Mawaddah 3). Sedang mengemban amanah OSWAH.

### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan kelangkaan yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama penelitian adalah untuk memperoleh data yang akurat, dan tanpa pengetahuan tentang teknik pengumpulan data penelitian, data yang sesuai dengan standar yang berlaku tidak dapat diperoleh (Sugiyono, 2016).

## 1. Instrumen penelitian

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penyebaran dan skala yang digunakan adalah skala likert. Skala likert adalah metode pengskalaan paling sederhana dengan menggunakan pernyataan positif dan negatif, dan penguji kemudian diminta untuk memilih empat tanggapan (sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, sangat tidak sesuai) diminta untuk menunjukkan persetujuan atau ketidaksetujuan mereka dengan kontinum (Supratiknya, 2014). Berikut adalah format model skala likert:

**Tabel 3.2 Skala Likert**

<b>Item Favorable</b>	<b>Skor</b>	<b>Item Unfavorable</b>	<b>Skor</b>
SS (Sangat Sesuai)	4	SS (Sangat Sesuai)	1
S (Sesuai)	3	S (Sesuai)	2
TS (Tidak Sesuai)	2	TS (Tidak Sesuai)	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	STS (Sangat Tidak Sesuai)	4

Dalam penelitian ini terdapat dua skala yang digunakan, yaitu skala Kesabaran dan skala kebahagiaan. Berikut adalah penjelasan skala yang digunakan dalam penelitian ini:

### a. Blue Print Skala Kesabaran

Skala menggunakan aspek dari teori Rusdi (2016) dan di adopsi dari (Rusdi, 2016).

**Tabel 3.3 Aspek Skala Kesabaran**

No.	Aspek	Indikator	Sebaran Item		Jumlah
			F	UF	
1	Sabar Menghadapi Musibah	a. Berusaha menjadi lebih kuat saat menghadapi cobaan	1	-	1
		b. Segera bangkit dari keterpurukan	1	-	1
		c. Menerima segala musibah yang Allah berikan	3	-	1
		d. Segera mengatasi kesedihan setelah terkena musibah	4	-	1
		e. Bersedih sewajarnya	5	-	1
2	Sabar Menjalankan Ketaatan	a. Menjalankan kewajiban walaupun dalam kondisi lelah	6	-	1
		b. Menjalankan kewajiban meskipun terasa berat.	7	-	1
		c. Bersungguh-sungguh meningkatkan kualitas ibadah	8	-	1
		d. Konsisten menjalankan kewajiban	9	-	1
		e. Berusaha agar orang lain menjadi lebih baik	10	-	1
3	Sabar Mengendalikan Syahwat	a. Menolak ajakan tempat buruk atau yang mendatangkan kerugian	11	-	1
		b. Menolak ajakan untuk berbuat melanggar aturan	12	-	1

No.	Aspek	Indikator	Sebaran Item		Jumlah
			F	UF	
		c. Mudah mengendalikan nafsu maksiat	13	-	1
4	Sabar Mengendalikan Ghadab/Marah	a. Mengendalikan kemarahan	14	-	1
		b. Mengendalikan diri agar tidak berkata kasar	15	-	1
<b>Total</b>			<b>15</b>	<b>-</b>	<b>15</b>

### c. Blue Print Skala Kebahagiaan

Skala menggunakan aspek dari teori Al-ghazali (2014) dan di adopsi dari (Sumardani, 2023:25) .

**Tabel 3.4 Aspek Skala Kebahagiaan**

No.	Aspek	Indikator	Sebaran Item		Jumlah
			F	UF	
1	<i>Ma'rifatun Nafs</i>	a. Mengenal diri	29, 31, dan 36		3
		b. Jihad Nafs (Mujahadah)	9, 15, 16,17, 18, dan 28		6
		c. Tadzhibun nafs (mendisiplinkan kekuatan / baik dalam diri)		7,10	2
		d. Mengoptimalkan Potensi hati	13, 20, 25, dan 26		4
		e. Ma'al Qalbi (bersama hati; mengenal hati)	5	3	2

No.	Aspek	Indikator	Sebaran Item		Jumlah
			F	UF	
2	<i>Ma'rifatullah</i>	a. Tauhid (Iman kepada Allah)	2, 4, 6, 12, 19, 21, 22, 23, 32, 35, dan 37		11
		b. Khudu' ilal Khaliq (tunduk dihadapan Allah)	1		1
3	<i>Ma'rifatud Dunya Wal-Akhiroh</i>	a. Mengenal Hakikat Ruh	11, 30, 33, dan 34		4
		b. Wara' (berhati-hati dari maksiat)		14	1
4	<i>Mahabatullah</i>	a. Cinta kepada Allah	8, 24, dan 27		3
<b>Jumlah</b>			<b>33</b>	<b>4</b>	<b>37</b>

## F. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

### 1. Uji Validitas

Azwar (2018) menyatakan bahwa efisiensi suatu alat ukur adalah derajat ketelitian dan kecermatan alat ukur dalam menjalankan fungsi ukurnya. Suatu alat uji atau alat ukur dikatakan mempunyai tingkat keefektifan yang tinggi apabila alat uji tersebut dapat menjalankan fungsi metrologinya sebagaimana dimaksud atau memberikan hasil pengukuran yang sesuai dengan tujuan pengukuran. Tujuan dari validitas yaitu untuk mengetahui skala psikologi apakah dapat memberi hasil yang akurat sesuai dengan tujuannya. Rumus yang digunakan untuk menguji validitas angket adalah sebagai berikut :



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

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien Korelasi antara skor item dan skor total.

X = Skor item.

Y = Skor total.

n = Sampel (Responden)

Hasil perhitungan  $r_{xy}$  dibandingkan dengan r tabel dengan taraf 5%.

Dengan kriteria valid apabila:

- a. Jika nilai r hitung > r tabel maka instrumen angket dinyatakan valid.
- b. Jika nilai r hitung < r tabel maka instrumen angket dinyatakan tidak valid.

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 118 responden dengan taraf 5%, sehingga didapatkan r tabel sebesar 0,180. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan computer program *IBM SPSS (Statistical Package or Social Science)* versi 2.6 for windows. Hasil dari analisis validitas yang telah dilakukan akan dijelaskan pada tabel berikut:

**Tabel 3.5 Validitas Skala Kebahagiaan**

No. Item	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	0,266	0,180	Valid
2	0,252	0,180	Valid
3	0,192	0,180	Valid
4	0,376	0,180	Valid

<b>No. Item</b>	<b>R Hitung</b>	<b>R Tabel</b>	<b>Keterangan</b>
5	0,354	0,180	Valid
6	0,387	0,180	Valid
7	0,244	0,180	Valid
8	0,154	0,180	Tidak Valid
9	0,227	0,180	Valid
10	0,142	0,180	Tidak Valid
11	0,402	0,180	Valid
12	0,640	0,180	Valid
13	0,330	0,180	Valid
14	0,115	0,180	Tidak Valid
15	0,432	0,180	Valid
16	0,338	0,180	Valid
17	0,213	0,180	Valid
18	0,336	0,180	Valid
19	0,239	0,180	Valid
20	0,237	0,180	Valid
21	0,382	0,180	Valid
22	0,188	0,180	Valid
23	0,502	0,180	Valid
24	0,346	0,180	Valid
25	0,168	0,180	Tidak Valid
26	0,207	0,180	Valid
27	0,231	0,180	Valid
28	0,442	0,180	Valid
29	0,421	0,180	Valid
30	0,392	0,180	Valid
31	0,346	0,180	Valid
32	0,370	0,180	Valid
33	0,382	0,180	Valid
34	0,587	0,180	Valid
35	0,346	0,180	Valid
36	0,032	0,180	Tidak Valid
37	0,426	0,180	Valid

**Tabel 3.6 Validitas Skala Kesabaran**

<b>No. Item</b>	<b>R Hitung</b>	<b>R Tabel</b>	<b>Keterangan</b>
1	0,562	0,180	Valid
2	0,593	0,180	Valid
3	0,564	0,180	Valid

No. Item	R Hitung	R Tabel	Keterangan
4	0,569	0,180	Valid
5	0,383	0,180	Valid
6	0,612	0,180	Valid
7	0,619	0,180	Valid
8	0,575	0,180	Valid
9	0,682	0,180	Valid
10	0,421	0,180	Valid
11	0,565	0,180	Valid
12	0,471	0,180	Valid
13	0,677	0,180	Valid
14	0,501	0,180	Valid
15	0,574	0,180	Valid

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas berarti keyakinan dalam proses pengukuran. Dengan kata lain, seberapa bagus hasil pengukuran merupakan salah satu ciri dari suatu alat ukur yang mampu menghasilkan hasil yang berkualitas tinggi, handal, akurat dengan kesalahan pengukuran yang kecil (Azwar, 2019). Nilai koefisien Alpha Cronbach berkisar antara 0.00 sampai dengan 1.0. Jika nilai Alpha Cronbach > 0,60 skala atau kuesioner dapat dinyatakan reliabel. Sebaliknya, jika diantara 0,40 sampai < 0,60, skala atau kuesioner dinyatakan kurang baik atau kurang reliabel (Guildford, 1956). Adapun rumus reliabilitas sebagai berikut :

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

$r_{11}$  = *Reliabilitas Instrumen*

K = Banyaknya butir pertanyaan atau soal

$\sum \sigma_b^2$  = *Jumlah Varian Butir*

$\sigma_t^2$  = *Varian Total*

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *IBM SPSS (Statistical Package or Social Science)* versi 26.0 for windows. Hasil uji reliabelitas dari skala kebahagiaan dan skala sabar dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas**

<b>Variabel</b>	<b>Alpha Chornbach</b>	<b>Keterangan</b>
Kebahagiaan	0,679	Reliabel
Sabar	0,742	Reliabel

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang dilakukan pada skala kebahagiaan dengan *jumlah 37 aitem memiliki Alpha Chornbach sebesar 0,679, sedangkan skala sabar dengan jumlah 15 aitem memiliki Alpha Chornbach sebesar 0,742*. Perolehan data tersebut dapat dikatakan reliabel karena nilai Alpha Chornbach  $> 0,60$  sehingga skala kebahagiaan dan kesabaran dapat digunakan dalam penelitian

## **G. Analisis Data**

Analisis data adalah proses yang merinci usaha secara formal untuk mendapatkan hipotesis atau ide seperti yang disarankan dan sebagai usaha untuk memberikan bantuan dan tema pada hipotesis (Bogdan & Taylor,

1975). Sedangkan menurut Moelong (2005) analisis data merupakan proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya kedalam satu pola, kategori dan satuan uraian dasar. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut:

### 1. Uji Deskriptif

Uji deskriptif dilakukan untuk mengetahui masing -masing tingkat dari kebahagiaan dan kesabaran. Rangkaian tahapan yang digunakan dalam perhitungannya sebagai berikut:

#### a. Menentukan Skala mean empirik

Rata-rata (mean) merupakan teknik penjelasan kelompok yang didasarkan pada nilai rata-rata dari kelompok tersebut. Mean didapatkan dari hasil menjumlahkan seluruh data individu dalam kelompok tersebut, kemudian dibagi dengan jumlah dindividuu yang ada dikelompok tersebut.

$$\mu_{empirik} = \frac{\sum x}{n}$$

Keterangan:

$\mu_{empirik}$  = Rata – rata(mean)

$\sum x$  = Total nilai

n = Jumlah data

#### b. Menentukan Standar Deviasi (SD) Empirik

Mencari standar deviasi dapat diketahui dengan cara sebagai berikut :

$$\sigma_{empirik} = \sqrt{\frac{\sum(x - \mu)^2}{N}}$$

Keterangan:

$\sigma_{empirik}$  = Rerata standar deviasi empirik

X = Nilai data

N = Jumlah data

c. Menentukan Kategorisasi

Menentukan kategorisasi menggunakan tiga jenjang kategori dengan rumus berikut :

**Tabel 3.8 Rumus Kategorisasi**

<b>Kategori</b>	<b>Rumus</b>
Tinggi	$((\text{Mean} + \text{SD}) + 1) - X_{\text{max}}$
Sedang	$(\text{Mean} - \text{SD}) - (\text{Mean} + \text{SD})$
Rendah	$X_{\text{min}} - ((\text{Mean} - \text{SD}) - 1)$

Setelah didapatkan jumlah frekuensi dari kategorisasi setiap kategori maka selanjutnya dilakukan perhitungan presentase dari masing-masing variabel. Rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Subjek

## 2. Uji Asumsi

Setelah memperoleh analisis data, maka langkah selanjutnya adalah melakukan perhitungan uji asumsi penelitian. Sebelum melakukan uji regresi linier sederhana, maka terlebih dahulu melakukan uji normalitas dan linieritas. Pemaparan uji asumsi sebagai berikut:

### a. Uji Normalitas

Menurut Ghozali (2016) uji normalitas digunakan untuk menguji apakah pada suatu model regresi, suatu variabel independen dan variable dependen ataupun keduanya memiliki distribusi normal atau tidak. Mengukur normal tidaknya sebaran adalah jika  $p > 0,05$  maka data tersebut dapat dikatakan normal dan jika  $p < 0,05$  maka data tersebut dikatakan tidak normal (Azwar, 2011). Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan program IMB SPSS versi 26.0 for *Windows*. Rumus Kolmogorov-Smirnov adalah sebagai berikut:

$$z = \frac{xi - \mu}{SD}$$

Keterangan:

$X_i$  : skor data variabel yang akan di uji normalitasnya

$\mu$  : nilai rata-rata

SD : standar deviasi

### **b. Uji Linieritas**

Uji linieritas digunakan untuk melihat apakah dua variable memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikansi. Jika kolom linierity nilai probabilitasnya atau  $p > 0,05$ , maka dapat dikatakan linear. Uji linieritas diuji dengan menggunakan *Compare Means Test for Linierity* dengan program IMB SPSS versi 26.0 for *Windows*.

### **3. Uji Hipotesis**

Uji hipotesis yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara optimisme terhadap resiliensi akademik dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 26.0 for *windows*. Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk mengetahui besaran pengaruh antara satu variabel independen dengan satu variabel dependen dan memprediksi variabel dependen dengan menggunakan variabel independen (Priyanto, 2012).



## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Objek Penelitian**

##### **1. Gambaran Lokasi Penelitian**

Pesantren Putri Al-Mawaddah merupakan salah satu lembaga pendidikan pesantren di Indonesia yang didirikan pada Sabtu, 21 Rabi'ul-Awal 1410 H atau 21 Oktober 1989 M oleh Almarhumah Nyai Hj. Soetichah Sahal, Almarhum Drs. Ali Syaifulloh Sahal, dan KH. Hasan Abdulloh Sahal. Pendirian pesantren ini merupakan pelaksanaan wasiat, ide, dan idealisme Almarhum KH. Ahmad Sahal. Perencanaan dan pembangunan pesantren dimulai pada tahun 1987 dan resmi diresmikan pada 21 Oktober 1989. Kehidupan di pondok pesantren merupakan paket pendidikan yang dirancang oleh pendirinya tanpa intervensi eksternal.

Pesantren ini tidak berafiliasi dengan organisasi politik atau massa, meskipun para pendirinya pernah terlibat dalam gerakan pergerakan sebelum beralih ke pendidikan pesantren. Kegiatan ekstrakurikuler di pesantren ini mencakup pengajaran, pengawalan, dan pengawasan sehari-hari. Pendidikan di pesantren mengajarkan bahwa ilmu dari Allah SWT tidak terbatas dan manusia seumur hidupnya tetap menjadi pelajar (*mutu'allim*) kepada Allah SWT.

Pesantren Putri Al-Mawaddah mendidik santri untuk menjadi guru, ahli manajemen, dan mujahidah dengan status tetap swasta, dengan tugas utama beribadah kepada Allah SWT sampai hari kiamat. Kehidupan di pesantren adalah amanat yang sakral dan suci, dalam ibadah dan khidmah kepada Allah SWT, dengan kerja keras secara lahir dan batin. Para pendidik di pesantren tidak meminta gaji atau imbalan, melainkan mengharapkan berkah dari Allah SWT.

Pesantren ini menanamkan nilai keikhlasan, mendidik pemimpin-pemimpin yang baik dan bertanggung jawab. Pemimpin yang baik adalah yang cakap mengajar, dan guru yang baik adalah yang cakap memimpin. Pesantren Putri Al-Mawaddah bangga akan kemandiriannya, mengatur segala kebutuhan internalnya, termasuk makan dan minum, tanpa intervensi luar. Pesantren ini merupakan pondok wakaf yang diwakafkan kepada umat Islam, menjalankan manajemen internal yang mandiri selama 34 tahun keberadaannya.

## 2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan mulai pada tanggal 5 Oktober 2023 hingga 14 Maret 2024 di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo. Pengambilan data dilakukan secara *offline* dengan penyebaran kuisioner dibagikan secara langsung menggunakan kertas kepada santri kelas XI.

## B. Hasil Penelitian

### 1. Uji Deskriptif

Hasil uji deskriptif yang dilakukan untuk mengetahui masing – masing tingkat kebahagiaan dan kesabaran, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

#### 1. Hasil Skor Empirik

Hasil uji *SPSS (Statistical Product and Service Solution)* 26.0 *for windows* untuk mendapatkan mean empirik, standar Deviasi (SD) empirik dengan range tertinggi 4 dan terendah 1, maka mendapatkan hasil berikut ini:

**Tabel 4.1 Data Hasil Skor Empirik**

<b>Variabel</b>	<b>N</b>	<b>Min.</b>	<b>Max.</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>
Kesabaran	118	32	59	47,7	5,1
Kebahagiaan	118	94	138	116,3	8,3
Valid N (Listwise)	118				

Berdasarkan hasil uji tersebut didapatkan bahwa skala kesabaran memiliki rerata empirik 47,7 dan standar deviasi 5,1 sedangkan skala kebahagiaan didapatkan rerata empirik 116,3 dan standar deviasi 8,2.

#### 2. Kategorisasi Data

Setelah diperoleh nilai mean empirik dan standar deviasi empirik, maka dapat ditentukan kategorisasi dari setiap skor skala penelitian. Kategorisasi ini menggunakan tiga jenjang kategori

yaitu tinggi, sedang, dan rendah, maka mendapatkan hasil sebagai berikut:

a. Kesabaran

**Tabel 4.2 Kategorisasi Skala Kesabaran**

<b>Kategori</b>	<b>Rumus</b>	<b>Hasil</b>
Tinggi	$((\text{Mean} + \text{SD}) + 1) - X_{\text{max}}$	53 – 59
Sedang	$(\text{Mean} - \text{SD}) - (\text{Mean} + \text{SD})$	42 – 52
Rendah	$X_{\text{min}} - ((\text{Mean} - \text{SD}) - 1)$	32 – 41

Berdasarkan hasil kategorisasi skala kesabaran tersebut maka dapat digunakan untuk menentukan seberapa banyak santri yang memiliki kesabaran tinggi, sedang maupun rendah. Persebaran data tersebut dapat dilihat pada tabel.

**Tabel 4.3 Frekuensi Kesabaran**

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
Tinggi	23	19,5 %
Sedang	79	66,9 %
Rendah	16	13,6 %

Berdasarkan tabel tersebut, disimpulkan bahwa santri pada skala kesabaran yang berada di kategori tinggi berjumlah 23 santri (19,5%). Santri yang berada dikategori sedang berjumlah 79 santri (66,9%). Sedangkan santri yang berada di kategori rendah berjumlah 16 santri (13,6%).

b. Kebahagiaan

Pada kategorisasi data ini menggunakan skor empirik dengan kategorisasi data sebagai berikut:

**Tabel 4.4 Kategorisasi Skala Kebahagiaan**

<b>Kategori</b>	<b>Rumus</b>	<b>Hasil</b>
Tinggi	$((\text{Mean} + \text{SD}) + 1) - X_{\text{max}}$	125 - 138
Sedang	$(\text{Mean} - \text{SD}) - (\text{Mean} + \text{SD})$	108 - 124
Rendah	$X_{\text{min}} - ((\text{Mean} - \text{SD}) - 1)$	94 - 107

Berdasarkan hasil kategorisasi skala kebahagiaan tersebut maka dapat digunakan untuk menentukan seberapa banyak santri yang memiliki kebahagiaan tinggi, sedang maupun rendah. Persebaran data tersebut dapat dilihat pada tabel.

**Tabel 4.5 Frekuensi Kebahagiaan Santri**

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
Tinggi	20	16,9%
Sedang	80	67,8%
Rendah	18	15,3%

Berdasarkan tabel tersebut, disimpulkan bahwa santri pada skala kebahagiaan yang berada di kategori tinggi berjumlah 20 santri (16,9%). Santri yang berada dikategori sedang berjumlah 80 santri (67,8%). Sedangkan santri yang berada di kategori rendah berjumlah 18 santri (15,3%).

## 2. Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah residual model korelasi yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Apabila nilai signifikansi ( $P$ )  $> 0,05$  maka data berdistribusi normal, begitupun sebaliknya jika nilai signifikansi ( $P$ )  $< 0,05$  maka data berdistribusi tidak normal (Nasfiannoor, 2019). Uji normalitas ini dilakukan menggunakan SPSS (Statistical Product and Service Solution) 26.0 for windows dan mendapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 4.6 Uji Normalitas Kolomogrov-smirnov**

N	118
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,200

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi 0,200 (Sig.  $> 0,05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

### b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas. Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan SPSS (Statistical Product and Service Solution) 26.0 for windows yang hasilnya dapat dikatakan bersifat linier apabila nilai Sig. deviation from linearity  $> 0,05$  begitupun

sebaliknya dikatakan tidak linier apabila Sig. deviation from linearity  $< 0,05$ . Hasil uji linieritas dapat dilihat pada data berikut:

**Tabel 4.7 Uji Linearitas**

<i>Deviation From Linerity</i>			
<b>Variabel</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Sig.</b>	<b>Ket</b>
Kebahagiaan * Kesabaran	118	0,615	Linier

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui nilai signifikansi 0,615 (Sig.  $> 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa data bersifat linier. Kemudian juga dilakukan uji linearitas dengan membandingkan nilai F hitung dan F tabel, dengan dasar pengambilan keputusan apabila  $F \text{ hitung} < F \text{ tabel}$ , maka terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dan variabel terikat, dan mendapatkan hasil bahwa nilai F hitung sebesar 0,881 dan nilai F tabel sebesar 3,922 ( $F \text{ hitung} < F \text{ tabel}$ ), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat.

**c. Uji Hipotesis**

Hasil analisis regresi linier sederhana yang diperoleh menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 26.0 for windows dengan hipotesis sebagai berikut:

Ha: Terdapat pengaruh positif antara Kesabaran dan Kebahagiaan pada santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo.

H0: Tidak ada pengaruh positif antara Sabar dan Kebahagiaan pada santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo.

Kriteria pengujian:

- a. Jika nilai  $P < 0,05$  maka Ha diterima dan H0 ditolak
- b. Jika nilai  $P > 0,05$  maka H0 diterima dan Ha ditolak

Hasil uji regresi linier sederhana dilakukan untuk mengetahui pengaruh kebahagiaan terhadap kesabaran santri di Pesantren Putri Al-mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo, dan diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 4.8 Uji Signifikansi Parameter Individual (Uji Statistik t)**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	89,861	6,784		13,247	,000
Kesabaran	,556	,141	,343	3,929	,000

Hasil tersebut menunjukkan bahwa kesabaran memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan. Dikatakan bahwa nilai T hitung adalah 3,929 dan signifikansi sebesar 0,000, dengan



nilai signifikansi  $< 0,05$ . Ini berarti bahwa hasil tersebut sangat signifikan secara statistik. Dapat diketahui bahwa semakin tinggi tingkat kesabaran seseorang, semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dimilikinya. Artinya, kesabaran berkontribusi positif terhadap kebahagiaan seseorang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang berarti terdapat pengaruh antara kesabaran terhadap kebahagiaan santri di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis Ponorogo.

Besaran pengaruh kesabaran terhadap kebahagiaan santri di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.9 Koefisien Determinasi**

<b>Model</b>	<b>R</b>	<b>R Square</b>	<b>Adjusted R Square</b>	<b>Std. Error of the Estimate</b>
1	,343	,117	,110	7,826

Hasil pada label tersebut diatas diperoleh bahwa nilai R Square 0,117 yang berarti bahwa pengaruh variabel bebas (kesabaran) terhadap variabel terikat (kebahagiaan) adalah sebesar 11,7 %.

## **C. Pembahasan**

### **1. Tingkat Kesabaran Santri Kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo**

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa santri di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo dengan jumlah total responden yaitu 118 santri, sebanyak 23 santri atau sebesar 19,5% memiliki tingkat kesabaran yang tinggi, sebanyak 79 santri atau 66,9% memiliki tingkat kesabaran yang sedang dan sebanyak 16 santri atau 13,6% santri memiliki kesabaran yang rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori sedang merupakan yang paling dominan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas santri di Pesantren Putri Al-Mawaddah memiliki kemampuan yang cukup untuk mematuhi perintah agama. Meskipun demikian, terkadang santri menunjukkan kecenderungan untuk tidak konsisten dalam pemenuhan tersebut. Hal ini menggambarkan dinamika kompleks dalam praktik keagamaan di tengah-tengah tantangan kehidupan sehari-hari yang santri hadapi.

Sebagian besar santri masuk pada kesabaran kategori sedang dengan kegiatan yang padat, tekanan akademik, perasaan mudah marah, dan kelelahan mental. hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahman & Hidayat (2020) tentang kesabaran santri di pondok pesantren, yang mendapatkan hasil bahwa sebagian besar tingkat kesabaran santri masuk pada kategori sedang, dengan interaksi sosial

yang terbatas, kegiatan keagamaan yang padat, dan tekanan akademik sebagai faktor yang menonjol. Gejala penurunan kesabaran yang disebutkan dalam penelitian ini juga serupa dengan yang diidentifikasi oleh Indonesian Psychological Association (2017) yang mencakup perasaan mudah marah, kelelahan mental, berkurangnya toleransi, serta kecemasan dan ketakutan.

Santri yang memiliki tingkat kesabaran yang tinggi menganggap masalah sebuah tantangan yang harus dihadapi. Santri percaya bahwa masalah berasal dari Allah SWT sebagai ujian kehidupan. Selain itu, santri yang memiliki kesabaran tinggi cenderung patuh terhadap aturan yang berlaku, menganggapnya sebagai bagian dari kesabaran itu sendiri. Saat menghadapi masalah seperti kehilangan barang pribadi, kerusakan, atau konflik dengan teman sebaya, santri tidak mudah terprovokasi. Kesabaran juga sebagai *religious coping*, artinya kesabaran merupakan salah satu pendekatan saat menghadapi situasi sulit atau masalah. Kesabaran membantu dalam mengelola emosi saat menghadapi masalah dan juga terkait dengan keyakinan pada Tuhan yang Maha Esa, memberikan kekuatan kepada individu yang menerapkan kesabaran. Dengan demikian, kesabaran merupakan bagian dari pendekatan yang difokuskan pada emosi dalam mengatasi masalah. (Ramdani dkk., 2018).

Pada penelitian ini, dari aspek kesabaran yang memiliki kontribusi tinggi yaitu terdapat pada aspek sabar dalam menjalankan ketaatan dengan presentase 84,3%, sedangkan aspek kesabaran yang memiliki kontribusi rendah terdapat pada aspek sabar dalam mengendalikan ghadhab atau marah dengan presentase 70,2%. Santri di Pesantren Putri Al-Mawaddah memiliki tingkat dominan sedang pada sabar dalam menjalankan ketaatan, adapun mengerjakan ketaatan yaitu mencakup pelaksanaan tugas-tugas sebagai seorang santri bahkan ketika merasakan kelelahan atau beban yang diemban terasa berat. Konsistensi dalam menjalankan perintah Allah adalah upaya untuk terus meningkatkan diri. Aspek yang berkontribusi rendah pada variabel ini yaitu aspek sabar dalam mengendalikan ghadhab atau marah disebabkan santri belum mampu untuk mengendalikan emosinya seperti berkata kasar ataupun berbicara dengan nada tinggi.

## **2. Tingkat Kebahagiaan Santri Kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo**

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan santri di pesantren putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo dengan jumlah total responden yaitu 118 santri, sebanyak 20 santri atau 16,9% santri memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi, sebanyak 80 santri atau 67,8% memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah dan sebanyak 18 santri atau 15,3% memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat kategori sedang merupakan yang

paling dominan. Dapat disimpulkan bahwa mayoritas santri memiliki tingkat kebahagiaan yang cukup untuk menjalani kehidupan sehari-hari dengan positif.

Meskipun demikian, terdapat momen dimana kebahagiaan santri berfluktuasi atau naik turun, hal ini mencerminkan dinamika emosional yang dipengaruhi oleh berbagai faktor kehidupan sehari-hari salah satunya adalah agama. Agama menjadi perkara pertama dalam mendatangkan kebahagiaan. Hamka (1999) menyatakan bahwa keyakinan agama menjadi landasan kuat bagi keimanan, baik tampak secara fisik maupun batiniah. Penelitian ini konsisten menegaskan bahwa individu yang taat beragama cenderung lebih bahagia dan puas dengan kehidupannya dibandingkan dengan yang kurang memiliki keterlibatan agama.

Santri dengan tingkat kebahagiaan sedang umumnya menunjukkan sikap optimis dan berusaha untuk melihat sisi positif dari setiap situasi. Santri memiliki kemampuan untuk menemukan kebahagiaan dalam perihal kecil dan cenderung memandang masalah sebagai bagian dari perjalanan hidup yang harus dihadapi. Keyakinan bahwa segala sesuatu terjadi atas kehendak Allah SWT membantu santri menjaga keseimbangan emosional dan menerima tantangan. Meskipun kebahagiaan santri dapat mengalami naik turun, kemampuan santri untuk mempertahankan sikap positif dan menerima tantangan dengan

sikap terbuka menunjukkan kekuatan internal dalam menjalani kehidupan di Pesantren.

Sebagian besar tingkat kebahagiaan santri masuk pada kategori sedang dengan adanya kegiatan yang padat dan kelelahan mental, hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari & Anwar (2019) tentang kebahagiaan santri di pondok pesantren, yang mendapatkan hasil bahwa sebagian besar tingkat kebahagiaan santri masuk ke dalam kategori sedang, dengan interaksi sosial yang terbatas, kegiatan keagamaan yang padat, interaksi sosial yang terbatas dan tekanan akademik sebagai faktor yang menonjol. Juga serupa dengan gejala penurunan kebahagiaan yang diidentifikasi oleh Indonesian Psychological Association (2016) yang mencakup perasaan sedih, kelelahan mental, berkurangnya minat pada aktivitas yang sebelumnya dinikmati, serta kecemasan dan ketakutan.

Berdasarkan beberapa penelitian yang peneliti kutip, penurunan kebahagiaan yang terjadi pada santri ini juga dapat terjadi pada beberapa kondisi. Utami & Nugroho (2020) dalam penelitiannya terhadap santri di Pondok Pesantren Al-Hikmah menunjukkan bahwa sebanyak 58,5% santri mengalami penurunan kebahagiaan saat menjalani kegiatan belajar mengajar. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kebahagiaan yang dialami oleh santri tersebut berhubungan

dengan interaksi sosial yang terbatas, kurangnya kegiatan rekreasi, dan tekanan akademik selama masa studi mereka di pondok pesantren.

Pada penelitian ini, dari aspek kebahagiaan yang memiliki kontribusi tinggi yaitu terdapat pada aspek *Ma'rifatullah* atau mengenal Allah dengan presentase 86,26%, sedangkan pada aspek kebahagiaan yang memiliki kontribusi rendah terdapat pada aspek *Mahabatullah* atau cinta kepada Allah dengan presentase 68,92%. Penelitian ini yang berpengaruh besar yaitu aspek *ma'rifatullah* bahwa santri mampu mengenal Allah dengan dekat dan diawali dengan beribadah secara terus menerus. *Ma'rifatullah* merupakan sumber dan puncak kelezatan beribadah yang dilakukan oleh manusia didunia ini. Dan aspek *mahabbatullah* menjadi aspek yang berkontribusi rendah disebabkan santri belum siap untuk menghadapi kehidupan akhirat atau kematian.

### 3. Pengaruh Kesabaran terhadap Kebahagiaan

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel. Variabel independen berupa kesabaran dan variabel dependen berupa kebahagiaan. Adapun hasil dari analisis regresi linier sederhana menunjukkan adanya pengaruh kesabaran terhadap kebahagiaan secara signifikan. Nilai R Square 0,117 atau 11,7% pengaruh terhadap kebahagiaan. Dikatakan bahwa nilai T hitung adalah 3,929 dan signifikansi sebesar 0,000, dengan nilai signifikansi  $< 0,05$ . Ini berarti bahwa hasil tersebut sangat signifikan secara statistik. Dapat diketahui bahwa semakin tinggi

tingkat kesabaran seseorang, semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dimilikinya. Artinya, kesabaran berkontribusi positif terhadap kebahagiaan seseorang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak yang berarti terdapat pengaruh antara kesabaran terhadap kebahagiaan santri di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis Ponorogo.

Penelitian ini juga membuktikan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nailul Amal (2021:62) dengan judul hubungan sabar dengan kebahagiaan pada santri pondok pesantren Al-Athiyah Banda Aceh menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara sabar dengan kebahagiaan, yang berarti semakin tinggi tingkat sabar, maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan pada santri, dan begitu pula sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan oleh Maharani (2015) tentang tingkat kebahagiaan pada fakultas tingkat kebahagiaan, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kebahagiaan tertinggi disebabkan oleh peristiwa yang terjadi didalam keluarga. Selanjutnya oleh Aziz (2011) menunjukkan bahwa untuk meningkatkan kebahagiaan pada guru adalah meningkatkan aspek kesabaran.

Kesabaran merupakan kemampuan untuk mengkoordinasikan, mengendalikan, mengarahkan (perilaku dan emosi) serta kemampuan untuk mengatasi berbagai kesulitan atau masalah yang perlu diselesaikan (U. Yusuf, 2010:18). Kesabaran sendiri lebih pada sisi



afektif. Sehingga bagaimana seseorang menyikapi datangnya masalah. Seperti tetap menjalani perintah Allah, menjauhi larangan Allah, tidak marah dan sabar menghadapi kesusahan (Rusdi, 2016:4). Sabar juga sebagai *religious coping*, artinya sabar termasuk salah satu strategi ketika menghadapi masalah atau situasi rumit. Sabar menangani emosional ketika menghadapi masalah. Kesabaran juga berkaitan dengan suatu kepercayaan pada Zat yang Maha Esa dan memberikan kekuatan pada seseorang yang mempraktikkan sabar, sehingga sabar sebagai bagian dari *emotion focused coping* (Ramdani et al., 2018:30).

Untuk menunjang kebahagiaan santri, santri dapat mengembangkan kesabaran dengan cara disiplin dan konsisten dalam rutinitas ibadah, seperti sholat, membaca Al-qur'an dan dzikir. Cara melatih kesabaran dengan menantang diri sendiri untuk bersabar dalam situasi sehari-hari seperti menahan diri dari kemarahan atau menghadapi kesulitan dengan sikap tenang dan sabar. Pihak pesantren dapat membantu santri untuk mengembangkan kesabaran dengan cara menyediakan layanan mentoring dan konseling bagi santri yang mengalami kesulitan dalam mengembangkan kesabaran atau menghadapi tantangan emosional. Kajian khusus dan pemberian motivasi juga dapat membantu pengembangan kesabaran santri.

Jadi, santri yang memiliki kesabaran yang tinggi akan mempengaruhi kebahagiaannya. Kesabaran mencerminkan bagaimana santri berperilaku dan bersikap yang mempengaruhi kebahagiaan

sebagai cara pandang terhadap penyelesaian masalah dan menghadapi tantangan dalam kehidupan sehari-hari. Kesabaran juga dapat memengaruhi tingkat toleransi, ketenangan pikiran, dan kemampuan untuk menjaga keseimbangan emosional dalam menghadapi berbagai situasi. Dengan demikian, kesabaran berperan penting dalam membentuk persepsi dan kebahagiaan santri.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu pada subjek bergender perempuan dikarenakan tempat penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah pesantren khusus putri dan sampel yang dilakukan pada penelitian ini memiliki perbedaan lama tinggal dipesantren tersebut. Selain itu, pengambilan teori kebahagiaan dapat dikatakan kurang relevan dengan usia santri dikarenakan secara proses pematangan spiritual masih belum sampai pada tahap dimana santri dapat menginternalisasi dan memahami konsep kebahagiaan secara mendalam.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul “Pengaruh Kesabaran terhadap Kebahagiaan Santri Kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dari 118 santri di Pesantren putri Al-Mawaddah yang mengisi angket penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat 16 santri yang masuk kategori rendah tentang kesabaran dengan presentase 13,6%. Kemudian santri yang masuk kategori sedang berjumlah 79 dengan presentase 66,9% dan kategori tinggi berjumlah 23 dengan presentase 19,5%.
2. Dari 118 santri di Pesantren putri Al-Mawaddah yang mengisi angket penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat 18 santri masuk dalam kategori rendah dengan presentase 15,3%. Selanjutnya terdapat 80 santri dalam kategori sedang dengan presentase 67,8% dan terdapat 20 santri masuk dalam kategori tinggi dengan presentase 17,8%.
3. Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana, hasil penelitian menunjukkan bahwa kesabaran mempengaruhi kebahagiaan secara simultan serta signifikan ( $\text{sig. } 0,000 < 0,05$ ) dengan presentase sebesar 11,7% dan dipengaruhi variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini sebesar 88,3%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang artinya semakin tinggi tingkat kesabaran

maka akan semakin tinggi tingkat kebahagiaan, begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat kesabaran maka akan semakin rendah pula tingkat kebahagiaan pada santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah, Coper, Jetis, Ponorogo.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil kesimpulan diatas, maka peneliti memberikan beberapa saran bagi beberapa pihak sebagai berikut:

### a. Bagi Santri

Santri dapat mengembangkan kesabaran dengan cara disiplin dan konsisten dalam rutinitas ibadah, seperti sholat, membaca Al-qur'an dan dzikir. Cara melatih kesabaran dengan menantang diri sendiri untuk bersabar dalam situasi sehari-hari seperti menahan diri dari kemarahan atau menghadapi kesulitan dengan sikap tenang dan sabar.

### b. Bagi Pesantren

Pihak pesantren dapat membantu santri untuk mengembangkan kesabaran dengan cara menyediakan layanan mentoring dan konseling bagi santri yang mengalami kesulitan dalam mengembangkan kesabaran atau menghadapi tantangan emosional. Kajian khusus dan pemberian motivasi juga dapat membantu pengembangan kesabaran santri.

### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti ini tentu masih memiliki kekurangan oleh karena itu bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan tema yang

serupa untuk memperdalam aspek maupun faktor yang dapat mempengaruhi kesabaran terhadap kebahagiaan. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggali lebih dalam tentang praktik-praktik terbaik dalam pembangunan kesabaran di lingkungan pesantren, termasuk metode pembelajaran, pendekatan konseling yang diberikan, dan strategi pengembangan kepribadian. Selain itu, juga disarankan pada pengambilan teori yang relevan dengan usia subjek.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdollahi, A., Talib, M., & Motalebi, S. (2015). *Emotional intelligence and depressive symptoms as predictors of happiness among adolescents. Psychiatry Behavioral Science*, 9(4), 4–9. Doi:10.17795/ijpbs-2268.
- Afifah, F. N. (2018). *Hubungan Antara Pemaafan dengan Kebahagiaan pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. 1*, 430–439.
- Al-Attas, S. M. N. (1995). *Prolegomena to the Metaphysics of Islam*.
- Albab, U. (2020). Konsep Bahagia Menurut Al-Ghazali. In *Skripsi*. IAIN Purwokerto.
- Al-Ghozali. 2014. *Metode menggapai kebahagiaan: kitab kimia kebahagiaan*, terj. Haidar Bagir. Bandung: Mizan.
- Afifah, F. N. (2018). *Hubungan Antara Pemaafan dengan Kebahagiaan pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. 1*, 430–439.
- Al-Ghazali, I. (2001). *Kimiya' al-Sa'adah* (Terjemah d). Zaman.
- Albab, U. (2020). Konsep Bahagia Menurut Al-Ghazali. In *Skripsi*. IAIN Purwokerto.
- Alifah Sakinatunnisaa, S. (2021). *Konsep Kebahagiaan Menurut Imam Al-Ghazali dan M. Quraish Shihab*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Al-Razi, M. Z. (1997). *The Spiritual Physick of Rhazes* (A. J. Arberry, Trans.). London: John Murray.
- Amal, N. (2021). *Hubungan Sabar dengan Kebahagiaan pada Santri Pondok Pesantren Al-Athiyah Banda aceh di Masa Pandemi Covid - 19*. UIN Ar-Raniry.
- Arroisi, J. (2019). Bahagia dalam Perspektif al-Ghazali. *Kalimah: Jurnal Studi Agama Dan Pemikiran Islam*, 17(1), 89. <https://doi.org/10.21111/klm.v17i1.2942>
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row.
- Daradjat, Zakiyah. 1990. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Hamdan, S. R. (2016). *Happiness: Psikologi Positif Versus Psikologi Islam*. 38(84).
- Harahap, F. (2022a). Hubungan Forgiveness Dan Religiusitas Dengan Happiness

Pada Siswa Kelas Xi SMA Negeri 1 Bangun Purba. In *Tesis*.

- Harahap, F. (2022b). *Hubungan Forgiveness Dan Religiusitas Dengan Happiness Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Bangun Purba Tesis Fahrizalsyah Harahap Program Magister Psikologi Pascasarjana Universitas Medan Area Medan Dengan Happiness Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Bangun P.*
- Ibn Qayyim al-Jawziyya, M. A. (2010). *Madarij al-Salikin* (Stages of the Seekers). Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Indonesian Psychological Association. (2016). Kesehatan Mental Santri di Indonesia. *Indonesian Journal of Psychology*, 9(4), 300-315.
- Indonesian Psychological Association. (2017). Kesehatan Mental Santri di Indonesia. *Indonesian Journal of Psychology*, 10(3), 287-299.
- Kahneman, D., & Deaton, A. (2010). High Income Improves Evaluation of Life but not Emotional Well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493.
- Kant, I. (1996). *Critique of Practical Reason* (M. J. Gregor, Trans.). Cambridge: Cambridge University Press.
- Maulida, A. R. (2022). *Pembentukan Karakter Santriwati Melalui Internalisasi Panca Jiwa*. November.
- Nasr, S. H. (2007). *Islamic Philosophy from Its Origin to the Present: Philosophy in the Land of Prophecy*. Albany: State University of New York Press.
- Nihayah, U., Ade Putri, S., & Hidayat, R. (2021). Konsep Memaafkan dalam Psikologi Positif. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 3(2), 108–119. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v3i2.1031>
- Nisfiannor, M., Rostiana, & Puspasari, T. (2004). Hubungan Antara Komitmen Beragama Dan Subjective Well-Being Pada Remaja Akhir Di Universitas Tarumanagara. *Jurnal Psikologi*, 2(1), 74–93.
- Nurlelah, S. G. M. (2004). Dampak Bullying terhadap Kesehatan Mental Santri. *Journal of Islamic Education*, 2(1), 72–86.
- Rahman, A., & Hidayat, R. (2020). Kesabaran Santri di Pondok Pesantren. *Jurnal Pendidikan Islam*, 17(3), 132-145.
- Rahmania, F. A., Anisa, S. N., Hutami, P. T., Wibisono, M., & Rusdi, A. (2019a). Hubungan Syukur dan Sabar terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja. *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 155–165. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art6>
- Rahmania, F. A., Anisa, S. N., Hutami, P. T., Wibisono, M., & Rusdi, A. (2019b). Hubungan Syukur dan Sabar terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja. *PSIKOLOGIKA : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 155–

166. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art6>

- Rusdi, A. (2016). *Kesabaran dalam Psikologi Islam dan Pengukurannya*.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Sari, A., & Anwar, S. (2019). Kebahagiaan Santri di Pondok Pesantren. *Jurnal Pendidikan Islam*, 15(2), 145-159.
- Seligman, M. E. P. (2005). *Authentic Happiness* (1st ed.). PT. Mizan Pustaka.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Atria Books.
- Soleh, A. K. (2022a). Konsep Kebahagiaan Al-Ghazali dalam Alkimia Kebahagiaan. *Islamia*. <https://doi.org/10.32350/jitc.122.14>
- Soleh, A. K. (2022b). *Toleransi, Kebenaran dan Kebahagiaan menurut Al-Ghazali* (E. S. Rahmawati (ed.)).
- Subandi, M, A. (2011). Sabar: Sebuah Konsep Psikologi Sosial. *Jurnal Psikologi*, 38(2), 215–227.
- Sumardani, P. T. (2023). *Korelasi Antara Spirituality dan Happiness pada Santri di Sekolah Menengah Atas Abdul Wahid Hasyim Tebuireng Jombang*.
- Tasti, A. M. (2021). *Relevansi Kebahagiaan Perspektif Imam Al-Ghazali dan Aristoteles di Era Modern*.
- Utami, R., & Nugroho, A. (2020). Penurunan Kebahagiaan Santri di Pondok Pesantren Al-Hikmah. *Jurnal Pendidikan Islam*, 18(1), 78-90.
- Wafa, I. A. (2022). Kontribusi Optimisme dan Sabar dalam Membentuk Kepribadian Academic Hardiness Siswa-Siswi di Madrasah Aliyah Nurul Ulum Sukun, Malang. *Industry and Higher Education*, 3(1), 1689–1699. <http://journal.unilak.ac.id/index.php/JIEB/article/view/3845%0Ahttp://dspac e.uc.ac.id/handle/123456789/1288>
- Yasmadi. (2005). *Modernisasi Pesantren: Kritik Nurcholish Madjid Terhadap Pendidikan Islam Tradisional* (Ed. rev). Ciputat Press : Jakarta., 2005.



# **LAMPIRAN**

## **Lampiran 1**

Kuisisioner Penelitian

**Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh**

Perkenalkan saya Fatma Riani, Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Sehubungan dengan kewajiban penelitian dalam rangka memenuhi persyaratan kelengkapan tugas akhir atau skripsi mengenai "Kebahagiaan Santri Kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo. Saya berharap partisipasi anda untuk mengisi kuisisioner ini dengan sebenar-benarnya sesuai dengan kondisi yang anda rasakan.

Adapun kriteria responden yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah Santri kelas XI di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo. Hal ini dilakukan guna membantu pengumpulan data untuk penelitian skripsi. Saya akan sangat berterima kasih apabila anda berkenan terlibat dalam penelitian ini, dengan meluangkan waktu 15 hingga 30 menit untuk mengisi kuisisioner yang ada di bawah.

Diharapkan santri berpartisipasi dikarenakan tidak ada kerugian yang diterima oleh santri jika mengerjakan kuisisioner ini karena kuisisioner ini dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Jawaban-jawaban yang anda berikan merupakan informasi yang sangat berharga dan karenanya anda tidak perlu ragu untuk menjawab sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya. Kerahasiaan jawaban dijamin dan dijunjung tinggi oleh etika akademik penelitian.

Terimakasih atas kesediaan dan kejujuran anda dalam menjawab setiap pertanyaan. Semoga Allah SWT membalas kebaikan anda dengan kebaikan yang melimpah dan kemuliaan yang lebih tinggi, Aamiin.

**Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh**

Hormat saya

Fatma Riani

### Petunjuk Pengerjaan Kuisisioner

1. Baca dan pahami pernyataan-pernyataan pada kuisisioner tersebut.
2. Semua jawaban **benar** jika sesuai dengan diri anda
3. Jawaban **tidak** berpengaruh pada nilai sekolah
4. Anda diminta untuk menjawab dengan jujur, sesuai dengan kondisi diri anda sendiri.
5. Jika anda bersedia, silakan menjawab beberapa pertanyaan dibawah ini
6. Bila anda telah selesai mengerjakan, dimohon kesediannya untuk memeriksa kembali agar tidak ada pernyataan yang terlewat.
7. Pilihlah satu dari jawaban yang tersedia yang paling sesuai dengan diri anda dengan memberi tanda ( $\surd$ ) pada jawaban yang anda pilih, yaitu :
  - **STS** (Sangat Tidak Sesuai), apabila pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan diri anda.
  - **TS** (Tidak Sesuai), apabila pernyataan tersebut tidak sesuai dengan diri anda.
  - **S** (Sesuai), apabila pernyataan tersebut sesuai dengan diri anda.
  - **SS** (Sangat Sesuai), apabila pernyataan tersebut sangat sesuai dengan diri anda.
8. Apabila anda ingin mengubah jawaban, anda dapat memberikan tanda check list yang baru pada jawaban yang anda kehendaki, dan jawaban sebelumnya dicoret.

Contoh :

<b>STS</b>	<b>TS</b>	<b>S</b>	<b>SS</b>
$\surd$			$\surd$

## Selamat Mengerjakan & Terimakasih

### Identitas Diri

Nama (boleh inisial):  
Kelas :  
Jenis Kelamin :

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dan menjawab semua pertanyaan sesuai dengan keadaan saya yang sejujurnya.

### Pertanyaan I

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Apakah anda menyadari bahwa diri anda tidak pernah ada sebelum dilahirkan di dunia?				
2	Apakah anda mengupayakan perilaku kasih sayang, cinta, dan kebaikan sebagai kebiasaan anda?				
3	Apakah anda menganggap tampilan fisik anda sebagai zat dan gambaran asli diri anda yang sesungguhnya dan bukan jiwa anda?				
4	Apakah anda merasa tercerahkan setiap kali menambah pengetahuan anda?				
5	Apakah anda menyadari bahwa hati adalah zat aslinya manusia?				
6	Apakah anda bersyukur dan gembira ketika petunjuk Allah masuk ke dalam hati anda?				
7	Apakah anda membiarkan amarah dan sikap kasar mudah muncul dari diri anda?				
8	Apakah anda merindukan (ingin segera menuju) kehidupan akhirat?				
9	Apakah anda menyediakan waktu lebih banyak untuk beribadah dan berbuat baik dengan tujuan mendekat kepada Allah?				

10	Apakah anda membiarkan kesenangan makan, minum dan tidur anda lebih dari yang anda butuhkan?				
11	Apakah anda menyadari diri anda sebagai manusia diciptakan untuk suatu tujuan tertentu?				
12	Apakah anda merasa senang ketika melihat dan merenungi tanda tanda kekuasaan Allah dan keajaiban ciptaan-Nya?				
13	Apakah anda menyadari bahwa syahwat, akal dan amarah anda dikendalikan sepenuhnya oleh hati anda?				
14	Apakah anda memenuhi keinginan anda melakukan taktik manipulatif (cara yang sedikit menipu/ mengecoh) untuk mencapai tujuan anda?				
15	Apakah anda menganggap masalah, musibah, penyakit dan kematian adalah bentuk cinta dan kasih sayang Allah kepada anda?				
16	Apakah anda mampu mengendalikan amarah anda agar bisa bersabar, bijaksana, dan melindungi diri anda dari perilaku merugikan?				
17	Apakah anda mampu mengendalikan nafsu anda dan berusaha untuk tidak serakah dalam memenuhi kebutuhan nafsu anda?				
18	Apakah anda merenungkan tindakan atau perilaku anda berdasarkan ajaran agama dan moral?				
19	Apakah anda membutuhkan guru atau orang lain yang bisa membimbing perilaku/akhlak anda?				
20	Apakah anda mengikuti suara hati nurani anda daripada akal/logika anda dalam menghadapi masalah?				
21	Apakah anda menyadari bahwa dosa dapat membuat hati anda sulit menyadari/menerima kebenaran?				

22	Apakah anda menerima kematian sebagai hal yang dapat memisahkan anda dari segala hal yang anda senangi di dunia?				
23	Apakah anda menyadari bahwa perilaku baik (akhlakul karimah) dapat membuat hati anda damai dan lapang?				
24	Apakah anda menganggap kematian sebagai awal dari kebahagiaan hati anda bertemu Allah?				
25	Apakah anda menganggap firasat anda adalah ilham, petunjuk atau anugerah dari Allah swt?				
26	Apakah anda meyakini mimpi mimpi yang anda alami memiliki pesan/ menyampaikan sesuatu yang benar?				
27	Apakah anda merindukan atau mengharap bertemu Allah swt?				
28	Apakah anda berusaha sabar selama hidup di dunia demi mendapatkan kegembiraan di akhirat?				
29	Apakah anda mengenali keberadaan sifat sifat hewani (makan, minum, tidur) dalam diri anda?				
30	Apakah anda menyadari ruh/jiwa anda sebagai zat asli diri anda sebagai manusia?				
31	Apakah anda mengenali keberadaan sifat sifat hewani seperti kemampuan berebut, bertindak kasar, dan berkelahi dalam diri anda ?				
32	Apakah anda bahagia sebagai makhluk/ciptaan Allah SWT?				
33	Apakah anda menyadari adanya sifat dan kemampuan mirip malaikat dalam diri anda (kemampuan untuk senang melakukan ketaatan pada Allah dan senang menyaksikan keindahan kekuasaan Allah swt)?				
34	Apakah anda menyadari ruh atau jiwa anda sebagai hal yang diciptakan mulia?				

35	Apakah anda menganggap Allah adalah yang paling berjasa memenuhi kebutuhan hidup anda?				
36	Apakah anda menyadari adanya sifat dan kemampuan untuk tidak taat / melanggar (seperti kemampuan setan) dalam diri anda?				
37	Apakah anda merasa senang ketika menyadari bahwa Allahlah yang telah memenuhi kebutuhan anda?				

### Pertanyaan II

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Ketika saya ditimpa musibah, saya berusaha menjadi lebih kuat karena ini adalah cobaan dari Allah.				
2.	Setelah ditimpa musibah, saya segera bangkit dari keterpurukan.				
3.	Saya menerima segala musibah yang Allah berikan kepada saya.				
4.	Saya segera mengatasi kesedihan sesaat setelah musibah atau kesulitan menimpa saya.				
5.	Ketika saya mendapat musibah, saya bersedih dengan sewajarnya.				
6.	Saya tetap menjalankan kewajiban saya kepada Allah sekalipun saya dalam kondisi lelah.				
7.	Saya tetap menjalankan kewajiban kepada Allah meskipun berat.				
8.	Saya berusaha meningkatkan kualitas ibadah saya kepada Allah dengan sungguh-sungguh.				
9.	Saya konsisten dalam menjalankan kewajiban kepada Allah.				

10.	Meskipun orang yang saya nasehati sulit berubah, saya tetap berusaha agar dia menjadi lebih baik.				
11.	Saya mudah menolak ajakan untuk melakukan kegiatan yang mendatangkan kerugian				
12.	Saya mudah menolak ajakan untuk melanggar aturan				
13.	Saya mudah mengendalikan diri saya dari nafsu maksiat/melanggar aturan				
14.	Saya mudah mengendalikan diri saya dari kemarahan				
15.	Saya mudah mengendalikan diri saya untuk tidak berkata-kata kasar.				





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

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

3

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



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

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

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





K P - 1	, , , , , , , , , , , , , - , , , , , , , - , , , , , , , , , , , , , ,
0 ea ,	0 1 0 2 0 0 0 1 1 1 1 1 , 0 0 1 0 0 0 , 0 1 1 0 0 0 1 2 2 0 2
2 rs 0	7 2 4 5 7 6 8 7 2 8 8 6 2 7 6 2 5 7 4 0 3 7 5 9 4 9 3 3 1 5 5
o 2	4 6 3 3 5 4 5 9 6 9 7 8 0 9 8 2 5 9 8 7 1 3 1 8 1 7 7 2 2 9 2
n 0	*, *, *, *
C	
or	
re	
la	
ti	
o	
n	
Si ,	, ,
g. 8	4 1 6 0 4 4 3 0 1 0 0 0 0 3 4 1 5 3 6 3 7 0 1 2 6 2 1 0 0 5 0
(2 2	2 7 4 0 1 8 6 5 7 4 4 7 3 9 6 8 5 9 0 9 3 6 0 9 5 9 3 1 2 2 0
- 8	4 4 5 6 9 9 0 3 4 1 3 0 0 5 3 9 1 3 5 4 5 1 2 2 7 7 9 1 1 5 6
ta	
il	
ed	
)	
N 1	
1 1	
8 8	
K P - , 1 , - , , - , , - , - , , - - - , , , - , , , , , , , , - - ,	
0 ea , 0	0 , 0 1 , 0 0 , 0 , 1 0 , , , 1 0 1 , 0 0 0 0 0 0 0 1 0 , , 1
3 rs 1 7	6 0 0 1 0 5 5 1 8 0 2 7 1 1 0 2 4 5 0 3 6 0 0 9 8 6 1 0 0 9
o 0 4	8 6 3 1 6 4 1 2 2 1 0 2 3 4 4 9 1 2 6 3 1 0 0 7 1 4 3 4 1 2
n 8	1 1 3 2 0 4 1 0
C	
or	
re	
la	
ti	
o	
n	



K P 0 ea 5 rs o n C or re la ti o n	,	,	-	1	,	-	,	,	,	,	,	,	,	,	-	,	,	,	,	,	-	,	,	,	,	-	-	,	,	,	,	
	0	0	2	3	0	1	3	0	1	1	1	0	,	2	2	0	1	2	2	,	1	1	2	1	,	,	3	1	1	3		
	5	4	0	6	6	1	8	3	0	8	8	0	5	0	0	0	6	6	0	6	0	4	5	7	4	0	0	2	0	9	5	
	6	3	6	9	5	6	6	8	5	2	1	4	8	0	2	8	9	5	7	3	2	3	3	0	2	8	8	2	3	4	8	4
			1	*	*	7		*						0	*	*			*	*	7		*			1	5	*	*	*	*	
				*	*			*												*				*			*			*	*	
Si g. (2 - ta il ed )	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	
	5	6	5	0	0	0	3	1	0	3	0	2	0	9	8	0	0	4	0	0	0	6	1	1	0	1	3	7	0	2	0	0
	4	4	0	0	0	7	5	3	0	7	5	6	8	9	2	2	2	8	7	2	0	9	2	0	0	1	8	8	0	6	3	0
	6	5	9	3	0	1	5	6	1	5	0	1	7	9	9	4	4	2	1	7	4	2	3	6	3	0	3	4	0	2	2	0
N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
K P 0 ea 6 rs o n C or re la ti o n	,	,	,	,	1	,	,	,	,	-	,	,	,	-	-	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	
	1	2	0	3	3	0	2	1	3	,3	0	0	,	,	1	1	1	2	0	0	0	2	2	2	2	0	0	3	0	1	3	
	4	5	0	4	6	0	2	1	8	0	0	1	6	1	0	9	9	2	5	7	7	2	5	8	7	1	9	2	3	3	0	8
	9	3	3	9	5	5	6	2	0	2	4	8	5	2	0	6	6	6	3	4	0	1	8	0	1	7	2	3	8	2	7	7
	*		*	*		*		*	2	*				7	4	*	*		*			*	*	*	*		*		*	*	*	
	*		*	*		*		*	*									*		*	*	*	*		*		*		*	*	*	



































K P	,	,	,	,	-	,	,	,	,	,	-	,	,	,	-	-	,	-	,	,	,	-	,	,	,	,	1	,	,	,	,	
3 ea	0	1	1	0	,	0	1	0	0	2	,	0	1	2	0	,	,	1	,	1	0	0	,	1	1	0	2	1	2	2	1	3
3 rs	0	3	6	6	0	2	2	3	9	4	0	0	5	1	4	0	1	2	0	4	5	0	0	1	7	4	3	7	7	1	8	8
o	0	7	4	7	2	3	1	9	5	1	7	8	2	1	1	1	0	0	8	7	3	7	1	8	2	4	5	2	8	9	3	2
n					5					*	7		*		3	0	0					2			*				*	*	*	*
C										*																			*			*
or																																
re																																
la																																
ti																																
o																																
n																																
Si	1	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,
g.	,	1	0	4	7	8	1	6	3	0	4	9	1	0	6	8	2	1	3	1	5	9	8	2	0	6	0	0	0	0	0	0
(2	0	3	7	6	8	0	9	7	0	0	0	2	0	2	5	8	8	9	9	1	7	4	9	0	6	3	1	6	0	1	4	0
-	0	9	5	8	4	9	2	4	7	8	9	8	0	2	6	6	3	8	0	2	2	2	5	5	3	5	0	3	2	7	7	0
ta	0																															
il																																
ed																																
)																																
N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
K P	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	1	,	,	,	
3 ea	0	2	0	1	3	3	0	1	2	3	2	2	2	1	0	0	2	2	0	2	1	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	5
4 rs	4	3	1	3	2	3	6	3	3	7	5	0	2	3	4	2	5	1	5	4	3	6	0	0	8	9	5	8	7	9	6	8
o	5	2	3	8	3	8	0	1	2	6	1	1	8	6	1	1	2	3	3	5	0	0	7	4	1	1	2	0	8	5	9	7
n	*				*	*			*	*	*	*	*			*	*	*		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
C					*	*			*	*					*		*		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
or																																
re																																
la																																
ti																																
o																																
n																																





Si	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,
g.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
(2	0	0	3	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	2	0	0	1	0	4	0	0	2	1	0	0	0	0	0
-	4	6	7	0	0	0	8	3	0	0	0	0	1	0	9	0	0	2	0	0	4	2	0	0	0	0	0	
ta																												
il																												
ed																												
)																												
N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).  
\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).









	N	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	118	
		8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8		
S12	Pearson Correlation	,038	,150	,078	,229*	,078	,174	,179	,238**	,274**	,014	,579**	1	,431**	,111	,119	,471**
	Sig. (2-tailed)	,682	,105	,400	,013	,402	,060	,053	,010	,003	,881	,000		,000	,233	,198	,000
	N	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	118	
		8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8		
S13	Pearson Correlation	,331**	,118	,227*	,247**	,100	,466**	,425**	,312**	,459**	,090	,397**	,431**	1	,402**	,432**	,677**
	Sig. (2-tailed)	,000	,203	,013	,007	,279	,000	,000	,001	,000	,330	,000	,000		,000	,000	,000
	N	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	118	
		8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8		
S14	Pearson Correlation	,182*	,265**	,216*	,199*	,124	,273**	,181*	,241**	,328**	,045	,141	,111	,402**	1	,381**	,501**
	Sig. (2-tailed)	,049	,004	,019	,031	,182	,003	,050	,009	,000	,628	,128	,233	,000		,000	,000
	N	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	118	
		8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8		
S15	Pearson Correlation	,347**	,212*	,134	,123	,076	,366**	,299**	,248**	,367**	,272**	,244**	,119	,432**	,381**	1	,574**

	Sig. (2-tailed)	,00	,021	,150	,184	,412	,000	,001	,007	,000	,003	,008	,198	,000	,000		,000		
	N	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	
VAR 0005	Pearson Correlation	,562**	,593**	,564**	,569**	,383**	,612**	,619**	,575**	,682**	,421**	,565**	,471**	,677**	,501**	,574**		1	
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000	
	N	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118	118

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**Lampiran 4**  
**Uji Reliabilitas**

**Uji Reliabilitas**

**a. Kebahagiaan**

**Scale: ALL VARIABLES**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	117	99,2
	Excluded <sup>a</sup>	1	,8
	Total	118	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,679	32

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
K01	99,6154	60,687	,176	,674
K02	99,3675	62,028	,178	,674
K03	99,9658	62,275	,071	,681
K04	99,1966	60,452	,290	,667
K05	99,3504	60,730	,313	,667
K06	98,8291	61,264	,352	,668
K07	99,4872	61,718	,121	,678
K09	99,0684	61,961	,174	,674
K11	99,4615	59,475	,337	,663
K12	99,0513	58,359	,603	,652
K13	99,4017	60,467	,276	,668
K15	99,2222	59,967	,363	,664
K16	99,6325	60,286	,279	,667
K17	99,6667	62,190	,138	,676

K18	99,0940	54,689	,028	,770
K19	98,9829	61,689	,198	,673
K20	99,7521	61,464	,131	,677
K21	99,1624	60,189	,292	,667
K22	100,0342	61,068	,122	,679
K23	98,8205	60,562	,472	,664
K24	99,6239	60,013	,249	,669
K26	100,1197	61,899	,105	,679
K27	99,2906	61,846	,165	,675
K28	99,2735	60,062	,350	,664
K29	99,8803	58,537	,339	,661
K30	99,6154	59,601	,337	,664
K31	100,2393	59,425	,251	,668
K32	98,8803	61,055	,308	,668
K33	99,5385	59,958	,233	,670
K34	99,4530	57,767	,528	,651
K35	99,0171	60,879	,299	,668
K37	98,9829	60,379	,379	,665

**b. Kesabaran**

**Scale: ALL VARIABLES**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	118	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	118	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,840	15

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
S01	44,0932	23,470	,488	,829
S02	44,3729	22,646	,501	,828
S03	44,4068	23,286	,483	,829
S04	44,5000	23,261	,489	,829
S05	44,6441	24,334	,288	,839
S06	44,2627	22,811	,532	,826
S07	44,2797	22,938	,544	,826
S08	44,0339	23,554	,507	,829
S09	44,4746	22,286	,610	,821
S10	44,4746	24,046	,324	,838
S11	44,5593	22,573	,459	,831
S12	44,7881	23,262	,354	,838
S13	44,8644	21,520	,584	,822
S14	44,9237	23,285	,398	,834
S15	44,8136	22,358	,465	,831

**Lampiran 5**  
**Uji Deskriptif**

**Uji Deskriptif**

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kesabaran	118	32	59	47,68	5,114
Kebahagiaan	118	94	138	116,36	8,294
Valid N (listwise)	118				

**Uji Kategorisasi**

Kesabaran

<b>Statistics</b>		
Kategori_Kesabaran		
N	Valid	118
	Missing	0

<b>Kategori_Kesabaran</b>					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	1	16	13,6	13,6	13,6
	2	79	66,9	66,9	80,5
	3	23	19,5	19,5	100,0
Total	118	100,0	100,0		

Ket:

1= Rendah

2= Sedang

3= Tinggi

Kebahagiaan

<b>Statistics</b>		
Kategori_Kebahagiaan		
N	Valid	118
	Missing	0

<b>Kategori_Kebahagiaan</b>					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	18	15,3	15,3	15,3
	2	80	67,8	67,8	83,1
	3	20	16,9	16,9	100,0
	Total	118	100,0	100,0	

Ket:

1= Rendah

2= Sedang

3= Tinggi



## Lampiran 6

### Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

##### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		118
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,79210147
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,040
	Positive	,038
	Negative	-,040
Test Statistic		,040
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi  $0,200 > 0,05$  maka dapat disimpulkan dapat disimpulkan bahwa residual berdistribusi **normal**.

#### b. Uji Linieritas

##### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kebahagiaan * Sabar	Between Groups	(Combined)	2102,980	22	95,590	1,527	,083
		Linearity	945,460	1	945,460	15,105	,000
		Deviation from Linearity	1157,520	21	55,120	,881	,615
Within Groups			5946,351	95	62,593		
Total			8049,331	117			

**Lampiran 7**  
**Uji Regresi Linier Sederhana**

**Uji Regresi Linier Sederhana**

**Regression**

<b>Variables Entered/Removed<sup>a</sup></b>			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kesabaran <sup>b</sup>	.	Enter

a. Dependent Variable: Kebahagiaan

b. All requested variables entered.

<b>Model Summary</b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,343 <sup>a</sup>	,117	,110	7,826

a. Predictors: (Constant), Kesabaran

<b>ANOVA<sup>a</sup></b>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	945,460	1	945,460	15,439	,000 <sup>b</sup>
	Residual	7103,871	116	61,240		
	Total	8049,331	117			

a. Dependent Variable: Kebahagiaan

b. Predictors: (Constant), Kesabaran

<b>Coefficients<sup>a</sup></b>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	89,861	6,784		13,247	,000
	Kesabaran	,556	,141	,343	3,929	,000

a. Dependent Variable: Kebahagiaan

Lampiran 8  
Surat Keterangan Penelitian

Pesantren Putri  
"AL-MAWADDAH"  
Coper Jetis Ponorogo Indonesia ☎ (0352) 311292



محمد زروق الكلاوي بنسني  
تشفير - فونروكو - إندونيسيا

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 05.02/PPAM/V/2024

Yang bertandatangan di bawah ini, Pimpinan Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper Jetis Ponorogo, menerangkan bahwa :

Nama : Fatma Riani  
NIM : 200401110281  
Jurusan : Psikologi

Telah melakukan penelitian di Pesantren Putri Al-Mawaddah Coper Jetis Ponorogo untuk menyelesaikan tugas laporan sebagai bahan menyusun skripsi dengan judul :

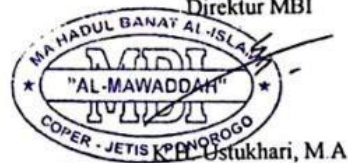
"Pengaruh Kesabaran terhadap Kebahagiaan Santri Kelas XI di Pesantren Putri Al-mawaddah Coper, Jetis, Ponorogo".

Demikian surat keterangan ini kami buat agar yang berkepentingan menjadi maklum dan dapat dipergunakan seperlunya.

Ponorogo, 10 Mei 2024

Mengetahui

Direktur MBI



K. H. Ustukhari, M.A.