

**HUBUNGAN RELIGIUSITAS DAN KEBERSYUKURAN DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS LANSIA DI PONDOK PESANTREN  
LANSIA PPAI KETAPANG KECAMATAN KEPANJEN KABUPATEN**

**MALANG**

**SKRIPSI**



**Oleh**

**Siti Naharotun Nikmah**

**NIM. 13410136**

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

**2017**

**HUBUNGAN RELIGIUSITAS DAN KEBERSYUKURAN DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS LANSIADI PONDOK PESANTREN  
LANSIA PPAI KETAPANG KECAMATAN KEPANJEN KABUPATEN  
MALANG**

**SKRIPSI**

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

**Oleh:**

**Siti Naharotun Nikmah**

**NIM. 13410136**

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

**2017**

**HUBUNGAN RELIGIUSITAS DAN KEBERSYUKURAN DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS LANSIA DI PONDOK PESANTREN  
LANSIA PPAI KETAPANG KECAMATAN KEPANJEN KABUPATEN  
MALANG**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Siti Naharotun Nikmah**

**NIM. 13410136**

**Telah Disetujui Oleh:**

**Dosen Pembimbing**



**Dr. Yulia Sholichatun M.Si**

**NIP. 197007242005012003**

**Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Psikologi**

**Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**



**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag**

**NIP. 197307102000031002**

**HUBUNGAN RELIGIUSITAS DAN KEBERSYUKURAN  
DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS LANSIA DI  
PONDOK PESANTREN LANSIA PPAI KETAPANG  
KECAMATAN KEPANJEN KABUPATEN MALANG**

**SKRIPSI**

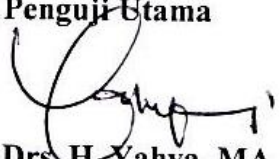
Oleh:  
**Siti Naharotun Nikmah**  
NIM. 13410136

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji dan dinyatakan  
diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
**Sarjana Psikologi (S. Psi)**  
Pada Tanggal, 8 Mei 2017


Pembimbing:

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

Penguji Utama

  
**Drs. H. Yahya, MA**  
NIP. 196605181991031004

Ketua Penguji

  
**Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si**  
NIP. 197605122003121002

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri  
Maulana Malik Ibrahim Malang



**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag**  
NIP. 197307102000031002

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : SITI NAHAROTUN NIKMAH

NIM : 13410136

Fakultas : PSIKOLOGI

Judul Skripsi : **HUBUNGAN RELIGIUSITAS DAN KEBERSYUKURAN  
DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS LANSIA DI  
PONDOK PESANTREN LANSIA PPAI KETAPANG  
KECAMATAN KEPANJEN KABUPATEN MALANG**

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya sendiri bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat sebenar-benarnya, dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Malang, 8 Mei 2017

Yang Menyatakan,



Siti Naharotun Nikmah



## MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ  
لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Hai orang-orang yang beriman, ruku'lah kamu, sujudlah kamu, sembahlah Tuhanmu dan perbuatlah kebajikan, supaya kamu mendapat kemenangan (QS. Al-Hajj: 77).

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۖ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih" (QS. Ibrahim: 7).

*Mengeluh hanya akan membuatmu semakin terpuruk, namun dengan mengingat Tuhanmulah kau akan merasakan ketenangan hati, dan ingatlah bahwa Tuhanmu selalu memberi.*

## HALAMAN PERSEMBAHAN

### بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbilalamin puji syukur atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan nikmat yang begitu luar biasa berupa ilmu, kekuatan, kesehatan dan kesabaran kepada hambaNya. Tiada satu makhlukpun yang mampu membandingkan kuasaMu Ya Allah.

Shalawat serta salam semoga tetap tercurah limpahkan kepada Baginda Nabiullah Akbar Muhammad SAW, yang telah membimbing kita dan memberikan tauladan-auladan ilmunya, sehingga kita tidak berada dalam kekosongan dalam berpikir.

Tiada yang sempurna di dunia ini, namun dengan usaha sepenuh hati kita akan mampu mendapatkan hasil yang dapat membanggakan hati. Oleh karena itu saya ingin mempersembahkan karya kecil ini kepada kedua orang tua saya, sebagai salah satu bukti kecintaan saya kepada mereka. Mungkin ini hanya karya kecil, namun saya yakin lewat karya ini saya akan menapaki tangga-tangga kesuksesan suatu hari nanti.

Terimakasih ayah dan ibu. Terimakasih atas segala hal yang telah ayah dan ibu berikan, baik itu berupa doa, kasih sayang, dukungan, semangat, motivasi, dan juga ridho yang kalian berikan sehingga Allah pun meridhoi segala hal yang ingin saya lakukan. Tanpa semua itu mungkin saya tidak akan sampai disini. Saya tahu tanpa saya harus meminta, ayah dan ibu akan selalu mendo'akan saya. Ayah

dan ibu adalah cahaya penerang dalam setiap langkah hidupku. Terima kasih ayah dan ibu...

Terima kasih juga untuk seluruh keluarga dan sahabat-sahabat saya yang selalu mendukung, dan menasehati saya untuk selalu berjuang dan tidak menyerah dalam setiap keadaan. Terimakasih karena selalu ada disaat saya dalam kesulitan dan kegundahan hati. Terimakasih atas doa dan dukungan kalian. karya kecil ini saya persembahkan untuk kalian.

Alhamdulillahirobbilalamin.....





## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil alamin, puji syukur kehadiran Allah SWT, karena hanya dengan rahmat dan karuniaNya sehingga penelitian skripsi yang berjudul “Hubungan Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang” dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

Shalawat serta salam semoga tetap tercurah limpahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabatnya yang telah mempertauahkan segala nikmat yang telah diberikan oleh Allah dengan Nuur Ilahi.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi salah satu persyaratan kelulusan program studi S1 Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Sebagai manusia yang tidak luput dari kesalahan, maka skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulisan skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari banyak pihak. Maka dari itu, peneliti ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Dr. Yulia Sholichatun, M.Si selaku dosen pembimbing yang tidak pernah lelah untuk selalu membimbing dan menuntun saya dalam mengerjakan skripsi ini.

3. Bapak H.Aris Yuana Yusuf,Lc., MA selaku dosen wali bidang akademik yang selalu memberi motivasi selama saya menuntut ilmu.
4. Untuk keluarga saya yaitu orang tua saya bapak dan ibu yang selalu memberi dukungan agar saya tidak mudah menyerah dalam menjalani segala rintangan hidup.
5. Kepada bapak Taufiq selaku pengurus Pondok PPAI Ketapang, serta ibu Sukapti dan ibu Tutik ketua lansia di PPAI Ketapang yang telah memberikan arahan dan membantu kelancaran penelitian ini, dan kepada seluruh lansia yang berada di Pondok PPAI Ketapang yang telah bersedia untuk menjadi subjek penelitian.
6. Pihak-pihak lain yang secara tidak langsung juga banyak mendukung terselesainya skripsi ini.

Dengan diiringi doa dan ucapan terima kasih, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan barokah. Guna penyempurnaan penelitian ini, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak. Semoga penelitian ini bisamemberikan manfaat bagi peneliti, pembaca, maupun masyarakat luas. Amin Ya Robbal Alamin.

Malang, 25 Maret 2017

Peneliti,

Siti Naharotun Nikmah

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xvi</b>
ملخص البحث .....	<b>xvii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	14
C. Tujuan Penelitian .....	15
D. Manfaat Penelitian .....	16
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	<b>18</b>
A. Kesejahteraan Psikologis .....	18
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis .....	18
2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis .....	20
B. Religiusitas.....	26
1. Pengertian Religiusitas .....	26
2. Aspek – Aspek Religiusitas.....	29
C. Kebersyukuran .....	36
1. Pengertian Kebersyukuran .....	36
2. Aspek-Aspek Kebersyukuran.....	39
D. Hubungan antara Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia .....	43
E. Hipotesis.....	48
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>49</b>
A. Rancangan Penelitian .....	49
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	50
1. Variabel (X1).....	50
2. Variabel (X2).....	51
3. Variabel (Y).....	51
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	51
1. Kesejahteraan Psikologis.....	51

2. Religiusitas .....	52
3. Kebersyukuran .....	52
D. Subjek Penelitian.....	53
1. Populasi Penelitian .....	53
2. Tempat Penelitian.....	53
E. Teknik Pengumpulan Data .....	54
1. Observasi .....	54
2. Wawancara .....	55
3. Skala .....	55
F. Instrumen Pengumpulan Data .....	57
1. Skala Religiusitas .....	57
2. Skala Kebersyukuran.....	57
3. Skala Kesejahteraan Psikologis.....	58
G. Blueprint.....	58
H. Metode Analisis Data .....	60
1. Uji Validitas .....	60
2. Uji Reliabilitas.....	66
3. Mencari Mean .....	68
4. Mencari Standar Deviasi .....	70
5. Uji Korelasi .....	70
6. Uji Regresi.....	72
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>73</b>
A. Gambaran Pelaksanaan Penelitian .....	73
1. Profil Lokasi Penelitian .....	73
2. Visi dan Misi Lembaga .....	74
3. Pelaksanaan Penelitian .....	74
4. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data.....	75
B. Deskripsi Variabel Penelitian.....	76
C. Hasil Uji Hipotesis .....	79
D. Pembahasan.....	85
<b>BAB V penutup .....</b>	<b>101</b>
A. Kesimpulan .....	101
B. Saran .....	102
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>105</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Penilaian Model Skala Linkert.....	56
Tabel 3.2 Blueprint Skala Religiusitas.....	58
Tabel 3.3 Blueprint Skala Kebersyukuran .....	59
Tabel 3.4 Blueprint Skala Kesejahteraan Psikologis .....	59
Tabel 3.5 CVR Skala Kesejahteraan Psikologis .....	63
Tabel 3.6 CVR Skala Religiusitas.....	64
Tabel 3.7 CVR Skala Kebersyukuran. ....	65
Tabel 3.8 Reliabilitas Skala Religiustas.....	67
Tabel 3.9 Reliabilitas Skala Kebersyukuran .....	67
Tabel 3.10 Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis .....	68
Tabel 3.11 Kriteria Evaluasi Reliabilitas .....	68
Tabel 3.12 Kategorisasi Nilai SD .....	70
Tabel 3.13 Kategorisasi Nilai Korelas .....	71
Tabel 4.1 Persentase Kategori Variabel .....	76
Tabel 4.2 Deskripsi Statistik Variabel Penelitian .....	77
Tabel 4.3 Hubungan Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis .....	80
Tabel 4.4 Sumbangan Efektifitas Aspek-aspek Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis.....	81
Tabel 4.5 Hubungan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis.....	82
Tabel 4.6 Sumbangan Efektifitas Aspek-aspek Kebersyukuran Terhadap Kesejahteraan Psikologis.....	83
Tabel 4.7 Hubungan Antara Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis .....	84



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Skema Hubungan religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis.....	51
Gambar 4.1 Kategorisasi Religiusitas .....	77
Gambar 4.2 Kategori Kebersyukuran .....	78
Gambar 4.3 Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis.....	79





## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Bukti Konsultasi
- Lampiran 2. Skala Uji CVR Kesejahteraan Psikologis (Ryff)
- Lampiran 3. Skala Uji CVR Religiusitas (Glock & Stark)
- Lampiran 4. Skala Uji CVR Kebersyukuran (Mccullogh)
- Lampiran 5. Skala Penelitian Kesejahteraan Psikologis
- Lampiran 6. Skala Penelitian Religiusitas
- Lampiran 7. Skala Penelitian Kebersyukuran
- Lampiran 8. Hasil Uji Validitas CVR
- Lampiran 9. Hasil Uji Reliabilitas Kesejahteraan Psikologis (penelitian)
- Lampiran 10. Hasil Uji Reliabilitas Religiusitas (penelitian)
- Lampiran 11. Hasil Uji Reliabilitas Kebersyukuran (penelitian)
- Lampiran 12. Deskripsi Variabel Penelitian
- Lampiran 13. Hasil Korelasi
- Lampiran 14. Hasil Regresi Aspek dari Tiap Variabel Independent
- Lampiran 15. Tabulasi Skala Religiusitas
- Lampiran 16. Tabulasi Skala Kebersyukuran
- Lampiran 17. Tabulasi Skala Kesejahteraan Psikologis
- Lampiran 18. Kategorisasi
- Lampiran 19. Daftar Nama Lansia PONPES PPAI Ketapang
- Lampiran 20. Surat Penelitian

## ABSTRAK

**Siti Naharotun Nikmah.** 2017. *Hubungan Religiusitas dan Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang Kecamatan Kepanejen Kabupaten Malang*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing: Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

---

Kesejahteraan Psikologis merupakan hal yang diinginkan oleh semua orang terutama seorang lansia, yaitu perasaan nyaman, damai, dan bahagia. Salah satu hal yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis adalah religiusitas dan kebersyukuran.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui: 1) hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis lansia, 2) hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan lansia, dan 3) hubungan antara religiusitas dan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis lansia di Ponpes PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen, Kabupaten Malang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian adalah para lansia yang tinggal di Ponpes PPAI Ketapang yang berjumlah 21 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) religiusitas dengan kesejahteraan psikologis memiliki nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,834$  ( $p = 0,000 < p = 0,05$ ), 2) kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis didapatkan sebesar  $r = 0,869$  ( $p = 0,000 < 0,05$ ), dan 3) hubungan antara religiusitas dan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis lansia didapatkan nilai  $p = 0,000 < \alpha 0,05$ . Maka dapat dikatakan bahwa religiusitas dan kebersyukuran memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis lansia.

Berdasarkan hasil perbandingan, religiusitas berhubungan dengan kesejahteraan psikologis sebesar 69,56% sedangkan kebersyukuran berpengaruh sebesar 75,51%.

**Kata Kunci:** *Religiusitas, Kebersyukuran, Kesejahteraan Psikologis Lansia*

## ملخص البحث

ستي نهاره النعمة. ٢٠١٧. علاقة التدین و الشکر برفاهیة النفسیة العجوزة فی المعهد العجوز التریبة و التعلیم کتافنق کفانجن بمالانق. البحث. کلیة علم النفس، جامعة مولانا مالک إبراهیم الإسلامیة الحکومیة بمالانق.

المشرفة : الدكتورة یولیا صلحة، الماجستیره.

الرفاهیة النفسیة هی المطلوب من جمیع الناس خاصة للعجوزة، یعنی الشعور بالراحة والسلامة والسعادة. من الأشياء التي تحسن وترتفع الرفاهیة النفسیة یعنی الدین و الشکر. والأهداف من هذا البحث لتعرف : (١). العلاقة بین الدین بالرفاهیة النفسیة العجوزة، (٢). العلاقة بین الشکر بالرفاهیة العجوزة، (٣). العلاقة بین التدین و الشکر بالرفاهیة النفسیة العجوزة فی المعهد التریبة و التعلیم کتافانق، کفانجن مالانق. يستخدم هذا البحث الدراسة الكمیة الإرتباطیة. وفاعل البحث من هذه الدراسة هی یعنی العجوزة الذین یعیشون ویسكنون فی المعهد التریبة و التعلیم الدین الإسلام کتافانق، کفانجن مالانق وبلغ وجموعها ٢١شخصا. ونتائج البحث يدل علی أن : (١). التدین و برفاهیة النفسیة لدهما معاملة ارتباطیة ودرجة المرطة منهما مجموعها  $r = 0,834$  (ف=٠,٠٠٠) أصغر من (ف=٠,٠٠٥) والشکر برفاهیة نفسیة توجد الكبيرة  $r = 0,0869$  (ف=٠,٠٠٠) اصغر من (ف=٠,٠٠٥) علاقة بین التدین و الشکر بالرفاهیة النفسیة العجوزة توجد النتائج ف=٠,٠٠٠ اصغر من ألفا ٠,٠٠٥. فیقول أن الرفاهیة و الشکر تمتلك العلاقة الذي بشكل ملحوظ برفاهیة النفسیة العجوزة. تستند لنتائج المقارنة الدین العلاقة رفاهیة النفسیة التسجیل ٦٩,٥٦% حيث لما الشکر العلاقة التسجیل ٧٥,٥١%.

الكلمات الرئيسية : التدین، شکر، رفاهیة، نفسیة العجوزة.

## ABSTRACT

**Siti Naharotun Nikmah.** 2017. *The Relationship between Religiosity and the Feeling of Gratitude with the Psychological Well-Being of the Elderly at PPAI Ketapang Islamic Boarding School, Kepanjen, Malang Regency.* Thesis. Faculty of Psychology, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Thesis Advisor: Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

---

Psychological well-being is desired by all people, especially the elderly, they are the feeling of comfort, peace, and happiness. Some things that can improve a psychological well-being are religiosity and gratitude.

The purpose of this study is to investigate: 1) the relationship between religiosity and psychological well-being of the elderly, 2) the relationship between the feeling of gratitude with the Psychological well-being of the elderly, and 3) the impact of religiosity and the feeling of gratitude to the psychological well-being of the elderly at PPAI Ketapang Islamic Boarding School, Kepanjen, Malang Regency.

This study uses a quantitative correlation approach. The subjects are the elderly people who live in PPAI Ketapang Islamic Boarding School with the total of 21 people. The results show that: 1) religiosity and psychological welfare has the correlation coefficient value of  $r = 0.834$  ( $p = 0.000 < p = 0.05$ ), 2) the feeling of gratitude with psychological well-being obtains  $r = 0.869$  ( $p = 0.000 < 0.05$ ), and 3) the relationship between religiosity and the feeling of gratitude with psychological well-being of the elderly has the value of  $p = 0,000 < \alpha$  of 0.05. Thus, we can say that religiosity and the feeling of gratitude have significant relationship with psychological well-being of the elderly.

Based on the results of the comparison, it can be said that the religiosity relates the psychological well-being for about 69,56% while the feeling of gratitude relates it by 75,51%.

**Keywords:** *Religiosity, Gratitude, Psychological Well-being of the Elderly*

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Manusia dalam menjalani hidup akan melalui tahap-tahap perkembangan dalam serangkaian periode yang berurutan, mulai dari prenatal hingga lansia. Semua tahapan yang dilalui saling berkaitan dan tidak dapat diulang kembali. Hal-hal yang telah terjadi pada masa awal perkembangan akan berpengaruh pada tahap-tahap selanjutnya. Salah satu tahap yang akan dilalui oleh individu adalah masa lanjut usia atau biasa disebut lansia (Hurlock, 1980: 380).

Berdasarkan data dari Badan Statistik pusat, pada tahun 2014 Proporsi lansia di Indonesia telah mencapai 8,03 persen dari keseluruhan penduduk. Tiga provinsi yang memiliki proporsi lansia terbesar adalah DI Yogyakarta (13,05%), Jawa Tengah (11,11%), Jawa Timur (10.96%), dan Bali (10,05%). Sementara itu tiga provinsi dengan proporsi lansia terkecil adalah Papua (2,43%), Papua Barat (3,62%), dan kepulauan Riau (3,75%)(Badan Pusat Statistik, Jakarta – Indonesia, 2015: 44).

Masa lansia merupakan masa perkembangan terakhir dalam kehidupan manusia, karena terdapat beberapa anggapan bahwa perkembangan manusia akan berakhir setelah manusia memasuki masa dewasa (Prawitasari, 1994:1). Masa lansia berlangsung dari usia sekitar 65 tahun sampai meninggal dunia (Feldman, dalam Desmita, 2006:234). Pendapat lain dari Satrock (1995: 193)



bahwa, masa dewasa akhir di mulai pada usia 60 tahun dan diperluas hingga usia sekitar 120 tahun.

Masa ini biasanya ditandai dengan menurunnya kemampuan seseorang dalam mempertahankan keseimbangan, kesehatan dan kondisi fisiologis mereka. Usia lanjut membawa penurunan fisik yang lebih besar dibandingkan dengan periode-periode sebelumnya. Pada masa ini kekuatan tubuh perlahan mulai menurun (Santrock, 1995:198).

Semakin seseorang bertambah tua, kemungkinan mereka akan memiliki beberapa penyakit. Misalnya, sebagian besar orang dewasa yang masih hidup hingga usia 80 tahun tampak memiliki beberapa penurunan kondisi tubuh (Santrock, 2012: 154). Masa lansia juga ditandai dengan menurunnya kinerja memori seseorang, misalnya sebagian besar lansia lupa menyimpan atau menaruh barang-barangnya (Santrock, 2012: 175-176).

Akan tetapi, seseorang yang berusia lanjut menunjukkan performa yang bagus ketika proses pengambilan keputusan, karena tidak dibatasi oleh tekanan waktu, dan ketika keputusan tersebut berarti bagi mereka (Yoon, Cole, & Lee, 2009, dalam Santrock, 2012: 179).

Lansia juga mengalami penyesuaian pada masa pensiun. Orang-orang lanjut usia menunjukkan penyesuaian paling baik terhadap pensiun ketika mereka sehat, memiliki keuangan yang memadai, aktif, lebih terdidik, memiliki jaringan sosial yang luas, dan memiliki kepuasan hidup sebelum pensiun (Jokela, dkk, 2010; Raymo & Sweeney, 2006, dalam Santrock, 2010:190).



Berdasarkan penjelasan-penjelasan tersebut, dapat dikatakan bahwa masa lansia merupakan masa penyesuaian diri atas berkurangnya kekuatan dan kesehatan, menatap kembali kehidupan, masa pensiun, dan penyesuaian diri dengan peran-peran sosial (Santrock, 2010).

Kebutuhan hidup pasti dimiliki oleh setiap orang, begitupun orang yang sudah memasuki usia lanjut. Lansia memiliki kebutuhan hidup yang sama agar mereka dapat hidup sejahtera. Kebutuhan hidup orang yang sudah lanjut usia antara lain kebutuhan untuk mendapatkan makanan yang bergizi, pemeriksaan kesehatan secara rutin, kondisi rumah yang sehat tentram dan nyaman, kebutuhan sosial seperti bersosialisasi dengan semua orang, sehingga mereka merasa memiliki banyak teman yang dapat diajak berkomunikasi, berbagi pengalaman, dan memberikan pengarahan untuk hidup yang lebih baik. Kebutuhan tersebut dibutuhkan oleh lansia agar mereka bisa hidup dengan mandiri (Nurhidayah & Rini, 2012: 3).

Setiap orang memiliki kebutuhan dasar psikologis, kebutuhan tersebut dimiliki setiap orang sejak awal kehidupan hingga berusia lanjut. Kebutuhan tersebut diantaranya paralansia membutuhkan rasa nyaman bagi dirinya sendiri, serta rasa nyaman terhadap lingkungan yang ada. Tingkat pemenuhan tersebut tergantung pada diri lansia, keluarga, dan lingkungannya. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi akan timbul masalah-masalah dalam kehidupan orang lanjut usia yang akan menurunkan kemandiriannya. Timbulnya masalah-masalah pada lanjut usia seperti yang telah dijelaskan diatas, hal tersebut dapat berpengaruh pada kepuasan dan kebahagiaan orang

yang lanjut usia itu sendiri (Suhartini, 2000 dalam Nurhidayah & Rini, 2012:3).

Munandar mengatakan bahwa, terdapat beberapa kondisi perubahan yang dialami oleh lansia, yaitu tumbuhnya uban, kulit mulai keriput, dan adanya penurunan berat badan. selain itu juga muncul perubahan yang terjadi pada kehidupan psikologisnya, seperti perasaan tersisih, merasa tidak dibutuhkan lagi, ketidakikhlasan menerima kenyataan baru, misalnya penyakit yang tidak kunjung sembuh, kematian pada pasangan, atau hidup sendiri tanpa dirawat oleh keluarganya (Hayati 2010: 16-17).

Lansia yang telah mengalami perubahan cenderung beranggapan bahwa dirinya sudah tidak produktif lagi, sehingga perannya dalam kehidupan sosial dan kemasyarakatan mulai berkurang dan secara emosional mereka menjadi kurang terlibat. Bahkan masih ada anggota masyarakat yang beranggapan bahwa lansia adalah orang yang tidak berguna bahkan dirasakan sebagai suatu beban (Martini, dkk, 1993, dalam Hayati, 2010:17).

Banyak orang dewasa lanjut mengalami diskriminasi yang menyakitkan. Mereka mungkin mengalami penolakan secara sosial, karena dipandang sudah pikun atau membosankan. Orang lanjut usia, mungkin disingkirkan dari kehidupan keluarga mereka karena dipandang sebagai sosok yang sakit, jelek, dan parasit. Persepsi tersebut tentu saja tidak berperikemanusiaan, namun seringkali terjadi secara nyata di kehidupan masyarakat saat ini (Santrock, 1995 : 240).

Hal ini juga terjadi pada lansia yang tinggal di lingkungan keluarga sebagai komponen masyarakat terkecil. Pada umumnya lansia menikmati hari tuanya di lingkungan keluarga. Hal ini sesuai dengan nilai budaya yang ada, dimana seorang yang sudah berusia lanjut harus dihormati, dihargai, dan dibahagiakan. Bahkan dalam tuntutan agama, orang yang lebih muda dianjurkan untuk menghormati dan bertanggung jawab atas kesejahteraan orang yang lebih tua, khususnya orang tua sendiri. Akan tetapi masih banyak lansia yang tidak tinggal dengan keluarganya, khususnya dengan anak-anak mereka (Departemen Sosial Republik Indonesia, 1997).

Keterpisahan tersebut dapat menimbulkan masalah psikologis tersendiri bagi lansia. Masalah psikologis akibat keterpisahan lansia dengan keluarga yang dicintai, seperti anak, merupakan masalah yang relatif sering terjadi (Leangle & Probst, dalam Hayati, 2010: 18).

Keterpisahan yang paling sulit adalah kematian pasangan hidup. Berpisah dengan pasangan hidup menjadi masalah yang berat pada lansia. Setelah pasangan yang dicintai meninggal, lansia cenderung mengalami dukacita mendalam, mengalami kesulitan ekonomi, merasakan kesepian, meningkatnya penyakit fisik, gangguan psikologis, dan depresi (Santrock, 2006: 649).

Terdapat hal yang patut mendapat perhatian dari data yang telah disajikan oleh Badan Pusat Statistik pada tahun 2014, yaitu masih banyaknya lansia yang tinggal sendiri. Lansia yang tinggal dalam rumah tangga tunggal, berarti mereka harus memenuhi kebutuhan makan, kesehatan, dan sosialnya

secara mandiri. Proporsi lansia perempuan yang tinggal sendiri sebesar 14,60% lebih tinggi daripada proporsi lansia laki-laki yang tinggal sendiri, yaitu sebesar 4,04% (Badan Pusat Statistik, Jakarta – Indonesia, 2015: 54).

Kondisi ini merupakan keterpaksaan yang tidak dapat dihindari. Harapan hidup perempuan yang lebih panjang menyebabkan peluangnya untuk hidup sendiri lebih besar daripada lansia laki-laki. Dibutuhkan peran aktif dari anggota keluarga lainnya dan lingkungan sekitar untuk ikut memberikan dukungan sosial bagi lansia yang tinggal sendiri (Badan Pusat Statistik, Jakarta – Indonesia, 2015:54).

Tuntutan dunia yang semakin modern, tampaknya lansia seringkali dianggap sebagai hambatan bagi keluarga. Mereka dianggap seperti anggota keluarga yang merepotkan dan membawa kesulitan tersendiri bagi keluarga. Lansia ingin menghabiskan waktunya dengan orang-orang yang berarti untuk mereka, seperti anak-anak dan cucu-cucunya. Dukungan sosial menjadi kebutuhan yang semakin diperlukan lansia, lansia membutuhkan cinta, persahabatan, pengertian dan butuh untuk dihargai (Indriani, Mabruri & Purwanto, 2014:67).

Masalah-masalah lain yang berkaitan dengan lansia adalah kesepian, perasaan tidak berguna keinginan untuk cepat mati, dan membutuhkan perhatian lebih. Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh lansia untuk mengatasi masalah-masalah tersebut adalah dengan berusaha mencapai kesejahteraan psikologis (Pesik, 2015: 11).

Suatu gaya hidup aktif dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis pada orang-orang lanjut usia. Lansia yang pergi ke tempat peribadatan, bepergian, bermain golf, pergi untuk berdansa, akan cenderung lebih puas dengan kehidupannya dibandingkan dengan lansia yang hanya tinggal dan mengurung diri di rumah. Lansia yang memiliki jaringan sosial, pertemanan, dan keluarga yang lebih luas, merasa lebih puas dengan hidupnya dibandingkan lansia yang terisolasi secara sosial (Chappel & Badger, 1989, dalam Nurhidayah & Rini, 2012 : 4 ).

Kesejahteraan psikologis sangat penting dimiliki oleh lanjut usia terutama dalam menghadapi tugas-tugas perkembangannya, karena hal tersebut dapat berdampak baik bagi kesehatan mental dan fisiknya (Ishak: 2). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Vasquez Dkk (2009:1) yang berjudul *Psychological Well-Being and Health Contribution of Positive Psychology* menemukan hasil bahwa *well-being* memiliki implikasi pada kesehatan fisik.

Kesejahteraan terdiri dari tiga hal yaitu; pengalaman positif-negatif, pikiran positif-negatif, dan kesejahteraan psikologis. Seseorang yang mengalami pengalaman positif lebih banyak dibandingkan dengan emosi negatifnya akan lebih sejahtera. Berpikir positif dan mengurangi pikiran negatif adalah hal yang dibutuhkan oleh semua orang untuk mencapai kesejahteraan. Kesejahteraan psikologis mewakili fungsi manusia yang optimal yaitu makna dan tujuan hidup, hubungan yang saling mendukung dan menguntungkan, keterlibatan dan ketertarikan, berkontribusi terhadap



kesejahteraan orang lain, kompetensi, penerimaan diri, optimis, dan peduli terhadap diri dan orang lain (Diener, dkk, 2009, dalam Dewanto dan Retnowati, 2015:35).

Akan tetapi, ketidak mampuan keluarga lansia dalam menghadapi masalah-masalah yang dihadapi oleh para lansia, dapat menyebabkan munculnya alternatif agar para lansia dititipkan di panti jompo. Sebagian masyarakat menganggap bahwa lansia sebaiknya di rawat di panti jompo agar mereka lebih terurus dan dapat bergaul dengan lansia lain daripada tinggal di rumah sendiri dan merasa kesepian karena anak-anak mereka sibuk dengan pekerjaan masing-masing. Sebagian masyarakat lain menganggap bahwa keluarga adalah tempat yang terbaik untuk lansia, dan anak memiliki kewajiban untuk merawatnya. Berkembangnya persepsi-persepsi sosial bahwa panti merupakan tempat pemisahan bagi lansia terhadap keluarganya merupakan salah satu fakta yang ada di masyarakat (Syamsudin, dalam Pesik, 2015:12).

Hal-hal diatas juga terjadi pada lansia yang tinggal di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang Kepanjen Kabupaten Malang. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 19 November 2016 dengan salah satu penghuni pondok pesantren lansia di PPAI Kepanjen Kabupaten Malang, yaitu Subjek S. Beliau menyatakan bahwa:

*“Sebenarnya bukan kemauan saya untuk tinggal di pondok pesantren diusia saya yang sudah menginjak 73 tahun. Tapi memang sudah takdir saya seperti ini, jadi saya hanya bisa pasrah dan menerima keadaan diri saya”.*



Subjek S dulunya adalah salah satu pengajar di SMP Salahuddin Malang, namun beliau sudah pensiun, setelah beliau mengalami musibah dan hartanya habis, akhirnya beliau harus tinggal di pondok tersebut. Subjek S tinggal di pondok pesantren dengan biaya pensiunannya.

Berdasarkan hasil wawancara Subjek S juga menyatakan bahwa:

*“tapi saya tetap bersyukur meskipun harus tinggal di pondok pesantren, karena saya bisa lebih mendekatkan diri kepada Allah, dan bisa menuntut ilmu agama yg lebih dalam disisi waktu saya sebagai bekal amalan sholeh di akhirat nanti. Disini saya juga tidak sendiri, banyak rekan-rekan lansia yang lain”.*

Kegiatan di Pondok Pesantren juga tidak terlalu memberatkan lansia. Disana para lansia hanya dianjurkan untuk sholat berjamaa’ah lima waktu, mengaji Al-Qur’an setelah sholat, dan mengaji kitab bersama setelah sholat Ashar (pengajian).

Selain dari subjek S, terdapat pernyataan lain dari pengurus pondok yang mengatakan bahwa:

*“Disini masih ada lansia yang belum betah, katanya dipondok tidak seperti di rumah mereka, disini kamarnya sempit, makanannya tidak seperti dirumah, karena rata-rata lansia yang disini semua adalah orang dari kalangan menengah ke atas, dulunya mereka orang berpendidikan semua, ada yang pensiunan guru, ada yang PNS, dan lain sebagainya. Disini juga ada beberapa lansia yang malas mengikuti kegiatan pondok seperti sholat jama’ah dan lain-lain, mereka belum bisa menerima keadaan hidupnya, bahkan ada yang merasa dibuang anaknya. Ada juga lansia yang hartanya habis karena warisannya di ambil menantunya, dan beliau dititipka disini”.*

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus pondok, masih ada lansia yang belum bisa menerima bahwa mereka harus dititipkan dan tinggal di pondok tersebut. Adayang masih malas untuk mengikuti kegiatan di

pondok, dan masih ada beberapa lansia yang merasa tidak nyaman tinggal di pondok. Hal ini terjadi karena kurangnya penerimaan diri para lansia.

Banyak lansia yang dulunya berasal dari latar belakang orang berada atau kaya, dan tidak pernah hidup susah, sehingga mereka kurang bisa menerima jika mereka kini harus tinggal di pondok pesantren yang fasilitasnya tidak seperti di rumah mereka. Ada yang berpikiran bahwa hidup mereka tidak berarti karena telah di buang oleh keluarganya. Hal ini membuat kehidupan mereka kurang sejahtera.

Bila melihat hasil wawancara diatas, memang masih ada lansia yang belum merasa bahagia dan sejahtera saat harus tinggal di pondok pesantren dan jauh dari keluarga, namun tidak menutup kemungkinan bahwa masih ada lansia yang merasa bahagia dan sejahtera ketika mereka harus tinggal di pondok pesantren. Seperti subjek S yang menyatakan bahwa beliau dapat merasakan kebahagiaan dan kesejahteraan ketika beliau mampu untuk bangkit dari keadaan terpuruknya, menerima keadaan diri, lebih mendekatkan diri kepada sang penciptadan mensyukuri keadaan hidup di sisa waktunya.

Seseorang yang memiliki kesejahteraan tinggi akan lebih merasakan kepuasan dan kebahagiaan secara psikologis dalam hidupnya. Sikap positif seperti ketabahan, adanya penerimaan diri, serta hubungan yang positif dengan orang lain, dapat membentuk kondisi psikologis yang positif (Amawidyati dan Utami, 2007: 2-3). Argyle menyatakan bahwa religiusitas membantu individu dalam mempertahankan kesehatan psikologis individu di saat-saat sulit (Lintang, 2013: 7).

Ancok dan Suroso (2001: 76) mengatakan bahwa religiusitas bukan hanya terjadi ketika seseorang melakukan ibadah akan tetapi juga aktivitas lain yang didorong oleh kekuatan spiritual, hal tersebut tidak hanya dapat dilihat oleh mata akan tetapi juga apa yang terjadi dalam hati masing-masing individu. Kebanyakan lansia mengisi waktu luangnya dengan lebih meningkatkan kegiatan religiusitasnya. Kegiatan keagamaan menjadi pilihan untuk mengisi sisa waktu luang mereka serta untuk mendekatkan diri pada Allah SWT agar mendapatkan ketenangan hidup dalam menjalani masa tua (Lintang, 2013: 4).

Lansia yang memiliki religiusitas yang tinggi akan mendapatkan kesejahteraan psikologis yang tinggi dan sebaliknya jika lansia tersebut memiliki religiusitas yang rendah maka kesejahteraan yang dimiliki juga rendah (Rajawane, 2011: 3). Hal ini didukung dengan penelitian yang berjudul *Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia Muslim*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia. Sumbangan efektif variabel religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis lansia sebesar 70,3% sehingga masih ada 29,7% variabel lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (Lintang, 2013:5).

Penelitian lain yang berjudul *Kesejahteraan Lansia Dan Beberapa Faktor Yang Mempengaruhi Di Desa Dangin Puri Kauh*, menunjukkan hasil bahwa Religiusitas, Ekonomi, dan Kesehatan memiliki pengaruh signifikan secara simultan dan parsial terhadap Kesejahteraan lansia pada Desa Dangin

Puri Kauh. Hal ini berarti semakin tinggi Religiusitas, Ekonomi, dan Kesehatan yang dimiliki lansia, maka Kesejahteraan lansia mengalami peningkatan (Tanaya & Yasa: 8).

Hal lain yang dapat meningkatkan kesejahteraan seseorang adalah syukur (Haworth, 1997, dalam Dewanto dan Retnowati, 2015:35), karena kebersyukuran memiliki hubungan yang besar dengan komponen kesejahteraan psikologis yaitu penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif, tujuan hidup, dan penerimaan diri (Wood, dkk, 2009:1).

Syukur adalah bentuk rasa terimakasih individu terhadap segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya. Termasuk di dalamnya respon kegembiraan dan kecenderungan untuk melihat kehidupannya sebagai anugerah. Syukur juga memiliki hubungan dengan beberapa aspek dan komponen terhadap kebahagiaan. Individu yang memiliki pola pikir untuk terus bersyukur adalah individu yang bahagia (Watkins, Woodward, Stone, dan Kolts, 2003:1).

Kebersyukuran merupakan konstruksi kognitif, emosi, dan perilaku (Emmons, 2007: 13). Kebersyukuran sebagai konstruksi kognitif ditunjukkan dengan mengakui kemurahan dan kebaikan hati atas berkah yang telah diterima dan fokus terhadap hal yang positif dalam diri. Sebagai konstruksi emosi, kebersyukuran ditandai dengan kemampuan mengubah respon emosi terhadap suatu peristiwa sehingga lebih bermakna (Rosenberg dalam McCullough, Tsang, & Emmons, 2004:1). Emosi syukur melibatkan rasa takjub, terimakasih, penghargaan dan kebahagiaan atas anugerah dari kehidupan yang dijalani. Kebersyukuran sebagai konstruksi perilaku yaitu



melakukan tindakan balasan kepada orang lain atas manfaat dan anugerah yang telah diterima.

Salah satu hal yang dapat memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan adalah dengan bersyukur. Hal ini dibuktikan dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh McCullough & Emmons (2003) yang berjudul *Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life*, menunjukkan hasil bahwa pada individu yang memiliki tingkatan syukur yang tinggi, akan memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi pula karena dia memiliki afeksi positif, sehingga ada kecenderungan untuk lebih puas dan optimis jika di bandingkan dengan individu yang memiliki skor syukur rendah.

Hal tersebut juga didukung oleh hasil penelitian yang berjudul *Faktor-faktor Psikologis yang Mempengaruhi Kebahagiaan pada Lanjut Usia Suku Jawa di Klaten*. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat 14 faktor yang mempengaruhi kesejahteraan dan kebahagiaan lansia, yaitu usia, agama, buda, bersyukur, aktivitas fisik, hubungan sosial, memaafkan, kualitas hidup, silaturahmi, sehat, dan menikah (Diponegoro & Mulyono, 2015:1).

Penelitian lain yang berjudul *Hubungan Antara Rasa Syukur dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lanjut Usia* menunjukkan hasil bahwa variabel rasa syukur memberikan sumbangan efektif pada kesejahteraan psikologis lansia. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai korelasi antara variabel rasa syukur dan variabel kesejahteraan psikologis sebesar 0,627 dan  $\rho$  sebesar



0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara variabel rasa syukur dan variabel kesejahteraan psikologis (Ishak: 1).

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dalam penelitian ini, peneliti ingin menguji *Hubungan Antara Religiusitas dan Kebersyukuran Terhadap Kesejahteraan Para Lansia yang Tinggal Di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen, Kabupaten Malang*. Berdasarkan hasil assesment awal, masih banyak lansia yang memiliki problematika seperti yang telah dijelaskan diatas, sehingga dari fakta lapangan tersebut, peneliti ingin melihat bagaimana kesejahteraan lansia yang dilihat dari dua variabel pendukung, yaitu religiusitas dan kebersyukuran. Selain itu, penulis juga ingin membuktikan penelitian terdahulu tentang hubungan religiusitas dan kebersyukuran terhadap kesejahteraan yang dilakukan pada lansia.

## **B. Rumusan Masalah**

Dalam penelitian ini, adapun rumusan masalah yang akan dibahas yaitu:

1. Bagaimana tingkat Religiusitas Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang?
2. Bagaimana tingkat Kebersyukuran Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang?
3. Bagaimana tingkat Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang?

4. Adakah hubungan antara Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang?
5. Adakah hubungan antara Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang?
6. Adakah hubungan antara Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan diatas, adapun tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat Religiusitas Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat Kebersyukuran Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.
3. Untuk mengetahui tingkat Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.
4. Untuk mengetahui hubungan antara Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.

5. Untuk mengetahui hubungan antara Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kapanjen Kabupaten Malang.
6. Untuk mengetahui hubungan antara Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kapanjen Kabupaten Malang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian kali ini, adapun manfaat yang dapat diambil, yaitu antara lain:

##### a. Secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan di bidang kajian ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan, psikologi pendidikan, psikologi klinis, maupun psikologi sosial yang berkaitan dengan *Hubungan Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia*. Penelitian ini juga memberikan informasi seputar pengetahuan tentang *Bagaimana Hubungan Religiusitas, Kebersyukuran, dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia* yang tinggal di pondok pesantren.

##### b. Secara praktis

Penelitian ini memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya, sebagai bahan atau sumber untuk mendukung penelitian selanjutnya. Serta sebagai bahan bacaan tambahan bagi masyarakat luas terutama

bagi para lansia, agar mereka senantiasa termotivasi untuk lebih meningkatkan religiusitas dan kebersyukurannya, sehingga kehidupan mereka terdorong untuk lebih hidup bahagia dan sejahtera.



## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Kesejahteraan Psikologis

##### 1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Penelitian mengenai *Psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis pertama kali dilakukan oleh Ryff pada tahun 1989. Menurut Ryff (1995: 2) kesejahteraan psikologis merupakan suatu istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologi individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Ryff dan Keyes mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis berakar pada teori fenomenologi dan teori kepribadian dari Maslow dan Rogers (Moneta, 2014:46).

Ryff (dalam Rajawane, 2011: 25) mendefinisikan kesejahteraan psikologis ialah sejauh mana individu merasa nyaman, damai, dan bahagia berdasarkan penilaian subjektif, serta bagaimana mereka memandang pencapaian potensi-potensinya. Ryff dan Keyes (dalam Lopez, Jennifer, & Snyder, 2015:150) mengatakan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis adalah individu yang memiliki respon positif terhadap dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi.



Ryff (1995:4) menyatakan bahwa individu yang kesejahteraan psikologisnya tinggi memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek positif dan negatif dalam dirinya baik pada masa kini maupun masa lalu.

Menurut Jahoda (Linley dan Joseph, 2004:371) kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan *wellness* yang merupakan manifestasi dari kesehatan mental, jahoda menyebutkan ada tiga kriteria yang biasanya digunakan untuk menerangkan definisi sehat mental, yaitu tidak ada penyakit mental, normalitas dan kesejahteraan psikologis.

Menurut Ryff dan Keyes (Moneta, 2014: 47) seseorang yang memiliki kesejahteraan tinggi adalah seseorang yang mampu mengembangkan enam aspek dari kesejahteraan Psikologisnya, sehingga orang tersebut dapat beraktualisasi diri.

Neugarten mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu kondisi psikologis yang dicapai oleh seseorang pada saat usia lanjut. Selain itu, Katarina mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu reaksi evaluasi seseorang terhadap kenyamanan hidupnya (dalam Utami: 7-8).

Sedangkan, menurut Diener (dalam Utami: 8) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan perasaan subjektif dan evaluasi individu terhadap dirinya.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*)

adalah seseorang yang berada dalam keadaan nyaman, damai, tentram, bahagia, dan dapat menerima keadaan dirinya baik masa sekarang maupun masa lalu yang dilaluinya dengan sikap yang positif. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis dapat menjalin hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar, otonomi, mandiri, penguasaan lingkungan baik, memiliki tujuan hidup, dan mampu mengembangkan diri, jadi ketika individu memiliki hal tersebut, maka dapat dikatakan bahwa individu sejahtera secara psikologis.

## 2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Ryff dan Keyes 1995 (dalam Moneta, 2014:47) membagi Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-being*) menjadi 6 dimensi. Ryff mengungkapkan bahwa 6 dimensi yang independen ini berkorelasi, dan membangun kesejahteraan psikologis, sebagai berikut:

### 1. *Self Acceptance* (penerimaan diri)

Penerimaan diri adalah bagaimana seseorang dapat memiliki sikap positif pada diri sendiri, menerima diri baik dari aspek yang positif maupun negatif, dan mampu memandang masalah sebagai hal yang positif (Moneta, 2014:47).

Aspek ini mengarah pada kemampuan individu dalam menerima segala aspek yang ada pada dirinya secara lebih positif. Aspek ini merupakan gambaran karakteristik individu yang sehat

secara mental dan matang yang akhirnya mendukung terciptanya kondisi *Well-Being*. Individu yang memiliki tingkat tinggi pada aspek ini dikarakteristikan sebagai individu yang memiliki sikap positif terhadap diri, mengetahui dan menerima semua aspek pada diri, dan memiliki pandangan positif terhadap kehidupan masa lalunya. Sebaliknya, individu rendah dalam aspek ini akan memiliki perasaan tidak puas dengan diri, kecewa dengan masa lalunya, dan cemas dengan kualitas dirinya ( Utami:8-9 ).

2. *Positive Relations with Others* (hubungan positif dengan orang lain)

Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi adalah orang yang memiliki hubungan hangat dengan orang lain, memiliki sikap empati, akrab, memiliki kepercayaan ketika memiliki hubungan dengan orang lain baik dalam hal cinta maupun pertemanan, dan memiliki hubungan persahabatan yang erat. Moneta (2014: 45) mengatakan bahwa Hubungan positif dengan orang lain tersebut merupakan gambaran penerimaan seseorang terhadap diri, orang lain, dan alam atau lingkungan disekitarnya.

Kemampuan seseorang untuk membina hubungan interpersonal yang baik, saling percaya, penuh kehangatan dan cinta, dipandang sebagai kriteria penting individu yang sehat mental dan matang. Individu yang mampu beraktualisasi diri juga digambarkan sebagai

individu yang mampu menunjukkan empati dan afeksi, mampu mencintai, dan memiliki persahabatan yang mendalam (Utami:9).

Individu yang berada dalam kategori tinggi dalam aspek ini adalah individu yang memiliki kehangatan, mampu menjadi pribadi yang jujur ketika berhubungan, peduli dengan kesejahteraan orang lain, mampu menunjukkan empati, afeksi, dan keintiman, serta memahami makna “*take and give*” ketika berhubungan dengan orang lain. Sebaliknya, individu yang rendah dalam aspek ini tidak terlalu dekat dan jujur dalam menjalin sebuah hubungan dengan orang lain, merasa sulit untuk menjadi hangat, terbuka, dan peduli terhadap orang lain, merasa terisolasi dan frustrasi dalam hubungan interpersonal, dan tidak bersedia untuk membuat kompromi untuk mempertahankan ikatan penting dengan orang lain (Ryff & Keyes, 1995, dalam Utami: 9).

### 3. *Autonomy* (kemandirian)

Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis adalah orang yang memiliki kemandirian, teguh dalam pendirian, memiliki motivasi dari dalam diri, mampu mempertahankan diri dari pengaruh luar, mampu mengatur diri baik emosi maupun perilaku, dan mengevaluasi diri (Moneta, 2014: 47).

Dasar dari aspek ini adalah penentuan diri, kebebasan, dan regulasi emosi didalamnya. Individu yang memiliki tingkat tinggi

dalam aspek ini adalah individu yang memiliki kebebasan dan menentukan dirinya, tidak mudah terpengaruh, mampu mengatasi tekanan sosial ketika berpikir dan bertindak, mampu mengontrol perilaku, dan mampu mengevaluasi diri (Ryff, dalam Utami: 10).

Sebaliknya, individu yang rendah dalam dimensi ini sangat mementingkan harapan dan evaluasi dari orang lain, bergantung kepada orang lain ketika mengambil keputusan, dan mengikuti tekanan sosial dalam berpikir maupun bertindak (Utami: 10).

#### 4. *Environmental Mastery* (penguasaan lingkungan)

Penguasaan lingkungan merupakan kemampuan seseorang untuk mendapatkan peluang dan menggunakannya untuk memilih dan mengubah lingkungan disekitarnya. Mampu mengatur lingkungan, mengatur aktivitas luar, mampu memanfaatkan kesempatan yang datang secara efektif, mampu memilih dan menciptakan konteks yang cocok dengan kebutuhan dan nilai personal (Moneta, 2014: 47).

Pada aspek ini, individu memiliki kemampuan dalam mengubah dan mengatur lingkungan melalui aktivitas fisik dan mental. Ryff menyebutkan bahwa individu yang sehat mental adalah individu yang memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikis dirinya, mampu ikut berpartisipasi dalam kegiatan di luar diri dan mampu mengontrol lingkungan yang kompleks. Individu dalam kategori ini adalah individu yang



kompeten, dan memiliki penguasaan baik dalam mengontrol lingkungannya, serta mampu menciptakan situasi yang sesuai dengan nilai keinginannya (Ryff, dalam Utami:10).

Sebaliknya, individu yang rendah dalam aspek ini merasa sulit untuk mengatur hidup sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan situasi di sekelilingnya, tidak peduli pada sekitar, dan kehilangan kontrol diri (Ryff & Keyes, 1995, dalam Utami: 10).

#### 5. *Purpose in Life* (tujuan dalam hidup)

Kesejahteraan psikologis seseorang dapat dilihat ketika mereka memiliki misi atau tujuan dalam hidup, merasa bahwa masa kini dan masa lalu adalah sesuatu hal yang berarti, memiliki keyakinan dalam hidup, memiliki identitas dan arah tujuan, dan memiliki suatu pilihan (Moneta, 2014: 47).

Individu yang mampu berfungsi secara positif adalah individu yang memiliki tujuan, intensi, dan arahan yang dapat memberikan kontribusi pada kebermaknaan hidupnya. Individu yang memiliki tingkat tinggi pada aspek ini adalah individu yang memiliki tujuan dalam hidup dan mampu memberikan makna bagi kehidupannya dimasa lalu maupun sekarang. Sebaliknya, individu yang rendah pada aspek ini akan merasa kehilangan petunjuk dalam dirinya, tidak

yakin bahwa hidupnya berarti, tidak mampu untuk melihat tujuan hidupnya (Utami: 10-11).

#### 6. *Personal Growth* (pertumbuhan pribadi)

Pertumbuhan pribadi dapat diartikan sebagai keinginan seseorang untuk mengembangkan diri, terbuka dengan pengalaman baru, mampu mengembangkan kemampuan dan potensi diri, serta selalu memperbaiki diri dan tingkah laku (Moneta, 2014: 47).

Ryff (dalam Utami:11) mengatakan bahwa, tercapainya fungsi positif yang optimal tidak hanya digambarkan ketika individu sudah mencapai kriteria tertentu, tetapi juga ketika dirinya mampu menumbuhkan, mengembangkan dan meluaskan potensi dirinya.

Individu dapat dikatakan memiliki tingkat tinggi dalam aspek ini ketika individu tersebut memiliki pandangan bahwa dirinya selalu berkembang, terbuka dengan pengalaman baru, memiliki kemampuan untuk merealisasikan potensi diri, mampu melihat perkembangan diri dan perilakunya. Sedangkan, individu yang merasa hidupnya tidak ada perubahan, kehilangan kemampuan untuk mengembangkan diri, merasa jenuh dengan dirinya, dan merasa tidak mampu membangun sikap dan perilakunya, maka individu tersebut dikatakan memiliki tingkat rendah pada aspek ini (Utami: 11).

Ryff (dalam Rajawane, 2011: 27-28) mengatakan bahwa, apabila individu memiliki enam dimensi kesejahteraan psikologis tersebut maka

individu akan merasa damai, nyaman, dan bahagia dalam menjalani kehidupan, serta bagaimana individu memandang masa lalu yang telah ia lalui secara lebih positif, sehingga dapat dikatakan bahwa untuk mendapatkan kesejahteraan psikologis maka dibutuhkan ke enam rangkaian dimensi tersebut.

## **B. Religiusitas**

### **1. Pengertian Religiusitas**

Religiusitas berasal dari kata religi dalam bahasa Latin “*religo*” yang akar katanya adalah *religure* yang berarti mengikat. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa religi atau agama pada umumnya memiliki sebuah aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban yang harus dipatuhi dan dilaksanakan oleh pemeluknya. Semua hal tersebut berfungsi mengikat seseorang atau sekelompok orang dalam hubungannya dengan Tuhan, sesama manusia, dan alam sekitarnya (Ghufroon & Risnawita, 2011:167).

Menurut Glock & Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2001:76), religiusitas adalah sikap keagamaan yang berarti adanya unsur internalisasi agama kedalam diri seseorang. Religiusitas merupakan komitmen religius individu yang dapat dilihat melalui aktivitas atau perilaku individu yang bersangkutan terhadap agama atau kepercayaan yang dianutnya. Aktivitas beragama bukan hanya terjadi ketika seseorang

beribadah, melainkan juga ketika seseorang tersebut melakukan hal lain yang didorong oleh kekuatan supranaturalnya.

Konsep religiusitas versi Glock & Stark mencoba melihat keberagaman seseorang bukan hanya dari satu atau dua dimensi, akan tetapi konsep ini mencoba memperhatikan segala dimensi. Keberagaman dalam islam bukan hanya diwujudkan dalam bentuk ibadah ritual saja, tetapi juga dalam aktivitas-aktivitas lainnya. Sebagai suatu sistem yang menyeluruh, islam mendorong pemeluknya untuk beragama secara menyeluruh pula, sehingga untuk memahami islam secara utuh, kita dapat menggunakan konsep yang dirumuskan Glock & Stark, karena rumusan Glock & Stark yang membagi keberagaman menjadi lima dimensi dalam tingkat tertentu mempunyai kesesuaian dengan islam (Ancok dan Suroso, 2001:80).

Menurut pandangan islam, religius adalah menjalankan ajaran agama secara menyeluruh. Allah telah berfirman dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 208 yang artinya: "Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu kedalam Islam keseluruhan, dan janganlah kamu turut langkah-langkah syaitan. Sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu".

Michel Mayer (dalam Fuad Nashori & Rachmy, 2002:70) berpendapat bahwa religiusitas adalah seperangkat aturan dan kepercayaan yang pasti untuk membimbing manusia dalam tindakannya terhadap Tuhan, orang lain, dan diri sendiri. Religiusitas adalah seberapa

jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan ibadah dan kaidah, dan seberapa dalam penghayatan atas agama yang dianutnya. Bagi seorang muslim, religiusitas dapat diketahui dari seberapa jauh pengetahuan, keyakinan, pelaksanaan dan penghayatan atas Agama Islam (Fuad Nashori & Rachmy, 2002:71).

Anshori (dalam Ghufron & Risnawita, 2011:168) membedakan antara istilah religi dengan religiusitas. Jika agama menunjuk pada aspek-aspek formal yang berkaitan dengan aturan dan kewajiban, maka religiusitas menunjuk pada aspek religi yang telah dihayati oleh seseorang dalam hati. Pendapat tersebut sesuai dengan Dister yang mengatakan bahwa religiusitas merupakan keberagamaan karena adanya internalisasi agama kedalam diri seseorang (Ghufron & Risnawita, 2011:168).

Religiusitas mengarah pada tingkat keterikatan individu terhadap agamanya. Hal ini menunjukkan bahwa individu telah menghayati dan menginternalisasikan ajaran agamanya sehingga berpengaruh dalam segala tindakan dan pandangan hidupnya (Ghufron & Risnawita, 2011:169).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa religiusitas adalah sebuah internalisasi nilai-nilai agama kedalam diri seseorang. Internalisasi di sini dapat dilihat melalui aktivitas atau perilaku individu sehari-hari yang bersangkutan terhadap agama atau kepercayaan yang dianutnya, seperti seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan



ibadah dan kaidah, dan seberapa dalam penghayatan terhadap agama yang dianutnya.

## 2. Aspek – Aspek Religiusitas

Glock dan Stark (dalam Ghufron & Risnawita, 2011:169) mengemukakan bahwa terdapat lima aspek atau dimensi yang perlu diperhatikan untuk melihat tingkat kadar religiusitas. Aspek-aspek tersebut antara lain:

### 1. Dimensi keyakinan (the ideological dimension)

Dimensi ini berisi sebuah pengharapan di mana orang religius yang berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu dan mengakui kebenaran doktrin-doktrin tersebut. setiap agama mempertahankan seperangkat kepercayaan yang diharapkan penganutnya akan taat menjalankannya (Ancok & Suroso, 2001:77).

Dimensi keyakinan adalah tingkatan sejauh mana seseorang menerima dan mengakui hal- hal yang dogmatic dalam agamanya. Misalnya keyakinan adanya sifat- sifat Tuhan, adanya malaikat, surga, para Nabi, dan sebagainya (Ghufron & Risnawita, 2011:170).

Berdasarkan kajian islam, dimensi keyakinan sama halnya dengan dimensi akidah. Dimensi akidah ini membahas masalah keyakinan manusia terhadap rukun iman, kebenaran agama, dan masalah-masalah ghaib yang diajarkan oleh agama. Inti dari dimensi akidah adalah tauhid atau suatu tindakan yang mengesakan Allah

*Azza Wa Jalla* sebagai tuhan yang maha Esa dan penguasa segala yang ada (Fuad Nashori & Rachmy, 2002:78).

Menurut Subandi (dalam Ghufron & Risnawita, 2011:172), aspek keyakinan (ideological) sejajar dengan aspek iman. Aspek ini terkait dengan keyakinan kepada Allah, keyakinan kepada malaikat, nabi dan lain sebagainya (Ghufron & Risnawita, 2011:171).

Dimensi keyakinan ini mengarah pada apa yang dipercayai individu, hal tersebut lebih mengarah kepada rukun iman yaitu keyakinan kepada Allah, kepada malaikat, nabi atau rasul, yakin kepada kitab-kitab, hari akhir, dan percaya akan takdir yang telah ditetapkan Tuhan (Indriana, dkk, 2011: 188).

## 2. Dimensi peribadatan atau praktik agama (*ritualistic dimension*)

Dimensi ini mencakup perilaku seseorang terhadap pemujaan, ketaatan, dan hal-hal yang dilakukan oleh seseorang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya, seperti pergi ibadah ke masjid bagi kaum muslim, dan acara kebaktian di gereja bagi kaum nasrani (Ancok & Suroso, 2001: 77).

Dimensi ini adalah tingkatan sejauh mana seseorang menunaikan kewajiban- kewajiban ritual dalam agamanya. Ciri yang tampak dari religiusitas seorang muslim adalah dari perilaku ibadahnya kepada Allah Azza wajalla. Misalnya menunaikan shalat, zakat, puasa, haji, dan lain-lain (Ghufron & Risnawita, 2011:170).

Berdasarkan kajian islam, dimensi praktik agama sama dengan dimensi ibadah (Ritual). Salah satu ciri religiusitas seorang muslim adalah dari perilaku ibadahnya kepada Allah SWT. Dimensi ibadah dapat diketahui dari sejauh mana tingkat kepatuhan seseorang dalam mengerjakan kegiatan-kegiatan ibadah sebagaimana yang diperintahkan oleh agamanya. Dimensi ini berkaitan dengan frekuensi, intensitas, dan pelaksanaan ibadah seseorang. Seorang muslim meluangkan waktunya untuk beribadah kepada Allah, dengan melaksanakan sholat, membaca dzikir, berdo'a, rajin berpuasa, dan berzakat. Orang yang rajin beribadah tidak mau menyia-nyiakan waktunya kecuali dengan memperbanyak beribadah (Fuad Nashori & Rachmy, 2002: 78-79).

Menurut pendapat lain dari Subandi, bahwa aspek peribadatan ini sejajar dengan aspek islam, yang berkaitan dengan intensitas atau frekuensi pelaksanaan ajaran agama seperti shalat, puasa, dan lain sebagainya (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011:171).

Dimensi ini lebih berkaitan dengan ibadah-ibadah keagamaan, baik ibadah yang dilakukan secara pribadi maupun berkelompok, seperti sholat, membaca Al-qur'an, puasa, zakat, berdo'a, dan berdzikir (Indriana, dkk, 2011: 188).

3. Dimensi feeling atau penghayatan (*the experiential dimension*)

Dimensi ini berkaitan dengan pengalaman keagamaan, perasaan-perasaan, persepsi-persepsi, dan sensasi yang dialami oleh seseorang dalam suatu esensi ketuhanan (Ancok & Suroso, 2001: 78).

Dimensi penghayatan adalah perasaan keagamaan yang pernah dialami dan dirasakan seperti merasa dekat dengan Tuhan, tenteram saat berdoa, tersentuh mendengar ayat-ayat Al-Qur'an, merasa takut berbuat dosa, merasa senang doanya dikabulkan, dan sebagainya (Ghufron & Risnawita, 2011:171).

Berdasarkan kajian islam, dimensi penghayatan sama halnya dengan dimensi ihsan. Dimensi ihsan mencakup pengalaman dan perasaan terhadap kehadiran Tuhan dan kehidupan, ketenangan hidup, adanya perasaan takut untuk melanggar larangan Tuhan, keyakinan menerima balasan, perasaan dekat dengan Tuhan, dan adanya dorongan untuk melakukan perintah agama (Fuad Nashori & Rachmy, 2002: 80-81).

Dimensi ikhsan mencakup perasaan dekat dengan Allah, perasaan nikmat ketika melaksanakan ibadah, merasa do'a-doanya didengar Allah, tersentuh dan bergetar ketika mendengar asma-asma Allah, dan perasaan syukur atas nikmat yang dikarunikan oleh Allah SWT (Fuad Nashori & Rachmy, 2002: 81).

Dimensi ini sejajar dengan aspek ihsan, yang berkaitan dengan prasaan dan pengalaman seseorang tentang keberadaan tuhan, dan sebagainya (Ghufron & Risnawita, 2011:171).

Dimensi ini berkaitan dengan perasaan-perasaan keagamaan, seperti merasa dekat dengan Tuhan ketika berdo'a, merasa takut ketika berbuat dosa, merasa mendapatkan pertolongan tuhan, khusyuk saat beribadah, dan merasa tersentuh ketika membaca atau mendengar ayat-ayat suci (Indriana, dkk, 2011: 188).

#### 4. Dimensi pengetahuan agama (*the intellectual dimension*)

Dimensi ini mengacu pada pengetahuan dasar seseorang mengenai dasar-dasar keyakinan, rituus-ritus, kitab suci, dan tradisi-tradisi (Ancok & Suroso, 2001: 78). Dimensi ini adalah seberapa jauh seseorang mengetahui dan memahami ajaran- ajaran agamanya terutama yang ada dalam kitab suci, hadis, pengetahuan tentang fikih. (Ghufron & Risnawita, 2011:170).

Berdasarkan kajian islam, dimensi pengalaman sama dengan dimensi ilmu, karena dalam dimensi ini orang yang beragama harus mengetahui hal-hal pokok mengenai dasar-dasar keyakinan, kitab suci, dan tradisi-tradisi agamanya. Dimensi ini meliputi empat bidang, yaitu akidah, ibadah, akhlak, serta pengetahuan Al-Qur'an dan Hadits (Fuad Nashori & Rachmy, 2002: 81-82).



Dimensi pengetahuan agama dapat dikatakan sejajar dengan aspek ilmu, yang kaitannya dengan pengetahuan seseorang terhadap ajaran agamanya (Ghufron & Risnawita, 2011:171).

Dimensi pengetahuan agama lebih mengarah pada informasi dan pengetahuan seseorang terhadap agama dan kitab sucinya, seperti memahami hukum-hukum islam, memahami isi kandungan Al-qur'an dan Hadits (Indriana, dkk, 2011: 188).

5. Dimensi effect atau pengalaman (*the consequential dimension*)

Dimensi ini mengacu pada identifikasi akibat-akibat dari keyakinan keagamaan, praktik, pengalaman, dan pengetahuan seseorang terhadap agamanya (Ancok & Suroso, 2001: 78). Dimensi pengalaman adalah sejauh mana implikasi ajaran agama memengaruhi perilaku seseorang dalam kehidupan sosial. Perilaku ini lebih bersifat hubungan horisontal yakni hubungan manusia dengan sesama dan lingkungan sekitarnya, misalnya mendermakan harta untuk keagamaan dan sosial, menjenguk orang sakit, mempererat silaturahmi dan lain-lain (Ghufron & Risnawita, 2011: 170-171).

Berdasarkan kasyid islam, dimensi pengalaman sejajar dengan dimensi amal. Dimensi ini menjelaskan bahwa, jika seseorang selalu melakukan perilaku yang positif dan konstruktif kepada orang lain, dengan dimotivasi oleh agama, maka ini adalah wujud keberagamaannya. Dimensi amal berkaitan dengan kegiatan pemeluk agama untuk merealisasikan ajaran-ajaran agamanya dalam kehidupan

sehari-hari yang berlandaskan pada etika dan spiritualitas agama. Dimensi ini menyangkut hubungan manusia dengan manusia yang lain dan lingkungan sekitarnya (Fuad Nashori & Rachmy, 2002: 79-80).

Menurut Glock dan Stark, dimensi ini menunjuk pada seberapa jauh seseorang berperilaku karena dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya. Dalam religiusitas islam, manifestasi dimensi ini adalah berperilaku ramah dan baik kepada orang lain, memperjuangkan kebenaran dan keadilan, menolong sesama, disiplin dan menghargai waktu, bersungguh-sungguh dalam segala hal, bertanggung jawab, dapat dipercaya, menghindari hal-hal buruk atau yang dilarang agama, berusaha meningkatkan kualitas diri dan orang lain, mencari rizky yang halal, menjaga etika, demokratis, dan sebagainya (Fuad Nashori & Rachmy, 2002: 80).

Dimensi pengalaman sejajar dengan aspek amal, terkait tentang bagaimana perilaku seseorang dalam kehidupan bermasyarakat dan sebagainya (Ghufron & Risnawita, 2011:171).

Dimensi ini untuk melihat sejauh mana perilaku seseorang yang dimotivasi oleh ajaran agamanya dalam kehidupan, misalnya membantu fakir miskin, mendirikan tempat ibadah, menolong orang yang mengalami kesusahan menyantuni anak yatim, dan lain sebagainya (Indriana, dkk, 2011: 188).

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek dari religiusitas terdiri dari dimensi keyakinan ideologis, dimensi praktik agama, dimensi pengalaman religius, dimensi pengetahuan agama, dan dimensi pengahayatan.

## C. Kebersyukuran

### 1. Pengertian Kebersyukuran

Kebersyukuran (*Gratitude*) berasal dari bahasa latin *gratia*, yang berarti kelembutan, kebaikan hati, atau terimakasih (Emmons & McCullough, dalam Lopez, Jennifer, & Snyder, 2015: 298). Pemikiran ini berkaitan dengan kebaikan, kemurahan hati, hadiah, keindahan sebuah pemberian dan penerimaan (Pruyser, dalam Lopez, Jennifer, & Snyder, 2015: 298).

Syukur atau *gratitude* adalah sebuah perasaan terimakasih dan rasa senang atas suatu respon penerimaan hadiah, hadiah tersebut memberikan manfaat kepada seseorang atau kejadian yang memberikan kedamaian (Peterson & Seligman, 2004, dalam Ishak:3).

Sedangkan dalam kajian islam. Kata syukur berasal dari kata *Syakara* yang berarti “membuka” nikmat. Sebagai lawan dari kata *kafara* (kufur) yang artinya “menutup”. Membuka nikmat antara lain berarti menggunakannya pada tempat dan sesuai dengan yang dikehendaki oleh pemberinya, juga menyebut nikmat dan pemberinya dengan lidah (Quraish Shihab, 2007: 287).

Syukur menurut Al-Ghazali (Shohibah, 2013: 8) merupakan sebuah konsep yang aktif, yang dilakukan secara total, melalui lisan, hati, dan anggota badan. Syukur tidak hanya di mulut saja akan tetapi dapat memberikan kesan yang mendalam dalam diri manusia.

Syukur adalah sebuah bentuk emosi atau perasaan yang kemudian berkembang menjadi suatu sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian, dan akhirnya mempengaruhi seseorang untuk menanggapi atau bereaksi terhadap sesuatu dan situasi yang terjadi (McCulloch & Emmons, 2003:1).

Menurut pendapat lain dari Emmons (2007:11), syukur merupakan sifat atau kondisi berterima kasih, apresiasi sebuah kecenderungan atau kehendak hati untuk membalas kebaikan. Syukur menjadikan kecenderungan untuk menghargai dan menikmati setiap kejadian dan pengalaman sehari-hari. Bersyukur dapat mengubah seseorang menjadi lebih baik, bijaksana, dan menciptakan keharmonisan antara dirinya dengan lingkungan.

Menurut McCulloch, dkk (2004:1), kebersyukuran adalah pengalaman seseorang ketika menerima sesuatu yang berharga, dan merupakan ungkapan perasaan seseorang yang menerima perlakuan baik dari orang lain.

Kebersyukuran merupakan konstruksi kognitif, emosi, dan perilaku (Emmons, 2007:13). Kebersyukuran sebagai konstruksi kognitif ditunjukkan dengan mengakui kemurahan dan kebaikan hati atas berkah

yang telah diterima dan fokus terhadap hal yang positif dalam diri. Sebagai konstruksi emosi, kebersyukuran ditandai dengan kemampuan mengubah respon emosi terhadap suatu peristiwa sehingga lebih bermakna (Rosenberg dalam McCullough, Tsang, & Emmons, 2004:1). Emosi syukur melibatkan rasa takjub, terimakasih, penghargaan dan kebahagiaan atas anugerah dari kehidupan yang dijalani. Kebersyukuran sebagai konstruksi perilaku yaitu melakukan tindakan balasan kepada orang lain atas manfaat dan anugerah yang telah diterima.

Berdasarkan beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa, dalam islam syukur yang sebenarnya adalah mengungkapkan pujian kepada Allah dengan lisan, mengakui dengan hati akan nikmat Allah, dan mempergunakan nikmat itu sesuai dengan kehendak Allah SWT. Sedangkan menurut konsep barat, kebersyukuran merupakan konstruksi kognitif, emosi, dan perilaku. Karena syukur bukan sebatas kesadaran, ucapan dan perasaan berterima kasih saja, akan tetapi syukur juga mampu mendorong seseorang untuk berbuat baik kepada orang lain. kebersyukuran merupakan sebuah bentuk emosi atau perasaan yang berkembang menjadi suatu sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian dan akhirnya akan mempengaruhi reaksi seseorang terhadap sesuatu atau situasi dan bahkan mendorong dan memotivasi seseorang untuk berbuat baik.



## 2. Aspek-Aspek Kebersyukuran

Menurut McCullough, dkk (2004: 302) terdapat empat aspek bersyukur yang menyebabkan beberapa pengalaman emosional tersendiri yaitu:

### 1. *Intensity*

Orang-orang yang bersyukur cenderung untuk merasakan rasa syukur yang lebih kuat untuk sebuah peristiwa positif daripada orang-orang yang rasa syukurnya rendah, misalnya bersyukur atas kesehatan, diberi kehidupan yang layak, dan bersyukur karena mampu membantu orang lain yang membutuhkan.

Berdasarkan konsep islam, aspek ini sejajar dengan aspek syukur dengan hati, yaitu kepuasan batin terhadap anugerah yang didapatkan. Syukur dengan hati dilakukan dengan penuh kesadaran bahwa nikmat yang diperoleh semata-mata karena anugerah dan kemurahan Ilahi. Syukur dengan hati mengantarkan manusia untuk menerima anugerah dengan penuh kerelaan tanpa menggerutu dan keberatan (Quraish Shihab, 2007: 288).

### 2. *Frequency*

Orang-orang yang bersyukur merasakan perasaan syukur di sepanjang waktu selama satu hari dan untuk kebaikan atau tindakan

kesopanan. Seseorang yang memiliki kecenderungan bersyukur akan merasakan banyak perasaan syukur setiap harinya.

Aspek ini sejajar dengan aspek ilmu menurut Imam Al-Ghazali (2009: 396), yaitu pengetahuan tentang nikmat dan pemberinya, serta meyakini bahwa semua nikmat berasal dari Allah SWT dan yang lain hanya sebagai perantara untuk sampainya nikmat, sehingga akan selalu memuji Allah SWT.

### 3. *Span*

Orang-orang yang bersyukur adalah orang-orang yang bersyukur di berbagai keadaan (sekitar) dalam kehidupan (seperti keluarga, sahabat, guru, dan kesehatan) atas banyak waktu yang telah diberikan. Dari peristiwa-peristiwa kehidupan bisa membuat seseorang merasa bersyukur, misalnya bersyukur atas keluarga, pekerjaan, kesehatan, dll.

Aspek ini sejajar dengan aspek hal atau keadaan yaitu seseorang yang senantiasa merasa senang dan mencintai yang memberi nikmat, dalam bentuk ketundukan dan kepatuhan. Mensyukuri nikmat bukan hanya dengan menyenangi nikmat tersebut melainkan juga mencintai yang memberi nikmat yaitu Allah SWT (Al-Ghazali, 2009: 396).

#### 4. Density

Orang-orang yang bersyukur merasakan syukur untuk banyak orang atas suatu akibat positif, seperti merasa berterimakasih kepada orang atas kebaikan yang telah diberikan.

Aspek ini selaras dengan aspek amal perbuatan, yaitu berkaitan dengan hati, lisan, dan anggota badan yaitu hati yang berkeinginan untuk melakukan kebaikan, lisan yang menampakkan rasa syukur dengan pujian kepada Allah dan anggota badan yang menggunkan nikmat-nikmat Allah SWT dengan melaksanakan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya (Al-Ghazali, 2009: 396).

Berdasarkan konsep islam, aspek ini selaras dengan aspek syukur dengan lidah dan perbuatan, yaitu. mengakui dengan ucapan bahwa sumber nikmat adalah Allah sambil memuji-Nya dan memanfaatkan anugerah yang diperoleh sesuai dengan tujuan penganugerahannya (Quraish Shihab, 2007: 288).

Imam Al-Ghazali (2009:396) menjelaskan bahwa syukur tersusun atas tiga perkara, sebagai berikut:

##### a. Ilmu,

Yaitu pengetahuan tentang nikmat dan pemberinya, serta meyakini bahwa semua nikmat berasal dari Allah SWT dan yang lain hanya sebagai perantara untuk sampainya nikmat, sehingga akan

selalu memuji Allah SWT. Sedangkan gerak lidah hanya sebagai tanda keyakinan. Hal ini sama dengan konstruksi kognitif.

b. Hal (keadaan)

Yaitu karena pengetahuan dan keyakinan tadi melahirkan jiwa yang tentram. Membuatnya senantiasa merasa senang dan mencintai yang memberi nikmat, dalam bentuk ketundukan dan kepatuhan. Mensyukuri nikmat bukan hanya dengan menyenangi nikmat tersebut melainkan juga mencintai yang memberi nikmat yaitu Allah AWT. Hal ini sama dengan konstruksi emosi.

c. Amal Perbuatan,

Ini berkaitan dengan hati, lisan, dan anggota badan yaitu hati yang berkeinginan untuk melakukan kebaikan, lisan yang menampakkan rasa syukur dengan pujian kepada Allah dan anggota badan yang menggunkan nikmat-nikmat Allah SWT dengan melaksanakan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya. Hal ini sama dengan konstruksi perilaku.

Menurut pendapat lain dari Quraish Shihab (2007: 288) syukur mencakup tiga sisi, yaitu:

1. Syukur dengan hati

Yaitu kepuasan batin dengan anugerah. Syukur dengan hati dilakukan dengan penuh kesadaran bahwa nikmat yang diperoleh semata-mata karena anugerah dan kemurahan Ilahi. Syukur dengan

hati mengantarkan manusia untuk menerima anugerah dengan penuh kerelaan tanpa menggerutu dan keberatan.

## 2. Syukur dengan lidah

Yaitu mengakui anugerah dan memuji pemberinya. Syukur dengan lidah adalah mengakui dengan ucapan bahwa sumber nikmat adalah Allah sambil memuji-Nya.

## 3. Syukurdengan perbuatan

Yaitu memaanfaatkan anugerah yang diperoleh sesuai dengan tujuan penganugerahannya.

Berbagai aspek dari kebersyukuran telah dijelaskan diatas, namun dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan aspek kebersyukuran yang dikemukakan oleh McCullough, karena aspek-aspek ini dirasa berhubungan dan seimbang dengan variabel lain dalam penelitian.

### **D. Hubungan antara Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia**

Lanjut usia (lansia) adalah tahap terakhir dalam perkembangan manusia. Tahap ini disebut tahap akhir karena telah berhentinya sistem perkembangan manusia. Pada masa ini, seseorang akan mengalami perubahan, baik secara fisik, maupun psikologisnya. Contoh perubahan yang akan dialami pada masa ini adalah, tumbuhnya uban, kulit mulai keriput, menurunnya kemampuan



seseorang dalam mempertahankan keseimbangan tubuh, kesehatan, maupun kondisi stress fisiologis mereka.

Pada masa ini, lansia merasa bahwa kemampuan dirinya mulai menurun dan merasa bahwa mereka sudah tidak dibutuhkan lagi, dan adanya ketidakikhlasan menerima kenyataan baru, misalnya penyakit yang tidak kunjung sembuh, kematian pada pasangan, atau hidup sendiri tanpa dirawat oleh keluarganya. Masa ini adalah masa dimana para lansia melakukan penyesuaian diri atas berkurangnya kekuatan dan kesehatan, menatap kembali kehidupan, masa pensiun dan penyesuaian diri dengan peran-peran sosial (Santrock, 2010).

Lanjut usia (lansia) memiliki kebutuhan untuk mendapatkan rasa nyaman. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi maka akan memunculkan masalah-masalah yang terjadi dalam kehidupan mereka, hal ini dapat berpengaruh pada kondisi kesejahteraan, kepuasan, dan kebahagiaan pada orang yang lanjut usia tersebut. Kondisi sejahtera sangat dibutuhkan oleh orang lanjut usia dalam menjalani kehidupan mereka, baik itu kesejahteraan secara sosial maupun kesejahteraan psikologisnya.

Kesejahteraan psikologis sangat penting dimiliki oleh lanjut usia terutama dalam menghadapi tugas-tugas perkembangannya, karena hal tersebut dapat berdampak baik bagi kesehatan mental dan fisiknya (Ishak: 2). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Vasquez Dkk (2009:1) yang berjudul *Psychological Well-Being and Health Contribution of Positive*

*Psychology* menemukan hasil bahwa *well-being* memiliki implikasi pada kesehatan fisik.

Salah satu variabel yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis adalah religiusitas. Santrock (2012:259) mengatakan bahwa faktor-faktor psikologis dan religiusitas seperti makna pribadi, optimisme, pentingnya agama, dan pencarian dukungan religius berkaitan dengan kesejahteraan psikologis dari orang-orang lanjut usia.

Religiusitas merupakan salah satu cara bagi lansia untuk mengatasi masalah-masalah psikologis dalam kehidupannya, yaitu dengan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Selain itu, religiusitas dapat memenuhi beberapa kebutuhan psikologis penting pada lansia dalam menghadapi kematian, menemukan dan mempertahankan perasaan berharga akan pentingnya kehidupan, dan menerima kekurangan dimasa tua (Mardiah, 2011: 20).

Manfaat religiusitas secara psikologis bagi lansia adalah memberikan keyakinan dan pikiran positif. Lansia mampu menentukan keputusan yang tepat bagi dirinya, mengontrol perilakunya, mampu memilih hal-hal baik untuk dilakukan, dan mengarahkan kepada hal yang lebih positif. Seseorang yang percaya pada Tuhan dapat mengurangi tingkat keputusasaan, depresi, stress, kecemasan, serta meningkatkan kebahagiaan, kepuasan, dan kesejahteraan dalam dirinya tua (Mardiah, 2011: 21).

Penelitian yang dilakukan oleh rajawane menjelaskan bahwa, lansia yang memiliki religiusitas yang tinggi akan mendapatkan kesejahteraan psikologis

yang tinggi dan sebaliknya jika lansia tersebut memiliki religiusitas yang rendah maka kesejahteraan yang dimiliki juga rendah (Rajawane, 2011:3). Hal ini didukung dengan penelitian yang berjudul *Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia Muslim*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia. Seumbangan efektif variabel religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis lansia sebesar 70,3% sehingga masih ada 29,7% variabel lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis (Lintang, 2013:5).

Penelitian lain yang berjudul *Hubungan Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lanjut Usia* menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis seseorang, nilai koefisien korelasi antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis sebesar 0,694 dengan nilai  $p=0,000$ . Dari bukti penelitian diatas, dapat dikatakan bahwa religiusitas memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologis seseorang (Rajawane, 2011:3).

Penelitian yang berjudul *Kesejahteraan Lansia Dan Beberapa Faktor Yang Mempengaruhi Di Desa Dangin Puri Kauh*, juga menunjukkan hasil bahwa Religiusitas, Ekonomi, dan Kesehatan memiliki pengaruh signifikan secara simultan dan parsial terhadap Kesejahteraan lansia pada Desa Dangin Puri Kauh. Hal ini berarti semakin tinggi Religiusitas, Ekonomi, dan Kesehatan yang dimiliki lansia, maka Kesejahteraan lansia mengalami peningkatan (Tanaya & Yasa: 8).

Selain religiusitas, variabel yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis adalah *Gratitude* atau kebersyukuran. Jika lanjut usia memiliki rasa syukur dengan mudah hati menerima perubahan dalam hidupnya maka mereka akan merasakan kebahagiaan (Ishak:3). Hal ini dibuktikan dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh McCullough & Emmons (2003) yang berjudul *Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life*, menunjukkan hasil bahwa pada individu yang memiliki tingkatan syukur yang tinggi, akan memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi pula karena dia memiliki afeksi positif, sehingga ada kecenderungan untuk lebih puas dan optimis jika dibandingkan dengan individu yang memiliki skor syukur rendah.

Hal tersebut juga didukung oleh hasil penelitian yang berjudul *Faktor-faktor Psikologis yang Mempengaruhi Kebahagiaan pada Lanjut Usia Suku Jawa di Klaten*. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat 14 faktor yang mempengaruhi kesejahteraan dan kebahagiaan lansia, yaitu usia, agama, buda, bersyukur, aktivitas fisik, hubungan sosial, memaafkan, kualitas hidup, silaturahmi, sehat, dan menikah (Diponegoro & Mulyono, 2015:1).

Penelitian lain yang berjudul *Hubungan Antara Rasa Syukur dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lanjut Usia* menunjukkan hasil bahwa variabel rasa syukur memberikan sumbangan efektif sebesar 39,31 % pada kesejahteraan psikologis lansia, sedangkan sisanya 60,69 % dimiliki oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai korelasi antara variabel rasa syukur dan variabel

kesejahteraan psikologis sebesar 0,627 dan  $\rho$  sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara variabel rasa syukur dan variabel kesejahteraan psikologis (Ishak: 1-12).

Berdasarkan uraian diatas, dapat dikatakan bahwa religiusitas dan kebersyukuran memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis seseorang.

#### **E. Hipotesis**

Hipotesis adalah pernyataan sementara tentang hubungan yang diharapkan antara dua variable atau lebih. Hipotesis yang ditegakkan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan antara Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lansia. Semakin tinggi Religiusitas pada Lansia, maka akan semakin tinggi pula Kesejahteraan Psikologisnya.
2. Terdapat hubungan antara Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lansia. Semakin tinggi Kebersyukuran pada Lansia, maka akan semakin tinggi pula Kesejahteraan Psikologisnya.



### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

Sebuah penelitian harus menggunakan metode yang tepat, agar hasil sebuah penelitian tersebut dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya. Maka metode penelitian adalah suatu faktor yang penting dan harus diperhatikan dalam sebuah penelitian.

#### **A. Rancangan Penelitian**

Penelitian tentang “Hubungan Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia” di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kapanjen, Kabupaten Malang. peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian kuantitatif karena analisis datanya menggunakan data-data numerikal yang kemudian diolah dengan menggunakan metode statistik (Azwar, 2009). Penelitian kuantitatif lebih banyak menggunakan data berupa angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran data, hingga pada pembahasan hasil akhirnya.

Penelitian ini dirancang menggunakan rancangan deskriptif dan korelasional, sehingga dalam penelitian deskriptif digunakan untuk menjelaskan “Hubungan Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia” di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kapanjen, Kabupaten Malang. Penelitian korelasinya digunakan untuk membuktikan adakah “Hubungan Religiusitas dan

Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia” di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen, Kabupaten Malang.

## **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2011), variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat, nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi perubahan atau timbulnya variabel terikat, sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.

Peneliti mengambil judul “Hubungan Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia” di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen, Kabupaten Malang. Susunan dalam penelitian ini adalah variabel satu berpengaruh terhadap variabel lainnya, jadi dalam penelitian ini adapun variabel yang akan diteliti, yaitu:

### **1. Variabel (X1)**

Variabel independen, yaitu variabel yang menjadi penyebab terjadinya perubahan atau yang memberikan pengaruh terhadap variabel terikat. Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas (X1) adalah Religiusitas.

## 2. Variabel (X2)

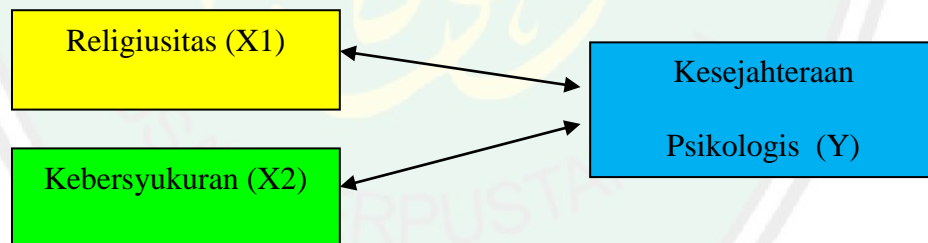
Variabel bebas lain yang nantinya akan mempengaruhi variabel terikat dalam penelitian ini yaitu Kebersyukuran (X2)

## 3. Variabel (Y)

Variabel dependen, yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen atau variabel bebas. Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah Kesejahteraan Psikologis Lansia.

Variabel terikat (*dependent variable*) dalam penelitian ini adalah Kesejahteraan Psikologis Lansia (Y). Variabel Bebas (*independent variable*), dalam penelitian ini adalah Religiusitas (X1) dan Kebersyukuran (X2).

**Gambar 3.1**  
**Skema Hubungan Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis**



## C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

### 1. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) adalah suatu keadaan nyaman, damai, tenang, bahagia, dan dapat menerima keadaan dirinya baik masa sekarang maupun masa lalu yang dilaluinya dengan sikap yang positif. Terdapat enam aspek kesejahteraan psikologis yaitu:

*Self Acceptance* (penerimaan diri), *Positive Relations with Others* (hubungan positif dengan orang lain), *Autonomy* (mandiri), *Environmental Mastery* (penguasaan lingkungan), *Purpose in Life* (tujuan hidup), dan *Personal Growth* (pertumbuhan personal).

## 2. Religiusitas

Religiusitas adalah sebuah internalisasi nilai-nilai agama kedalam diri seseorang. Internalisasi di sini dapat dilihat melalui aktivitas atau perilaku individu sehari-hari yang bersangkutan terhadap agama atau kepercayaan yang dianutnya, seperti seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan ibadah dan kaidah, dan seberapa dalam penghayatan terhadap agama yang dianutnya. Terdapat beberapa aspek dari religiusitas yaitu, dimensi keyakinan, dimensi peribadatan atau praktik agama, dimensi feeling atau penghayatan, dimensi pengetahuan agama, dan dimensi *effect* atau pengalaman.

## 3. Kebersyukuran

Kebersyukuran merupakan sebuah konstruksi kognitif yaitu mengakui kemurahan dan kebaikan orang lain, sebagai konstruksi emosi yaitu ungkapan perasaan seseorang yang menerima kebaikan dari orang lain, dan konstruksi perilaku yaitu melakukan tindakan balasan kepada orang yang memberi kebaikan. Aspek kebersyukuran yaitu: *Intesity*, *Frequency*, *Span*, dan *Density*.

## **D. Subjek Penelitian**

### **1. Populasi Penelitian**

Populasi adalah keseluruhan dari subjek penelitian. Apabila seseorang meneliti semua subjek yang berada dalam wilayah penelitian, maka penelitian tersebut merupakan penelitian populasi (Arikunto, 2006: 130).

Penelitian populasi dilakukan apabila peneliti ingin mengetahui semua lika-liku yang ada di dalam populasi. Oleh karena itu subjek penelitiannya merupakan keseluruhan yang terdapat dalam populasi. Penelitian populasi hanya dapat dilakukan bagi populasi yang subjeknya tidak terlalu banyak (Arikunto, 2006: 131).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kapanjen, Kabupaten Malang yang berjumlah 21 orang perempuan. Oleh karena itu, semua populasi yang ada di Pondok Pesantren tersebut dijadikan sebagai subjek penelitian.

### **2. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Jl. KH. Moh. Sa'id, Sukoharjo, Kecamatan Kapanjen, Kabupaten Malang, Jawa Timur.



## **E. Teknik Pengumpulan Data**

Metode penelitian merupakan sebuah cara yang digunakan untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian (Arikunto, 2006:149). Apabila ingin mendapatkan data yang dibutuhkan dengan baik, maka harus menetapkan dan memilih cara pengumpulan dan dengan sebaik dan setepat mungkin agar data yang diperoleh mendapatkan hasil yang baik.

Pemilihan cara pengumpulan data tidak sembarangan, harus dapat melihat kebutuhan yang ada dan juga memperhatikan keadaan subjek, tempat penelitian dan semua faktor nantinya. Hal ini digunakan agar dapat mendapatkan data yang diinginkan dengan mudah tanpa ada hambatan, mendapatkan data yang senatural mungkin sesuai dengan apa adanya dan menangkap realita yang terjadi.

Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

### **1. Observasi**

Observasi yaitu metode pengumpulan data dimana peneliti mencatat informasi yang telah didapat. Penyaksian peristiwa-peristiwa yang ada bisa dengan melihat, mendengarkan, merasakan, yang kemudian dicatat seobyektif mungkin sesuai dengan hasil lapangan yang didapatkan.

Metode ini digunakan untuk melihat aktivitas dan keadaan para lansia yang tinggal di pondok pesantren PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang. Serta untuk lebih memperkuat data hasil dari skala yang telah diisi oleh responden. Agar hasil penelitian semakin valid dan reliabel.

## 2. Wawancara

Interview atau wawancara merupakan salah satu metode pengumpulan data dengan cara berdialog dengan responden yang akan kita teliti. Interview ini digunakan untuk menilai keadaan seseorang, latar belakang kehidupan, maupun sikap dari responden.

Metode ini digunakan untuk mendapatkan gambaran atau informasi tentang lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang, Kecamatan Kepanjen, Kabupaten Malang.

## 3. Skala

Skala adalah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden. Skala merupakan metode pengumpulan data utama yang digunakan untuk mencari data utama di lapangan. Alasan digunakannya skala dalam memperoleh data penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Subyek adalah orang yang paling mengetahui dirinya sendiri
- b. Apa yang dinyatakan oleh subyek adalah benar
- c. Interpretasi subyek tentang pernyataan yang diajukan sama dengan yang dimaksudkan oleh peneliti.

Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala tertutup, dimana sakala tersebut sudah disediakan jawabannya, responden hanya tinggal memilih jawaban yang menurutnya tepat dengan dirinya.

Pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menggunakan tiga skala, yaitu skala Kesejahteraan Psikologis, skala Religiusitas, dan Kebersyukuran. Ketiga skala penelitian menggunakan model Likert yang telah dimodifikasi menjadi empat kategori jawaban yaitu: sangat tidak sesuai (1), tidak sesuai (2), sesuai (3), dan sangat sesuai (4).

Untuk penghitungan skor dari setiap jawaban pada pernyataan favorable adalah: sangat tidak sesuai (1)= 0, tidak sesuai (2)= 1, sesuai (3)= 2, sangat sesuai (4)= 3. Sementara pada pernyataan unfavorable adalah: sangat tidak sesuai (1)= 3, tidak sesuai (2)= 2, sesuai (3)= 1, sangat sesuai (4)= 0.

**Tabel 3.1**  
**Penilaian Model Skala Linkert**

No.	Favorable	Skor	Unfavorable	Skor
1.	Sangat tidak Sesuai ( 1 )	0	Sangat tidak Sesuai ( 1 )	3
2.	Tidak Sesuai ( 2 )	1	Tidak Sesuai ( 2 )	2
3.	Sesuai ( 4 )	2	Sesuai ( 4 )	1
4.	Sangat sesuai ( 5 )	3	Sangat sesuai ( 5 )	0

Alasan peneliti menggunakan empat alternatif jawaban adalah untuk melihat kecenderungan kearah sesuai atau tidak sesuai dan untuk menghindari adanya kecenderungan responden untuk menjawab netral, karena jika disediakan kategori jawaban di tengah maka akan mengurangi banyaknya informasi yang didapat. Alternatif jawaban di tengah mempunyai arti ganda atau bisa diartikan netral (tanpa pilihan).

Menurut Singarimbun (1991) pilihan N (netral) ditiadakan berdasarkan alasan sebagai berikut:

1. Memiliki arti ganda (dianggap belum memberikan jawaban).
2. Jawaban ragu-ragu menyebabkan adanya *central tendency effect* yaitu kecenderungan menjawab yang ada ditengah-tengah saja.
3. Tidak tersedianya jawaban netral, secara tidak langsung subyek akan memberikan jawaban yang pasti ke arah sesuai dan tidak sesuai.

#### **F. Instrumen Pengumpulan Data**

Penelitian ini akan menggunakan 3 skala yang berbeda, yaitu skala religiusitas, skala kebersyukuran, dan skala kesejahteraan psikologis. Berikut rincian aspek-aspek dari ketiga skala tersebut:

##### **1. Skala Religiusitas**

Instrumen penelitian dari religiusitas menggunakan skala religiusitas menurut Glock dan Stark yang meliputi 5 dimensi, yaitu dimensi keyakinan, dimensi peribadatan atau praktik agama, dimensi penghayatan, dimensi pengetahuan agama, dan dimensi pengalaman.

##### **2. Skala Kebersyukuran**

Instrumen penelitian dari kebersyukuran menggunakan skala kebersyukuran berdasarkan 3 aspek yang dikemukakan oleh McCulloch, yaitu *intensity*, *frequency*, *span*, dan *density*.

### 3. Skala Kesejahteraan Psikologis

Instrumen penelitian kesejahteraan psikologis menggunakan skala kesejahteraan psikologis, instrumen ini meliputi 6 dimensi yang dikemukakan oleh Ryff, yaitu penerimaan diri, relasi positif dengan orang lain, autonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan personal (pribadi).

#### G. Blueprint

Terdapat 3 alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian, yaitu skala Religiusitas, skala Kebersyukuran, dan skala Kesejahteraan Berikut adalah rincian dari ketiga skala tersebut:

**Tabel 3.2**  
**Blueprint Skala Religiusitas**

Konstrak	Aspek	Indikator	No. Aitem		Total
			Favorable	Unfavorable	
Religiusitas	Keyakinan	Percaya kepada Allah	1	-	7
		Percaya kepada malaikat	2	-	
		Percaya kepada Nabi/Rasul	4	3	
		Percaya kepada kitab Allah	5	-	
		Percaya kepada hari akhir	-	6	
		Percaya kepada qadha dan qadar	7	-	
		Percaya kepada takdir	8	-	
	Peribadatan	Menunaikan sholat	8,9	-	7
		Membaca Al Quran	10	-	
		Menunaikan puasa di bulan Ramadhan	11, 12	-	
		Melaksanakan zakat	13	-	
		Membaca dzikir	14	-	
	Penghayatan	Khusuk dalam berdoa dan berdzikir	15,16	-	6
		Khusuk dalam shalat	17	18	
tersentuh mendengar ayat kitab suci		19	20		
Pengetahuan agama	Pengetahuan tentang pokok-pokok ajaran yang harus di imani	21	22	6	
	pengetahuan AL Quran dan al- Hadis.	23	24		
	Pengetahuan tentang hukum-hukum Islam	25, 26	-		
Pengalaman	Akhlah yang terpuji/ mulia	27,28,29,30	31,32	6	
<b>TOTAL</b>					<b>32</b>



**Tabel 3.3**  
**Blueprint Skala Kebersyukuran**

Konstrak	Aspek	Indikator	Noitem,		Total
			Favorable	Unfavorable	
Kebersyukuran	Intensity (seberapa dalam)	syukur yang lebih kuat untuk sebuah peristiwa positif	1,2,3,4,6,7	5,8	8
	Frequency (seberapa sering)	Rasa syukur di sepanjang waktu,	9,10,11,12	13	5
		Rasa syukur atas kebaikan dan kesopanan	15,16,17,18	14	5
	Span	Syukur di berbagai keadaan	19,20,21,23	22,24	6
		Syukur atas berbagai peristiwa kehidupan	25,26,28, 27	-	4
	Density	Syukur untuk banyak orang atau selain orang (benda, tuhan, dll) atas akibat positif	29,30,31,32,35, 36	33,34	8
	<b>TOTAL</b>				

**Tabel 3.4**  
**Blueprint Skala Kesejahteraan Psikologis**

Konstrak	Aspek	Indikator	Nomor item		Total
			Favorable	Unfavorable	
Kesejahteraan Psikologis Lansia	<i>Self Acceptance</i>	Sikap positif pada diri	1,2,	-	4
		Memandang positif masalah	3	4	
	<i>Positive Relations with Others</i>	Hubungan hangat dengan orang lain	5	6	5
		Empati	7	-	
		Memiliki kepercayaan terhadap orang lain	8,9	-	
	<i>Autonomy</i>	Mandiri	10	-	5
		Teguh dalam pendirian	-	11	
		Motivasi dari dalam diri	12	-	
		Mempertahankan diri dari pengaruh luar	13	-	
		Mengevaluasi diri	14	-	
	<i>Environmental Mastery</i>	Mengatur lingkungan	15	-	5
		Mengatur aktivitas luar	-	16,17,18	
		menciptakan konteks yang cocok dengan kebutuhan dan nilai personal	-	19	
	<i>Purpose in Life</i>	Memiliki tujuan hidup	20, 21	22	5
		Memiliki keyakinan dalam hidup	23	-	
		Memiliki pilihan	24	-	
	<i>Personal Growth</i>	Keinginan mengembangkan diri	26	25	5
		Terbuka dengan pengalaman baru	27	-	
		Memperbaiki diri dan tingkah laku	28	29	
<b>TOTAL</b>					<b>29</b>

## H. Metode Analisis Data

Untuk mengetahui apakah alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini dapat mengukur apa yang akan diukur, dan dapat dipercaya konsistensinya, maka akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap alat ukur tersebut.

### 1. Uji Validitas

Sebelum alat ukur ini digunakan dalam penelitian di lapangan, terlebih dahulu peneliti melakukan pengujian terhadap alat ukur yang akan digunakan. Pengujian validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan rasio validitas isi yang dikemukakan oleh Lawshe. Rasio validitas isi atau CVR (*Content Validity Ratio*) dirumuskan oleh Lawshe (dalam Azwar, 2012:114). Statistik ini mencerminkan tingkat validitas isi aitem-aitem berdasarkan data empirik. Dalam pendekatannya, sebuah panel yang terdiri dari para ahli yang disebut *Subject Matter Expert* (SME) diminta untuk menyatakan apakah aitem dalam tes sifatnya esensial bagi operasionalisasi konstruk teoritik tes yang bersangkutan (Azwar, 2012:114).

Alat ukur atau instrumen penelitian ini dinilai oleh 8 SME (*Subject Matter Experts*) dosen Psikologi UIN MALIKI Malang. Para ahli diminta penilaian dan pendapatnya tentang instrumen penelitian ini yang dilakukan untuk melihat kesesuaian antara aitem-aitem pernyataan baik dari segi *content* maupun redaksional setiap aitem. Selanjutnya hasil dari

pertimbangan uji ahli tersebut dijadikan landasan dalam penyempurnaan instrumen yang disusun oleh peneliti.

Hasil dari pengujian tersebut dianalisis menggunakan metode uji rasio baliditas isi (CVR). Para SME diminta menilai apakah suatu aitem esensial dalam tiga tingkatan esensialitas yaitu ‘sesuai’, ‘berguna’, dan ‘tidak sesuai’.

Berikut adalah rumus dari CVR (*content Validity Ratio*) dalam Azwar (2012:114):

$$CVR = (2ne / n) - 1$$

Keterangan:

ne = banyaknya SME yang menilai suatu aitem “esensial/sesuai”

n = banyaknya SME yang melakukan penilaian

Angka CVR bergerak antara -1.00 sampai dengan +1.00. apabila CVR >0,00 berarti bahwa 50% lebih dari SME dalam panel menyatakan aitem adalah esensial. Semakin besar nilai CVR maka semakin esensial dan semakin tinggi validitas isinya, atau dapat dikatakan bahwa aitem tersebut benar-benar relevan dan merupakan representasi dari konstruk yang sesuai dengan tujuan pengukuran (Azwar, 2012: 111). Apabila SME berjumlah 8 orang, dan terdapat 5 SME menyatakan aitem tersebut esensial, maka aitem tersebut dinyatakan memiliki validitas isi yang baik (Azwar, 2012:115).

Berdasarkan hasil penghitungan CVR yang telah dilakukan terhadap ketiga instrumen tersebut, maka hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:



**Tabel 3.5**  
**CVR Skala Kesejahteraan Psikologis**

No. aitem	Ne	n	Nilai CVR	Keterangan
1	8	8	1	Esensial
2	7	8	0,75	Esensial
3	7	8	0,75	Esensial
4	7	8	0,75	Esensial
5	8	8	1	Esensial
6	7	8	0,75	Esensial
7	8	8	1	Esensial
8	8	8	1	Esensial
9	7	8	0,75	Esensial
10	8	8	1	Esensial
11	8	8	1	Esensial
12	5	8	0,25	Esensial
13	8	8	1	Esensial
14	8	8	1	Esensial
15	7	8	0,75	Esensial
16	5	8	0,25	Esensial
17	7	8	0,75	Esensial
18	8	8	1	Esensial
19	6	8	0,5	Esensial
20	7	8	0,75	Esensial
21	7	8	0,75	Esensial
22	7	8	0,75	Esensial
23	7	8	0,75	Esensial
24	7	8	0,75	Esensial
25	5	8	0,25	Esensial
26	8	8	1	Esensial
27	8	8	1	Esensial
28	8	8	1	Esensial
29	6	8	0,5	Esensial



**Tabel 3.6**  
**CVR Skala Religiusitas**

No. Aitem	Ne	N	Nilai CVR	Keterangan
1	7	8	0,75	Esensial
2	7	8	0,75	Esensial
3	8	8	1	Esensial
4	7	8	0,75	Esensial
5	7	8	0,75	Esensial
6	8	8	1	Esensial
7	8	8	1	Esensial
8	8	8	1	Esensial
9	8	8	1	Esensial
10	8	8	1	Esensial
11	7	8	0,75	Esensial
12	7	8	0,75	Esensial
13	8	8	1	Esensial
14	8	8	1	Esensial
15	7	8	0,75	Esensial
16	7	8	0,75	Esensial
17	8	8	1	Esensial
18	8	8	1	Esensial
19	8	8	1	Esensial
20	8	8	1	Esensial
21	6	8	0,5	Esensial
22	8	8	1	Esensial
23	7	8	0,75	Esensial
24	7	8	0,75	Esensial
25	7	8	0,75	Esensial
26	7	8	0,75	Esensial
27	8	8	1	Esensial
28	8	8	1	Esensial
29	6	8	0,5	Esensial
30	8	8	1	Esensial
31	6	8	0,5	Esensial
32	7	8	0,75	Esensial

**Tabel 3.7**  
**CVR Skala Kebersyukuran**

No. Aitem	Ne	N	Nilai CVR	Keterangan
1	8	8	1	Esensial
2	8	8	1	Esensial
3	7	8	0,75	Esensial
4	7	8	0,75	Esensial
5	7	8	0,75	Esensial
6	7	8	0,75	Esensial
7	8	8	1	Esensial
8	6	8	0,5	Esensial
9	7	8	0,75	Esensial
10	7	8	0,75	Esensial
11	6	8	0,5	Esensial
12	8	8	1	Esensial
13	7	8	0,75	Esensial
14	7	8	0,75	Esensial
15	8	8	1	Esensial
16	6	8	0,5	Esensial
17	6	8	0,5	Esensial
18	8	8	1	Esensial
19	7	8	0,75	Esensial
20	8	8	1	Esensial
21	8	8	1	Esensial
22	8	8	1	Esensial
23	8	8	1	Esensial
24	8	8	1	Esensial
25	7	8	0,75	Esensial
26	8	8	1	Esensial
27	8	8	1	Esensial
28	8	8	1	Esensial
29	7	8	0,75	Esensial
30	8	8	1	Esensial
31	8	8	1	Esensial
32	8	8	1	Esensial
33	7	8	0,75	Esensial
34	7	8	0,75	Esensial
35	8	8	1	Esensial
36	7	8	0,75	Esensial

Berdasarkan hasil tabel diatas dapat disimpulkan bahwa berdasarkan pengujian CVR yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 8 SME. Hasil yang didapatkan adalah tidak terdapat aitem yang gugur atau tereliminasi dari ketiga alat ukur yang telah dibuat oleh peneliti, karena hasil penghitungan CVR menunjukkan nilai  $>0.00$  sehingga dapat dikatakan bahwa aitem-aitem tersebut esensial, memiliki validitas yang tinggi dan layak untuk dijadikan sebuah instrumen penelitian. Akan tetapi berdasarkan saran dari para SME, agar aitem-aitem tersebut lebih spesifik, maka perlu adanya penyederhanaan kalimat.

Peneliti melakukan penghitungan dengan menggunakan bantuan komputer program *Microsoft Office Excel 2007*.

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas diterjemahkan dari kata *reliability*. Suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel (*reliable*). Gagasan pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Hasil suatu pengukuran akan dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama (Azwar, 2012:7).

Dalam menghitung reliabilitas ketiga skala, maka peneliti menggunakan bantuan program SPSS versi 22.0 *for windows*. Dalam

aplikasinya, reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada pada rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 maka semakin tinggi pula reliabilitasnya, sedangkan apabila koefisiennya semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah pula reliabilitasnya (Azwar, 2012:13).

Pengujian reliabilitas menggunakan *alpha cronbach*. Berdasarkan hasil penghitungan reliabilitas yang diperoleh setelah dilakukan validitas, untuk variabel religiusitas (X1) diperoleh nilai sebesar 0,952.

**Tabel 3.8**  
**Reliabilitas Skala Religiusitas**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,952	28

Hasil penghitungan untuk variabel kebersyukuran (X2) diperoleh nilai sebesar 0.959.

**Tabel 3.9**  
**Reliabilitas Skala Kebersyukuran**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,959	31

Sedangkan untuk variabel kesejahteraan psikologis (Y) diperoleh nilai sebesar 0,951.

**Tabel 3.10**  
**Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis**

Cronbach's Alpha	N of Items
,951	24

Berdasarkan hasil tabel diatas dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat reliabilitas yang sangat bagus. Hal ini dapat dilihat dalam tabel kriteria Evaluasi reliabilitas yang dikemukakan oleh DeVellis (dalam Ridho, 2013). Sebagai berikut:

**Tabel 3.11**  
**Kriteria Evaluasi Reliabilitas**

No.	Reliabilitas (rxx)	Evaluasi
1	$rxx < 0.60$	Tidak diterima
2	$0.60 \leq rxx < 0.65$	Tidak diharapkan
3	$0.65 \leq rxx < 0.70$	Diterima namun minimal
4	$0.70 \leq rxx < 0.80$	Diharapkan
5	$0.80 \leq rxx < 0.90$	Bagus
6	$rxx \geq 0.90$	Sangat bagus

### 3. Mencari Mean

Proses penghitungan selanjutnya yaitu mencari nilai mean atau nilai rata-rata. Nilai mean diperoleh dari menjumlahkan seluruh nilai dan membaginya dengan sejumlah subjek. Adapun rumusannya sebagai berikut:



Menghitung *mean* hipotetik ( $\mu$ ) dengan rumus:

$$\mu = \frac{1}{2}(i \text{ max} + i \text{ min}) \sum k$$

Keterangan  $\mu$  : rata-rata hipotetik  
 $i \text{ max}$  : skor maksimal item  
 $i \text{ min}$  : skor minimal item  
 $\sum k$  : jumlah item

Menghitung *mean* empirik dengan rumus:

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan M : *mean* empirik  
 $\sum X$ : jumlah skor total semua subyek  
N : jumlah subyek penelitian

Menghitung prosesntase dengan rumus:

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

Keterangan P : persentase  
f : frekuensi  
N : jumlah subjek

Peneliti melakukan penghitungan nilai mean dengan menggunakan bantuan komputer program *Microsoft Office Excel 2007* dan *SPSS versi 22.0 for windows*.

#### 4. Mencari Standar Deviasi

Langkah selanjutnya setelah mean diketahui, yaitu mencari nilai standar deviasi (SD). Adapun rumus yang digunakan untuk mencari nilai SD, sebagai berikut:

Menghitung standart deviasi ( $\sigma$ ) dengan rumus:

$$\sigma = \frac{1}{6} (X_{max} - X_{min})$$

Keterangan

$\sigma$  : deviasi standart hipotetik

X max : skor maksimal subjek

X min : skor minimal subjek

**Tabel 3.12**  
**Kategorisasi Nilai SD**

Kategorisai	Norma
Tinggi	$X > (\text{Mean} + 1\text{SD})$
Sedang	$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$
Rendah	$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$

Peneliti melakukan penghitungan nilai standar deviasi (SD) dengan menggunakan bantuan komputer program *Microsoft Office Excel 2007* dan SPSS versi 22.0 *for windows*.

#### 5. Uji Korelasi

Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji korelasi. Uji korelasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan Koefisien

Korelasi Spearman. Hal ini disebabkan karena penelitian ini bersifat non-parametrik dengan alasan data tidak berdistribusi normal, dan jumlah sampel yang kecil (Supangat, 2007: 360), sehingga penghitungan korelasi yang cocok untuk penelitian ini yaitu menggunakan koefisien korelasi spearman dengan rumus sebagai berikut:

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)}$$

Keterangan :

- rs = koefisien korelasi  
 d = selisih ranking  
 n = jumlah data

**Tabel 3.13**  
**Kategorisasi Nilai Korelasi**

No.	Nilai	Kategori
1	0 - 0,55	Hubungan tidak kuat
2	0,56 – 0,65	Hubungan cukup kuat
3	0,66 – 0,75	Hubungan kuat
4	0,76 – 0,99	Hubungan sangat kuat
5	1	Hubungan sempurna

Hasil penghitungan korelasi diperoleh dengan menggunakan bantuan komputersasi program SPSS Versi 22.0 *for windows*.

## 6. Uji Regresi

Teknik lain yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah dengan analisis regresi linier berganda. Analisis ini untuk mengetahui arah hubungan antara variabel independen dan dependen apakah masing-masing variabel tersebut berhubungan positif atau negatif, selain itu analisis ini digunakan untuk melihat berapa besar persentase sumbangan yang diberikan oleh variabel X terhadap variabel Y. Hasil perhitungan diperoleh dengan menggunakan bantuan sistem komputerisasi dengan program SPSS versi 22.0 *for windows*.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran Pelaksanaan Penelitian

##### 1. Profil Lokasi Penelitian

Pondok pesantren PPAI Ketapang berlokasi di jalan KH. Moh Sa'id, Sukoharjo, Kepanjen, Kabupaten Malang, tepatnya di dusun Ketapang RT/R: 03/01. Pondok pesantren PPAI (Pendidikan dan Perguruan Agama Islam) ini berdiri pada tanggal 28 Oktober 1949. Pendiri sekaligus pengasuh pondok pesantren tersebut yaitu Almarhum Almaghfirullah Romo KH. Moh. Sa'id. Saat ini jumlah santri di Ponpes PPAI sekitar 1000 orang. Tidak hanya santri remaja yang berada disana, namun santri Ponpes PPAI mulai dari usia anak-anak hingga para lansia. Lansia yang berada di pondok pesantren ini berjumlah 21 orang yang semuanya adalah perempuan dengan berbagai macam latar belakang yang berbeda.

Pondok pesantren PPAI Ketapang mengacu pada 2 sistem pendidikan yang saling menunjang satu sama lain, yaitu: Classical (madrasah/sekolah) merupakan pembelajaran wajib yang terbagi menjadi 4 jenjang; Ibtida'iyah Tsanawiyah, dan Aliyah. Sedangkan Tradisional (kitab) berupa pengajian balah, tahqiq, sorogan, musyawarah pendalaman masalah agama.



Kegiatan untuk santri lansia juga bermacam-macam, yaitu: kegiatan wajib berjama'ah (sholat wajib/sunah), mengaji al-qur'an, kegiatan pengajian rutin, Dzikir akbar, dan santunan kepada Fakir Miskin, yang mana semua kegiatan tersebut bertujuan agar para lansia lebih mendekatkan diri kepada sang pencipta dan mempersiapkan diri untuk bekal menuju kehidupan di Akhirat.

## **2. Visi dan Misi Lembaga**

Visi dan misi dari pondok pesantren PPAI Ketapang. Sebagai berikut:

Mendidik santri:

1. Bertaqwa kepada Allah SWT
2. Berbakti kepada Agama
3. Cinta Nusa dan Bangsa
4. Berakhlaqul Karimah
5. Kemandirian dan kewirausahaan

## **3. Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren PPAI Ketapang, tepatnya di desa Sukoharjo, Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang. Pondok tersebut merupakan pondok salafiyah yang dihuni hampir 1000 santri baik dari santri yang usianya remaja hingga lansia. Pondok tersebut nyaman dan memiliki fasilitas yang lengkap mulai dari asrama, masjid, sekolah, perpustakaan hingga ruang terapi untuk para lansia.

Penelitian hari pertama dilaksanakan pada tanggal 02 Maret 2017 pada pukul 09.00-11.00 WIB, dan kemudian dilanjutkan penelitian di hari kedua pada tanggal 10 Maret 2017 pada pukul 08.00-09.00 WIB. Penelitian ini dilakukan kepada santri lansia atau ibu-ibu lansia yang tinggal di pondok pesantren tersebut. Jumlah lansia yang dijadikan subjek dalam penelitian ini berjumlah 21 lansia yang semuanya adalah wanita. Karena jumlahnya yang sedikit, sehingga semua lansia tersebut berhak untuk dijadikan subjek penelitian.

Peneliti menyebar skala penelitian dengan cara membagikan kepada responden di lokasi yaitu dengan mendatangi setiap kamar yang dihuni oleh para lansia. Alasan mengapa penelitian ini dilaksanakan dua hari, karena mengingat subjek yang diteliti adalah lansia, sehingga peneliti harus hati-hati dan teliti saat memberikan skala penelitian kepada subjek. Hari pertama peneliti memberikan skala kepada 11 orang dengan menemui subjek satu persatu dan sisanya diberikan pada hari kedua.

#### **4. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data**

Adapun Prosedur dan Administrasi pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Meminta surat izin penelitian kepada Fakultas Psikologi untuk di berikan kepada pondok pesantren PPAI Ketapang.
2. Menghubungi pihak yang bersangkutan untuk menentukan waktu penelitian.

3. Memberikan surat izin penelitian kepada pihak pondok pesantren PPAI.
4. Menentukan waktu pelaksanaan penelitian dengan pihak pondok pesantren PPAI
5. Melakukan penelitian sesuai dengan kesepakatan yang telah dilakukan.
6. Mengurus atau meminta surat pernyataan bukti penelitian dari pihak pondok pesantren PPAI Ketapang Kapanjen.

## B. Deskripsi Variabel Penelitian

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengkategorikan hasil penelitian dengan kategori jenjang. Tujuan dari kategori jenjang adalah untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2014:147).

Berikut adalah kategorisasi skor persentase pada setiap skala penelitian yang dinilai berdasarkan penghitungan skor hipotetik dan empirik:

**Tabel 4.1**  
**Persentase Kategori Variabel**

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Norma	Kategori	F	(%)	Norma	kategori	F	(%)
Religiusitas	65-96	Tinggi	16	76,2%	88 – 93	Tinggi	3	14,3%
	32-64	Sedang	5	23,8%	61 – 87	Sedang	15	71,4%
	0-31	Rendah	-	-	42 – 60	Rendah	3	14,3%
Kebersyukuran	73 -108	Tinggi	16	76,2%	98 – 105	Tinggi	3	14,3%
	36 -72	Sedang	5	23,8%	68 – 97	Sedang	14	66,7%
	0 -35	Rendah	-	-	45 – 67	Rendah	4	19,0%
Kesejahteraan psikologis	59-87	Tinggi	17	81,0%	77 – 84	Tinggi	4	19,0%
	29-58	Sedang	4	19,0%	54 – 76	Sedang	15	71,4%
	0-28	Rendah	-	-	42 – 53	Rendah	2	9,5%

Penelitian ini akan menggunakan skor empirik untuk menentukan kategori jengang responden penelitian.

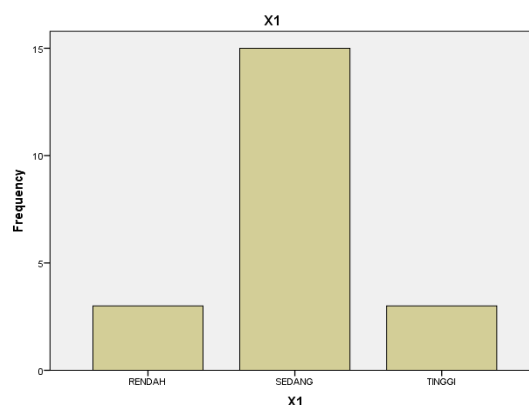
Sebelum menghitung persentase kategorisasi variabel, peneliti telah menghitung nilai M (Mean) dan SD (Standar Deviasi). Berikut disajikan hasil deskripsi variabel penelitian yaitu religiusitas, kebersyukuran, dan kesejahteraan psikologis.

**Tabel 4.2**  
**Deskripsi Statistik Variabel Penelitian**

Variabel	Jumlah	Persentase	Mean	Satandar Deviasi
<b>Religiusitas</b>			74,28	14,12
Tinggi	3	14,3%		
Sedang	15	71,4%		
Rendah	3	14,3%		
<b>Kebersyukuran</b>			82,28	15,48
Tinggi	3	14,3%		
Sedang	14	66,7%		
Rendah	4	19,0%		
<b>Kesejahteraan Psikologis</b>			65,05	11,8
Tinggi	4	19,0%		
Sedang	15	71,4%		
Rendah	2	9,5%		

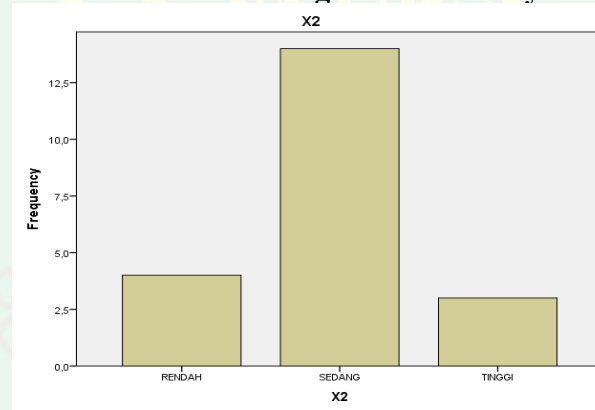
Sumber: Data Penelitian Diolah (2017)

**Gambar 4.1 Kategorisasi Religiusitas**



Berdasarkan gambar diatas, dapat dilihat bahwa hasil deskripsi variabel religiusitas didapatkan skor rata-rata sebesar 74,28 dengan nilai standar deviasi sebesar 14,12, kemudian untuk total jumlah subjek dengan tingkat religiusitas rendah sebanyak 3 orang dengan persentase (14,3%), subjek yang memiliki tingkat religiusitas sedang berjumlah 15 orang (71,4%), dan yang memiliki tingkat religiusitas tinggi sebanyak 3 (14,3%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian memiliki tingkat religiusitas sedang.

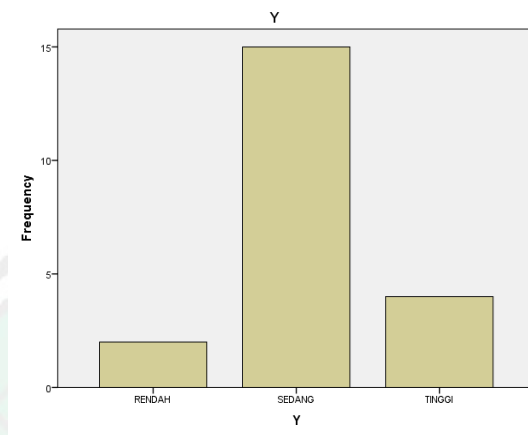
**Gambar 4.2 Kategorisasi Kebersyukuran**



Hasil deskripsi variabel kebersyukuran didapatkan skor rata-rata sebesar 82,28 dengan nilai standar deviasi 5,48, kemudian terdapat 4 orang yang memiliki tingkat syukur rendah (19,0%), sedangkan terdapat 14 orang yang memiliki tingkat syukur sedang (66,7%), dan terdapat 3 orang yang memiliki tingkat syukur tinggi (14,3%), sehingga dapat dikatakan bahwa mayoritas dari subjek penelitian memiliki tingkat syukur sedang.



**Gambar 4.3 Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis**



Hasil deskripsi variabel Kesejahteraan Psikologis didapatkan nilai skor rata-rata sebesar 65,05 dengan nilai standar deviasi sebesar 11,8. Jumlah subjek yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah berjumlah 2 orang (9,5%), sedangkan subjek yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang berjumlah 15 orang (71,4% ), dan terdapat 4 orang yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi (19,0%). Berdasarkan hasil tersebut, dapat dikatakan bahwa mayoritas subjek memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang.

### C. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini digunakan untuk menjawab rumusan masalah yang telah ditulis oleh peneliti. Hasil uji hipotesis tersebut adalah sebagai berikut:

## 1. Hubungan Antara Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lansia di Ponpes PPAI Ketapang

Hasil pengujian hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,834 yaitu dapat dikatakan bahwa religiusitas memiliki hubungan yang sangat kuat dengan kesejahteraan psikologis, dan variabel ini memiliki pengaruh positif, artinya semakin tinggi tingkat religiusitas maka tingkat kesejahteraan psikologis semakin tinggi pula. Nilai signifikansi kedua variabel ini adalah  $p = 0,000$  lebih kecil dari  $0,05$  ( $p = 0,000 < 0,05$ ), sehingga dapat dikatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Artinya perubahan pada religiusitas akan secara signifikan berdampak terhadap kesejahteraan psikologis.

**Tabel 4.3**  
**Hubungan Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis**

Correlations			RELIGIUSITAS	PWB
Spearman's rho	RELIGIUSITAS	Correlation Coefficient	1,000	,834**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	21	21
	PWB	Correlation Coefficient	,834**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	21	21

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

Sumber: Data Penelitian Diolah (2017)

Apabila ingin mengetahui aspek mana dari religiusitas yang lebih dominan mempengaruhi kesejahteraan psikologis dapat kita lihat berdasarkan hasil tabel penghitungan sebagai berikut.

**Tabel 4.4**  
**Sumbangan Efektifitas Aspek-Aspek Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis**

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	20,722	7,843		2,642	,018
	Keyakinan	-,386	,594	-,110	-,650	,526
	peribadatan	1,025	,529	,376	1,937	,072
	penghayatan	1,560	,615	,499	2,534	,023
	pengetahuan	,893	,534	,241	1,673	,115
	pengalaman	,046	,715	,011	,064	,950

a. Dependent Variable: PWB

Berdasarkan hasil tabel diatas, dapat kita lihat bahwa nilai Beta dimensi keyakinan sebesar Beta= -0,110 (1,21%), dimensi peribadatan Beta= 0,376 (14,1%), dimensi penghayatan Beta= 0,499 (24,9%), dimensi pengetahuan Agama Beta= 0,241 (5,8%), dan dimensi pengalaman Beta= 0,011 (0,01%), maka dapat dikatakan bahwa aspek yang lebih dominan mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dimensi penghayatan. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien B =1,560, nilai Beta = 0,499 (24,9%), yang lebih besar daripada aspek-aspek lain, maka dapat

dikatakan bahwa dimensi penghayatan lebih memberikan sumbangan efektif terhadap kesejahteraan Psikologis Lansia.

## 2. Hubungan Antara Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lansia di Ponpes PPAI Ketapang

Hasil pengujian hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada lansia didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,869 yaitu dapat dikatakan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan yang sangat kuat dengan kesejahteraan psikologis, dan variabel ini memiliki pengaruh positif, artinya semakin tinggi tingkat kebersyukuran maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya. Nilai signifikansi kedua variabel ini adalah  $p = 0,000$  lebih kecil dari 0,05 ( $p = 0,000 < 0,05$ ), sehingga dapat dikatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Artinya perubahan pada kebersyukuran akan secara signifikan berdampak terhadap kesejahteraan psikologis.

**Tabel 4.5**  
**Hubungan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis**

			Correlations	
			Gratitude	PWB
Spearman's rho	Gratitude	Correlation Coefficient	1,000	,869**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	21	21
	PWB	Correlation Coefficient	,869**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	21	21

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

Sumber: Data Penelitian Diolah (2017)

Sumbangan efektifitas aspek-aspek dari kebersyukuran yang lebih dominan mempengaruhi kesejahteraan psikologis dapat kita lihat berdasarkan hasil tabel penghitungan sebagai berikut:

**Tabel 4.6**  
**Sumbangan Efektifitas Aspek-Aspek Kebersyukuran Terhadap Kesejahteraan Psikologis**

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	13,845	8,964		1,545	,142
	Intensity	,515	,713	,198	,722	,481
	Frequency	1,312	,826	,542	1,589	,132
	Span	,432	,584	,165	,739	,470
	Density	,106	,998	,027	,106	,917

a. Dependent Variable: PWB

Berdasarkan hasil tabel diatas, dapat kita lihat bahwa nilai Beta aspek *Intensity* sebesar Beta= 0,198 (3,9%), aspek *Frequency* Beta= 0,542 (29,3%), aspek *Span* Beta= 0,165 (2,7%), dan aspek *Density* Beta= 0,027 (0,07%), maka dapat disimpulkan bahwa aspek yang lebih dominan mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah aspek *Frequency*. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien B =1,312, nilai Beta = 0,542 (29,3%), yang lebih besar daripada aspek-aspek lain. Maka dapat dikatakan bahwa aspek *Frequency* lebih memberikan sumbangan efektif terhadap kesejahteraan Psikologis Lansia.



### 3. Hubungan Antara Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lansia di Ponpes PPAI Ketapang

Adapun hasil dari uji korelasi antara religiusitas dan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di Ponpes PPAI Ketapang, disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 4.7**  
**Hubungan Antara Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis**

			Correlations		
			Religiusitas	gratitude	PWB
Spearman's rho	Religiusitas	Correlation Coefficient	1,000	,815**	,834**
		Sig. (2-tailed)	.	,000	,000
		N	21	21	21
	Gratitude	Correlation Coefficient	,815**	1,000	,869**
		Sig. (2-tailed)	,000	.	,000
		N	21	21	21
	PWB	Correlation Coefficient	,834**	,869**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	.
		N	21	21	21

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

Sumber: Data Penelitian Diolah (2017)

Berdasarkan tabel diatas, hubungan antara religiusitas dan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis dapat dikatakan signifikan, karena nilai signifikansi dari ketiga variabel ini yaitu  $p= 0,000$  lebih kecil dari  $0,05$  ( $p= 0,000 < 0,05$ ). Artinya bila terjadi perubahan pada tingkat religiusitas dan kebersyukuran maka secara signifikan hal tersebut akan berdampak terhadap tingkat kesejahteraan psikologis seseorang.

Untuk melihat perbandingan antara hubungan religiusitas dan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis, dapat dilihat berdasarkan hasil penghitungan koefisien korelasinya. Berdasarkan hasil analisis korelasi, dapat disimpulkan bahwa variabel yang lebih besar hubungannya dengan kesejahteraan psikologis adalah variabel kebersyukuran. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi antara religiusitas dengan kesejahteraan Psikologis sebesar 0,834, dan nilai koefisien korelasi antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis sebesar 0,869.

Cara menghitung persentasenya yaitu dengan mengkuadratkan nilai korelasinya kemudian dikalikan 100. Jika kita kuadratkan nilai koefisien korelasi religiusitas  $(0,834)^2 \times 100 = 69,56$  (69,56%), sedangkan jika nilai koefisien korelasi dari kebersyukuran dikuadratkan yaitu  $(0,869)^2 \times 100 = 75,51$  (75,51%). Sehingga dapat dikatakan bahwa hubungan kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis lebih besar yaitu 75,51% dibandingkan dengan religiusitas yang hanya 69,56%.

#### **D. Pembahasan**

##### **1. Hubungan Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis**

Berdasarkan hasil analisis uji korelasi, dapat diketahui bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini terbukti dan diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia yang tinggal di Pondok Pesantren

PPAI Ketapang. Hal tersebut ditunjukkan oleh pengujian hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis lansia didapatkan koefisien korelasi sebesar  $r = 0,834$ , dengan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000 < p = 0,05$ , sehingga dapat dikatakan bahwa keduanya memiliki hubungan yang sangat signifikan.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan pernyataan yang mengatakan bahwa lansia yang memiliki religiusitas tinggi akan mendapatkan kesejahteraan psikologis yang tinggi dan sebaliknya jika lansia tersebut memiliki religiusitas yang rendah maka kesejahteraan yang dimiliki juga rendah (Rajawane, 2011:3). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh lintang, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia. (Lintang, 2013: 5).

Kesejahteraan psikologis sendiri adalah sejauh mana individu merasa nyaman, damai, dan bahagia (Ryff dalam Rajawane, 2011: 25). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah religiusitas. Hal ini berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih berharga (Bastaman, dalam Lintang, 2013: 7).

Michel Mayer (dalam Fuad Nashori & Rachmy, 2002: 70) berpendapat bahwa religiusitas adalah seperangkat aturan dan

kepercayaan yang pasti untuk membimbing manusia dalam tindakannya terhadap Tuhan, orang lain, dan diri sendiri. Bila kita analisis, maka hal ini berkaitan dengan aspek dari kesejahteraan psikologis yaitu hubungan positif dengan orang lain atau lingkungan sekitar, autonomi, dan pertumbuhan pribadi. Seperangkat peraturan tersebut dapat membimbing manusia dalam membangun hubungan yang baik dengan Tuhan, dan orang lain, serta membimbing manusia untuk lebih mampu mengatur diri sendiri, dan manusia akan dituntun untuk lebih memperbaiki diri.

Tingkat religiusitas ini terkait dengan lima dimensi, yaitu yang pertama adalah dimensi keyakinan, dengan keyakinan dan kepercayaan terhadap agama, maka lansia akan meninggalkan hal-hal yang dapat menjauhkannya dari Tuhan. Kedua dimensi peribadatan, apabila telah percaya atau yakin kepada Tuhan maka lansia akan melakukan apa yang diajarkan oleh agama. Ketiga dimensi penghayatan adalah perasaan keagamaan yang pernah dialami dan dirasakan seperti merasa dekat dengan Tuhan, tenang saat berdoa, merasa senang doanya dikabulkan, ketenangan hidup, dan sebagainya (Glock dan Stark dalam Ghufroon & Risnawita, 2011: 171). Lansia yang dapat menjaga sikap merasa hidupnya lebih tenang dan bahagia, karena merasa yakin bahwa ia telah melakukan perbuatan baik sesuai nilai-nilai agama.

Keempat dimensi pengetahuan agama, dengan pengetahuan yang didapat dari kitab suci, hadits, dan lain-lain. Lansia mengetahui dan memahami hal-hal tentang ajaran-ajaran agama. Kelima dimensi

pengalaman, lansia dapat merealisasikan ajaran-ajaran dan lebih mengarah pada hubungan manusia dengan sesamanya dalam kehidupan sehari-hari yang berdasarkan etika dan spiritulitas agama yang dianutnya, meliputi sikap ramah, dan baik terhadap orang lain, menolong sesama, serta dapat menjaga lingkungan dengan baik. Hal ini lah yang membuat seseorang merasa nyaman, damai dan bahagia, sehingga seseorang merasa hidupnya lebih bermakna, dan akan menemukan kesejahteraan dalam hidup.

Total jumlah subjek dengan tingkat religiusitas rendah dalam penelitian ini sebanyak 3 orang dengan persentase (14,3%), subjek dengan kategori ini adalah orang yang memiliki nilai rendah dalam dimensi religiusitas, seperti mereka meyakini akan agamanya namun masih ada sedikit rasa keraguan dalam diri, melakukan hal-hal yang dilarang, seperti masih suka membicarakan orang lain, masih malas dan sering meninggalkan ibadah, serta tidak memahami hukum-hukum dan larangan yang di tetapkan oleh ajaran agamanya.

Subjek yang memiliki tingkat religiusitas sedang berjumlah 15 orang (71,4%), subjek dengan kategori ini adalah orang yang meyakini agamanya, namun terkadang mereka kurang memahami ajaran-ajaran yang ada pada agamanya, seperti hukum, dan larangan-larangan yang harus dihindari, selain itu mereka masih malas dan belum bersungguh-sungguh saat melakukan ibadah.



Subjek yang memiliki tingkat religiusitas tinggi sebanyak 3 (14,3%), subjek dengan kategori ini adalah subjek yang memiliki nilai tinggi dalam setiap aspek atau dimensi dalam religiusitas, seperti memiliki keyakinan terhadap ajaran dan aturan-aturan dalam agamanya, melakukan ibadah dengan rajin dan khusyuk, merasa dekat dengan Tuhan, dan memahami ajaran-ajaran agamanya.

Jumlah subjek yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah berjumlah 2 orang (9,5%), sedangkan subjek yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang berjumlah 15 orang (71,4%), dan terdapat 4 orang yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi (19,0%).

Berdasarkan hasil deskripsi di atas juga dapat dilihat bahwa, religiusitas dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Hal tersebut juga sesuai dengan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti kepada subjek dan pengurus pondok, bahwa masih ada lansia yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah. Hal ini dikarenakan masih ada lansia yang belum memahami hukum-hukum ajaran agama. Masih ada lansia yang malas dan lalai untuk melaksanakan sholat, berdzikir, membaca Al-qur'an dan mengikuti kegiatan dipondok seperti pengajian rutin, dll, sehingga terkadang mereka memberontak dan merasa tidak nyaman berada dipondok pesantren.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, terdapat juga lansia yang dapat dikatakan memiliki religiusitas tinggi, lansia tersebut rajin

dalam mengikuti semua kegiatan seperti sholat berjama'ah, mengikuti kegiatan dzikir, dan rajin sholat sunnah. Lansia tersebut juga mengatakan bahwa di sisa waktunya ini beliau ingin lebih memperbaiki diri agar lebih dekat dengan Allah.

Aspek religiusitas yang paling dominan mempengaruhi kesejahteraan psikologis lansia adalah dimensi penghayatan. Hal ini dibuktikan dengan nilai penghitungan koefisien regresi dengan nilai  $Beta = 0,499$  (24,9%). Dimensi kedua yang memiliki pengaruh tinggi terhadap kesejahteraan psikologis adalah peribadatan yaitu 14,1%, dimensi pengetahuan agama (5,8%), dimensi keyakinan (1,21%), dan yang terakhir adalah dimensi pengalaman yaitu (0,01%).

Dimensi penghayatan menjadi paling dominan dalam mempengaruhi kesejahteraan karena menurut Glock dan Stark, dimensi penghayatan merupakan perasaan keagamaan yang pernah dialami dan dirasakan seperti merasa dekat dengan Tuhan, tenang saat berdoa, merasa senang doanya dikabulkan, ketenangan hidup, dan sebagainya (Ghufron & Risnawita, 2011: 171).

Oleh karena itu, jika dimensi penghayatan seseorang baik maka orang tersebut akan bersungguh-sungguh saat beribadah, memahami hal-hal yang diperintahkan maupun dilarang oleh ajaran agamanya, memiliki keyakinan yang kuat terhadap ajaran agamanya, dan terdorong untuk melakukan hal-hal baik yang sesuai dengan ajaran agamanya, sehingga mereka merasakan ketenangan hati, tenang dan merasa hidupnya lebih

nyaman, karena mereka merasa dekat dengan Tuhan, dan mereka lebih merasakan kesejahteraan dalam hidup.

Hal tersebut sesuai dengan fakta dilapangan bahwa, ada lansia yang lebih menghayati ketika beliau beribadah, sehingga mereka lebih khusyu' saat melakukan ibadah dan cenderung lebih rajin untuk mengikuti kegiatan-kegiatan keagamaan seperti sholat berjama'ah, sholat sunnah, dzikir, mengaji Al-Qur'an, dan lain-lain. Para lansia yang tinggal di PPAI menemukan bahwa dengan melakukan semua hal tersebut dengan penuh kesungguhan maka mereka menemukan kenyamanan dalam diri dan hati mereka. Lansia yang masih kurang memiliki penghayatan dalam melakukan ibadah, mereka cenderung sering malas-malasan untuk mengikuti kegiatan sholat jama'ah, maupun sholat sunnah, mengikuti pengajian, dan sering lalai untuk melakukan sholat jika tidak diingatkan.

## **2. Hubungan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis**

Hasil uji korelasi pada hipotesis kedua juga terbukti, yaitu adanya hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada lansia yang tinggal di pondok pesantren PPAI Ketapang. Hasil dari uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis. Berdasarkan analisis hasil penghitungan korelasi, didapatkan hasil skor koefisien korelasi  $r = 0,869$ , dengan skor signifikansi sebesar  $p = 0,000 < p = 0,05$ . Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang

sangat kuat, dan variabel ini memiliki pengaruh positif, artinya semakin tinggi tingkat kebersyukuran maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Ishak yang menunjukkan hasil nilai korelasi antara variabel rasa syukur dan variabel kesejahteraan psikologis sebesar 0,627 dan  $\rho =$  sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara variabel rasa syukur dan variabel kesejahteraan psikologis (Ishak: 1-12).

Hal yang dapat meningkatkan kesejahteraan seseorang adalah syukur (Haworth, 1997 dalam Dewanto dan Retnowati, 2015:35), karena kebersyukuran memiliki hubungan yang besar dengan komponen kesejahteraan psikologis yaitu penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif, tujuan hidup, dan penerimaan diri (Wood, dkk, 2009: 1).

Bersyukur dapat mengubah seseorang menjadi lebih baik, bijaksana, dan menciptakan keharmonisan antara dirinya dengan lingkungan (Emmons, 2007: 11). Apabila kita analisis pernyataan diatas, maka dapat dikatakan bahwa, jika syukur dapat menjadikan seseorang menjadi lebih baik dan bijaksana, maka dapat dikatakan bahwa seseorang itu telah memiliki salah satu komponen kesejahteraan psikologis, yaitu pertumbuhan pribadi. Apabila dengan bersyukur seseorang akan mampu menciptakan keharmonisan antara dirinya dengan lingkungan, maka

orang tersebut dapat dikatakan mampu untuk menguasai lingkungan disekitarnya, dan memiliki hubungan yang positif terhadap orang lain.

Syukur menjadikan kecenderungan untuk menghargai dan menikmati setiap kejadian dan pengalaman sehari-hari (Lopez, Jennifer, & Snyder, 2015: 298). Hal ini dapat menjadikan seseorang merasa lebih sejahtera, karena ia mampu untuk menerima diri dan keadaan hidup yang dijalani.

Menurut pendapat lain dari Emmons (2007: 11), syukur merupakan sifat atau kondisi berterima kasih, apresiasi sebuah kecenderungan atau kehendak hati untuk membalas kebaikan. Hal inilah yang mendorong seseorang untuk memiliki hubungan baik dengan orang lain, selain itu individu akan memiliki tujuan hidup untuk membalas semua kebaikan dan nikmat yang telah didapatkan.

Hasil deskripsi variabel kebersyukuran terdapat 4 orang yang memiliki tingkat syukur rendah (19,0%), subjek dengan kategori ini adalah orang yang masih belum mampu untuk menerima keadaan dirinya, merasa kurang dengan apa yang telah didapat, dan merasa bahwa dirinya adalah orang yang tidak beruntung. Terdapat 14 orang yang memiliki tingkat syukur sedang (66,7%), subjek dengan kategori ini adalah orang-orang yang merasakan nikmat dalam diri, namun mereka masih merasa kurang atas apa yang telah di dapat, dan terkadang mereka lupa untuk berterimakasih atas beberapa hal. Terdapat 3 orang yang memiliki tingkat syukur tinggi (14,3%), yaitu orang-orang yang selalu bersyukur atas



nikmat yang mereka dapatkan, mereka mensyukuri setiap keadaan hidup yang mereka jalani, dan mereka cenderung untuk berterima kasih kepada banyak orang atas nikmat yang didapatkan.

Hasil dari variabel Kesejahteraan Psikologis jumlah subjek yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis rendah berjumlah 2 orang (9,5%), sedangkan subjek yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang berjumlah 15 orang (71,4% ), dan terdapat 4 orang yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis tinggi (19,0%).

Hasil deskripsi diatas sesuai dengan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, bahwasanya di pondok pesantren tersebut masih ada lansia yang merasa kurang nyaman berada di pondok pesantren PPAI. Mereka belum bisa menerima dan mensyukuri keadaan hidupnya saat ini. Berdasarkan hasil wawancara, dijelaskan bahwa ada lansia yang dulu kehidupannya serba kecukupan, dan berasal dari keluarga kaya, namun karena dimasa tua inilansia tersebut harus tinggal di pondok dengan kamar yang sempit, maka beliau kurang bisa menerima keadaan hidupnya, sehingga beliau merasa tidak nyaman dan tidak sejahtera.

Berbeda halnya dengan subjek yang tingkat kebersyukurannya tinggi. Berdasarkan hasil wawancara beliau mengatakan bahwa banyak hal yang harus disyukuri dalam hidup ini, beliau bersyukur karena masih diberi nafas dan kesehatan hingga saat ini. Beliau percaya bahwa segala rintangan yang dihadapinya adalah bukti kecintaan Allah kepadanya, dan

beliau mampu menerima keadaan hidupnya sekarang. Subjek lain juga mengatakan bahwa dimasa tua ini tidak ada lagi yang beliau cari kecuali rahmat dari Allah, lebih memperbaiki diri, dan menunggu kematian menjemputnya. Oleh karena itu, para lansia tersebut merasa nyaman bisa tinggal dipondok pesantren, dan mereka bersyukur karena dimasa tua, mereka masih mendapat kesempatan untuk belajar agama.

Aspek kebersyukuran yang paling dominan mempengaruhi kesejahteraan psikologis lansia adalah aspek *frequency*, yaitu seberapa sering seseorang bersyukur. Hal ini dibuktikan oleh hasil penghitungan koefisien regresi aspek-aspek kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis, dan diperoleh hasil bahwa nilai Beta dari aspek *Frequency* sebesar Beta= 0,542 (29,3%), sedangkan aspek *Intensity* sebesar 3,95%, aspek *Span* sebesar 2,7%, dan aspek *Density* (0,07%).

Aspek *Frequency* menurut McCulloch (2004: 302) adalah orang-orang yang bersyukur merasakan perasaan syukur di sepanjang waktu selama satu hari dan untuk kebaikan atau tindakan kesopanan. Seseorang yang memiliki kecenderungan bersyukur akan merasakan banyak perasaan syukur setiap harinya. Bersyukur disetiap saat, akan membuat syukur kita semakin kuat dan mendalam, mampu mensyukuri setiap keadaan hidup, mampu menghargai dan berterimakasih kepada orang-orang yang telah memberikan nikmat maupun kebahagiaan kepada kita. Dapat dikatakan bahwa dengan seringnya bersyukur, seseorang akan merasa lebih tenang dan merasakan ketentraman dalam hati. Seseorang akan lebih mampu

untuk menghargai diri dan orang disekitar, mereka akan lebih merasakan kesejahteraan.

Hal ini dibuktikan dengan fakta di lapangan bahwa, lansia yang sering mengucapkan syukur setiap saat, beliau lebih merasakan syukur yang dalam. Lansia tersebut juga lebih mampu menerima keadaan hidup, dan menghargai orang lain. Beliau lebih merasa tenang, dan segalanya beliau pasrahkan kepada Allah. Berbeda halnya dengan lansia yang sering mengeluh, dan tidak bisa menerima keadaan hidupnya. Beliau cenderung selalu merasa kurang, sehingga beliauapun merasa kurang nyaman berada di pondok pesantren.

### **3. Hubungan Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis**

Hasil penelitian uji korelasi membuktikan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis lansia di pondok pesantren PPAI Ketapang. Berdasarkan hasil antara kedua variabel tersebut dengan kesejahteraan psikologis, ditemukan bahwa nilai koefisien korelasi antara religiusitas dan kebersyukuran sebesar  $r = 0,834$ , dan nilai korelasi antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis sebesar  $r = 0,869$ . Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa religiusitas dan kebersyukuran memiliki hubungan positif terhadap kesejahteraan psikologis. Artinya apabila nilai religiusitas dan kebersyukuran tinggi, maka nilai kesejahteraan psikologis semakin tinggi, dan sebaliknya.

Hasil pengujian hubungan antara religiusitas dan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis lansia didapatkan nilai signifikansi  $p = 0,000$  dan kurang dari  $\alpha < p = 0,05$ , artinya religiusitas dan kebersyukuran memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis, apabila terdapat perubahan pada religiusitas dan kebersyukuran maka secara signifikan berdampak pada kesejahteraan psikologis lansia.

Hasil perbandingan hubungan antara religiusitas dan kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis lansia, adalah kebersyukuran memiliki hubungan lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis yaitu 75,51% dibandingkan dengan religiusitas yang hanya 69,56%.

Berdasarkan pemaparan hasil diatas, sudah sangat jelas bahwa variabel religiusitas dan kebersyukuran sangat berhubungan dengan kesejahteraan psikologis. Bastaman (dalam Lintang, 2013: 7) juga mengatakan bahwa, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah religiusitas. Hal ini berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih berharga.

Michel Mayer (dalam Fuad Nashori & Rachmy, 2002: 70) berpendapat bahwa religiusitas adalah seperangkat aturan dan kepercayaan yang pasti untuk membimbing manusia dalam tindakannya terhadap Tuhan, orang lain, dan diri sendiri. Apabila kita analisis, maka hal ini berkaitan dengan aspek dari kesejahteraan psikologis yaitu

hubungan positif dengan orang lain atau lingkungan sekitar, autonomi, dan pertumbuhan pribadi. Seperangkat peraturan tersebut dapat membimbing manusia dalam membangun hubungan yang baik dengan Tuhan, dan orang lain, serta membimbing manusia untuk lebih mampu mengatur diri sendiri, dan manusia akan dituntun untuk lebih memperbaiki diri.

Selain religiusitas, hal yang dapat meningkatkan kesejahteraan seseorang adalah syukur (Haworth, 1997 dalam Dewanto dan Retnowati, 2015:35), karena kebersyukuran memiliki hubungan yang besar dengan komponen kesejahteraan psikologis yaitu penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif, tujuan hidup, dan penerimaan diri (Wood, dkk, 2009: 1). Berdasarkan pernyataan diatas, maka sudah jelas bahwa religiusitas dan kebersyukuran sangat berhubungan dan memberikan pengaruh yang besar terhadap kesejahteraan psikologis lansia yang tinggal di pondok pesantren PPAI Ketapang.

Apabila kita menganalisis lebih dalam, mengapa kebersyukuran memiliki pengaruh lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis, maka dapat kita lihat berdasarkan penjelasan dari tokoh diatas. Berdasarkan penjelasan tersebut, kebersyukuran hampir mempengaruhi keseluruhan komponen atau dimensi dari kesejahteraan psikologis, yaitu penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif, tujuan hidup, dan penerimaan diri, sedangkan religiusitas hanya mempengaruhi 3 komponen kesejahteraan psikologis, yaitu hubungan positif dengan orang lain atau



lingkungan sekitar, autonomi, dan pertumbuhan pribadi, akan tetapi dimensi pengahyatan dari religiusitas dapat memberikan ketenangan, dan ketentraman pada seseorang sehingga hal tersebut dapat membuat orang merasakan kesejahteraan dalam hidup.

Hal tersebut selaras dengan fakta dilapangan yang menunjukkan bahwa, lansia yang merasakan ketentraman, bahagia dan merasa nyaman adalah lansia yang senantiasa berdzikir, mengucapkan syukur, dan menghargai segala hal yang ada pada dirinya. Mereka lebih bersyukur dan sabar saat menghadapi hal-hal sulit dipondok, seperti mendapatkan makanan seadanya dipondok, kamar yang cukup sempit, dapat menerima keadaan bahwa mereka harus tinggal dipondok, dan mereka bersyukur karena dimasa tua mereka masih mendapat kesempatan untuk belajar agama dan memperbaiki diri. Ada lansia yang mengatakan bahwa beliau benar-benar telah menyerahkan hidupnya kepada Allah. Beliau hanya ingin lebih memperbaiki diri, ibadah dengan sungguh-sungguh dan mensyukuri setiap keadaan yang terjadi didalam hidupnya.

Lansia yang memiliki syukur tinggi cenderung akan lebih bersungguh-sungguh saat beribadah. Mereka merasa lebih dekat dengan Allah, sehingga mereka merasakan ketentraman dalam hati. Selain itu, lansia yang selalu bersyukur cenderung lebih memiliki hubungan baik dengan orang lain, dan memiliki kepedulian pada lingkungan sekitar. Hal ini dibuktikan oleh salah satu lansia yang ada di PPAI Ketapang. Beliau selalu menolong rekan-rekannya yang sedang sakit, bahkan beliau

bersyukur karena dengan biaya pensiunannya, beliau bisa menyumbangkan peralatan terapi untuk para lansia di Pondok Pesantren PPAI Ketapang.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan uji hipotesis yang telah dijawab dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Subjek dengan tingkat religiusitas rendah sebanyak 3 orang dengan persentase (14,3%), subjek dengan religiusitas sedang berjumlah 15 orang (71,4%), dan tinggi sebanyak 3 (14,3%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian memiliki tingkat religiusitas sedang.
2. Terdapat 4 orang yang memiliki tingkat syukur rendah (19,0%), 14 orang dengan syukur sedang (66,7%), dan 3 orang dengan syukur tinggi (14,3%), sehingga dapat dikatakan bahwa mayoritas dari subjek penelitian memiliki tingkat syukur sedang.
3. Subjek dengan kesejahteraan psikologis rendah berjumlah 2 orang (9,5%), subjek dengan kesejahteraan psikologis sedang berjumlah 15 orang (71,4%), dan 4 orang dengan tingkat kesejahteraan psikologis tinggi (19,0%). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa mayoritas subjek memiliki tingkat kesejahteraan psikologis sedang.
4. Nilai koefisien korelasi hubungan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia sebesar  $r = 0,834$ . Nilai signifikansi kedua variabel ini adalah  $p = 0,000 < p = 0,05$ , sehingga dapat dikatakan bahwa religiusitas memiliki hubungan yang sangat kuat dengan

kesejahteraan psikologis dan ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

5. Hubungan kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada lansia didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0,869$ , kebersyukuran memiliki hubungan yang sangat kuat dengan kesejahteraan psikologis, nilai signifikansi kedua variabel  $p = 0,000 < p = 0,05$ .
6. Nilai koefisien korelasi religiusitas dengan kesejahteraan psikologis sebesar  $0,834$ , dan koefisien korelasi antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis lansia sebesar  $0,869$ . Nilai signifikansi dari ketiga variabel ini  $p = 0,000 < p = 0,05$ .
7. Hasil perbandingan menunjukkan bahwa kebersyukuran berhubungan dengan kesejahteraan psikologis sebesar  $75,51\%$ , sedangkan religiusitas memiliki hubungan sebesar  $69,56\%$ . Sehingga dapat dikatakan bahwa, hubungan kebersyukuran terhadap kesejahteraan psikologis lebih besar dibandingkan dengan religiusitas.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan dalam penelitian ini, maka saran yang diberikan sebagai berikut:

1. Lansia yang tinggal di Ponpes PPAI Ketapang harus mampu mempertahankan dan meningkatkan tingkat religiusitasnya, agar para lansia tersebut mendapatkan kesejahteraan psikologis dalam hidup mereka, apabila kesejahteraan psikologi meningkat, maka para lansia yang tinggal

di Ponpes PPAI Ketapang dapat hidup dengan nyaman, damai, dan lebih dekat dengan Allah SWT, serta tidak ada hal lain yang harus di risaukan selama menikmati masa tua mereka. Salah satu cara yang dapat dilakukan yaitu dengan meningkatkan aktivitas yang bernuansa religiusitas seperti rajin mengikuti kegiatan sholat berjama'ah dan membaca Al-qur'an dan mengikuti pengajian rutin di Pondok.

2. Selanjutnya para lansia disarankan untuk mempertahankan dan meningkatkan tingkat kebersyukurannya, agar kesejahteraan psikologis dalam hidup mereka juga meningkat, sehingga para lansia tersebut dapat hidup dengan tenang, mampu menerima keadaan diri, lebih mandiri, dan mampu menghargai setiap keadaan atau peristiwa yang dihadapi dimasa tua mereka. Salah satu cara yang dapat dilakukan yaitu selalu mengingat nikmat yang telah Allah berikan, rajin berdzikir, mengucapkan terimakasih (hamdalah), rajin beribadah, dan saling tolong menolong, maka para lansia akan merasakan kenyamanan tinggal di pondok pesantren PPAI Ketapang.
3. Bagi lembaga, disarankan kepada pihak pengurus pondok pesantren PPAI Ketapang agar selalu membimbing dan mendampingi, serta memberikan arahan positif terhadap para lansia seperti memberikan nasihat atau tausiyah yang mengandung nilai agama dan anjuran untuk selalu bersyukur. Lebih meningkatkan lagi kegiatan atau aktivitas pondok yang berkualitas agar kesejahteraan psikologis para lansia meningkat, seperti lebih memperhatikan dan mengontrol lagi kegiatan sholat jama'ah, kegiatan mengaji Al-qur'an rutin, kegiatan dzikir akbar, kegiatan



pengajian rutin, dan memberikan fasilitas yang baik dan memadai agar lansia dapat nyaman dan lebih betah tinggal di pondok pesantren PPAI Ketapang.

4. Bagi peneliti selanjutnya, berdasarkan pengalaman selama proses penelitian, penelitian ini hanya menggunakan sampel 21 orang, maka disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian dengan menggunakan sampel yang lebih banyak. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya untuk lebih memperbaiki setiap aitem dalam skala penelitian agar variabel yang diukur dapat terukur dengan tepat dan akurat. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai sumber data dalam mengembangkan penelitian selanjutnya. Disarankan pula agar peneliti selanjutnya lebih menyempurnakan penelitian agar mendapatkan hasil yang lebih baik dan optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amawidyati, S.A.G. & Utami, M.S. 2007. *Religiusitas dan Psychological Well-Being Pada Korban Gempa. Jurnal Psikologi Universitas Gajah Mada* Vol. 34 No. 2 : 164-176.
- Ancok, D. & Suroso, N.S. 2001. *Psikologi Islami*. Jakarta : Pustaka Pelajar.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2009. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifudin. 2014. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Badan Pusat Statistik. 2015. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014*. Jakarta – Indonesia.
- Burhan & Bungin. 2005. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Prenada Media.
- Departemen Sosial Republik Indonesi. 1997. *Petunjuk Teknis Pelaksanaan Pelayanan Kesejahteraan Sosial Lansia dalam Panti*. Jakarta.
- Desmita. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rasdakarya Offset.
- Dewanto, W. & Retnowati, S. 2015. *Intervensi Kebersyukuran, dan Kesejahteraan Penyandang Disabilitas Fisik. Gadjah Mada Journal of Professional Psycholog*. Vol. 1, No. 1. Hal. 33-47.

- Diponegoro, A.H., & Mulyono, 2015. *Faktor-Faktor Psikologi yang Mempengaruhi Kebahagiaan pada Lanjut Usia Suku Jawa di Klaten. Psikopedagogia*. Universitas Ahmad Dahlan. Vol 4, No. 1, Hal. 13-19.
- Emmons, R., A, 2007. *Thanks!! How New Science of Gratitude Can You Make Happier*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Ghufron, M. N., & Risnawita. R. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media..
- Hurlock, EB. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Imam, Al-Ghazali. 2009. *Ihya' Ulumuddin*. Cetakan ke-30. Semarang: CV. Asy-Syifa'.
- Indriana, Y., Desiningrum, D.R., & Kristiana. 2014. *Religiusitas Keberadaan Pasangan dan Kesejahteraan Sosial pada Lansia Binaan PMI Cabang Semarang. Jurnal Psikologi UNDIIP*. Vol. 10, No. 2.
- Indriani, S., Mabruri, M. I., & Purwanto, E. 2014. *Subjective Well-Being Pada Lansia Ditinjau dari Tempat Tinggal. Development and Clinical Psychology*, 3 (1), 66-72.
- Ishak, Fivin Fadhliyah, J. S. *Hubungan Antara Rasa Syukur dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lanjut Usia*. (tanpa tahun). Hal. 1-12. Malang: Universitas Brawijaya.
- Linley, P., & Joseph, S. 2004. *Positive Psychology in Practice*. New Jersey: John Willey & Sons.

- Lintang, S.P. 2013. *Hubungan Antara Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia Muslim*. Naskah Publikasi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lopez, S.J., Jennifer, T.P., & Snyder, C.R. 2015. *Handbook Positive Psychology*. Third Edition. Los Angeles: SAGE Publications, Inc.
- Mardiah, Inayah. 2011. *Pengaruh Religiusitas, dan Family Support terhadap Happiness di Panti Werdah*. Naskah Publikasi. UIN Syarif Jakarta.
- McCullough, M.E & Emmons, R. A. 2003. *Counting Blessings Versus Burdens: An Experimental Investigation of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life*. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 84 (2), pp 377-389
- McCullough, M. E., Tsang, J. A., & Emmons, R. A. 2004. *Gratitude in Intermediate Affective Terrain: Links of Grateful Moods to Individual Differences and Daily Emotional Experience*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 295–309. The American Psychological Association, Inc.
- Moneta, Giovanni, B. 2014. *Positive Psychology: A Critical Introduction*. United States: Palgrave Macmillan.
- Nashori, H. Fuad, & Rachmy, D.M. 2002. *Mengembangkan Kreativitas dalam Perspektif Psikologi Islam*. Jogjakarta: Menara Kudus.
- Nurhidayah, S., & Rini Agustini. 2012. *Kebahagiaan Lansia Ditinjau dari Dukungan Sosial dan Spiritual*. *Jurnal Soul*, Vol. 5, No.2, September.

- Parwitasari, J.E. 1994. *Aspek Sosio-Psikologis Lansia di Indonesia*. *Buletin Psikologi*. No. 1, 27-34.
- Rajawane, Indra. 2011. *Hubungan Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis pada Lanjut Usia*. *Naskah Publikasi*. Riau: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Ridho, Ali. 2013. *Prinsip-prinsip Pengembangan Instrumen Penelitian*. Tidak dipublikasikan.
- Ryff, C. D. (1995). *Psychological Well-being in Adult Life*. *Current Directions in Psychological Science*, 4,99-104. Cambridge: Cambridge University Press.
- Santrock, J.W. 1995. *Life Span Development*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. 2006. *Life Span Development*. Edisi Kedelapan. New York: McGraw-Hill.
- Santrock, J.W. 2012. *Life Span Development*. Edisi Ketigabelas. Jakarta: Erlangga.
- Shihab, Muhammad Quraish. 2007. *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai persoalan Umat*. Bandung: Mizan.
- Shobihah, Ida Fitri. 2013. *Dinamika Syukur pada Ulama Yogyakarta*. *Jurnal Skripsi*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.
- Singarimbun, Masri. 1991. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: LP3S.
- Sugiyono. 2008. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta



- Supangat, Andi. 2007. *Statistika dalam Kajian Deskriptif, Inferensi, dan Nonparametrik*. Jakarta: Kencana.
- Tanaya, Raka, R., & Yasa, Gusti, W.M. *Kesejahteraan Lansia dan Beberapa Faktor yang Mempengaruhi di Desa Daging Puri Kauh*. (Tanpa Tahun). *Jurnal Kependudukan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Vol. XI, No. 1, Hal. 8-12.
- Utami, Novalia, Desty. *Gambaran Psychological Well-Being pada Individu Lanjut Usia yang Tinggal di Panti Werdah*. (Tanpa Tahun). Naskah Publikasi. Universitas Gunadarma.
- Vasquez, C., Gonzalo H., Juan R., Diego G. 2009. *Psychological Well-being and Health. Contribution of Positive Psychology. Spain*. School of Psychology Complutense University, 15-27.
- Watkins, P.C., Woodward, K., Stone, T. & Kolts. 2003. *Gratitude and Happiness: Development of a Measure of Gratitude and Relationship with Subjective Well-being. Social Behavior and Personality*. 5. 431-452
- Wood, A. M., Joseph, S., & Maltby, J. 2009. *Gratitude Predicts Psychological Well-Being Above The Big Five Facets. Personality and Individual Differences*, 46, 443–447.



# LAMPIRAN

## Lampiran 1.

### BUKTI KONSULTASI

Nama : Siti Naharotun Nikmah  
NIM : 13410136  
Jurusan/Fakultas : Psikologi / Psikologi  
Dosen Pembimbing : Dr. Yulia Sholichatun, M.Si  
Judul Skripsi :

“ Hubungan Religiusitas dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Psikologis  
Lansia di Pondok Pesantren Lansia PPAI Ketapang Kecamatan Kepanjen  
Kabupaten Malang”

No	Tanggal	Hal Yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1	28 Oktober 2016	Konsultasi Proposal Skripsi (Bab I, II, III)	
2	31 Oktober 2016	Revisi Proposal (Bab I, II, III)	
3	2 November 2016	Mengumpulkan revisi proposal Bab I, II, III	
4	4 November 2016	Mengambil revisian Proposal Skripsi	
5	8 November 2016	Mengumpulkan revisi proposal Bab I, II, III	
6	14 November 2016	ACC Proposal Bab I, II, III	
7	19 November 2016	Observasi dan wawancara	
8	22 November 2016	Seminar Proposal	
9	18 Desember 2016	Observasi dan wawancara kedua	
10	19 Desember 2016	Konsultasi kondisi di lapangan	
11	12 Januari 2017	Konsul pergantian konsep penelitian	
12	15 Januari 2017	Konsultasi Analisis Swot	
13	17 Januari 2017	Konsultasi penelitian skripsi Bab I	
15	19 Januari 2017	ACC Bab I	
16	21 Januari 2017	Konsultasi Bab II	
17	23 Januari 2017	Mengumpulkan revisi Bab II	

19	26 Januari 2017	Konsultasi Bab II & III	
20	27 Januari 2017	Konsultasi Skala Penelitian	
21	30 Januari 2017	Konsultasi revisi skala	
22	1 Februari 2017	Konsultasi revisi skala	
23	3 Februari 2017	Konsultasi revisi skala	
24	5 Februari 2017	Konsultasi revisi skala	
25	6-20 Februari 2017	CVR Skala kepada 8 dosen Ahli Psikologi	
26	24 Februari 2017	Konsul hasil CVR dan Skala Fix	
27	2 & 10 Maret 2017	Penelitian	
28	27 Maret 2017	Konsul Bab I-V	
29	31 Maret 2017	Revisi Bab VI	
30.	4 April 2017	Konsul Bab VI	
31.	6 April 2017	Konsul Bab VI dan ttd lembar persetujuan	

Malang, 25 Maret 2017

Mengetahui,

Wakil Dekan Bidang Akademik

Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

NIP. 197605122003121002

Lampiran 2

SKALA UJI CVR KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (Ryff)

Aspek	Indikator	Pernyataan	Ket.	Pilihan jawaban			Saran
				Sesuai	Kurang sesuai	Tidak sesuai	
<i>Self Acceptance</i> (penerimaan diri)	Sikap positif pada diri	Saya orang yang baik	F				
		Saya orang yang ramah	F				
	Memandang positif masalah	Masalah yang saya alami dimasalalu menjadi sebuah pembelajaran berharga bagi saya	F				
		Masa muda saya tidak berkesan	U				
<i>Positive Relations with Others</i> (hubungan positif dengan orang lain)	Hubungan hangat (akrab) dengan orang lain	Saya memiliki hubungan baik dengan orang lain	F				
		Saya merasa kesepian, karena jauh dari keluarga	U				
	Empati	Saya senang membantu orang lain	F				
	Memiliki kepercayaan terhadap orang lain	Saya mempercayai orang lain	F				
Saya percaya keluarga menitipkan saya di pondok, agar menjadi lebih baik		F					



<i>Autonomy</i> (kemandirian)	Mandiri	Saya mampu melakukan semua hal sendiri	F			
	Teguh dalam pendirian	Saya khawatir penilaian orang tentang saya	U			
	Motivasi dari dalam diri	Saya menentukan keputusan saya sendiri	F			
	Mempertahankan diri dari pengaruh luar	Saya mudah terpengaruh oleh orang lain	U			
	Mengevaluasi diri	Masih banyak hal yang harus saya perbaiki dalam hidup	F			
<i>Environmental Mastery</i> (penguasaan lingkungan)	Mengatur lingkungan	Saya merasa bertanggung jawab atas situasi di lingkungan sekitar	F			
	Mengatur aktivitas luar	kegiatan di pondok membuat saya terkekang	U			
		Saya kewalahan dalam menjalankan peraturan di pondok	U			
		Saya kesulitan membagi waktu kegiatan pondok dan kegiatan pribadi	U			
	menciptakan konteks yang cocok dengan kebutuhan dan nilai personal	Saya tidak cocok dengan orang-orang di lingkungan sekitar	U			
<i>Purpose in</i>	Memiliki	Saya memperbanyak amal sholeh untuk	F			

<i>Life</i> (tujuan dalam hidup)	tujuan hidup	bekal di akhirat nanti				
		Saya memiliki arah dan tujuan dalam hidup	F			
		Di masa tua ini tidak ada yang bisa saya lakukan kecuali makan dan tidur	U			
	Memiliki keyakinan dalam hidup	Saya yakin banyak hal yang patut disyukuri dalam hidup	F			
	Memiliki pilihan	Di masa tua ini saya memilih tinggal dipondok agar saya dapat hidup nyaman	F			
<i>Personal Growth</i> (pertumbuhan pribadi)	Keinginan mengembangkan diri	Saya tidak tertarik dengan kegiatan baru yang dapat menambah wawasan	U			
		saya memiliki semangat untuk belajar agama	F			
	Terbuka dengan pengalaman baru	Saya mampu menyesuaikan diri, dengan kegiatan baru dipondok	F			
	Memperbaiki diri dan tingkah laku	Bagi saya, hidup adalah suatu proses pembelajaran untuk memperbaiki diri	F			
		Saya menyerah untuk memperbaiki diri	U			

**Lampiran 3**

**SKALA UJI CVR RELIGIUSITAS (Glock & Stark)**

Aspek	Indikator	Pernyataan	Ket.	Pilihan jawaban			Saran
				Sesuai	Kurang sesuai	Tidak sesuai	
Keyakinan	Percaya kepada Allah	Saya yakin adanya Allah, yang hadir setiap saat dimanapun dan kapanpun	F				
	Percaya kepada malaikat	Saya yakin dengan adanya malaikat yang diberi tugas masing-masing oleh Allah	F				
	Percaya kepada Nabi/Rasul	Saya tidak yakin bahwa Nabi dan Rasul Allah sebenarnya ada	U				
		Saya percaya bahwa Nabi Muhammad adalah nabi Akhir zaman	F				
	Percaya kepada kitab Allah	Saya percaya adanya kitab-kitab Allah seperti Al-qur'an yang diturunkan kepada nabi Muhammad	F				
	Percaya kepada hari akhir	Saya tidak percaya akan adanya kehidupan setelah kematian	U				
	Percaya kepada qadha dan qadar	Saya percaya bahwa Allah sudah menentukan takdir manusia	F				
Peribadatan	Menunaikan	Saya melaksanakan sholat lima waktu	F				

	sholat	Saya melaksanakan sholat sunnah untuk menambah amalan saya	F				
	Membaca Al Quran	Saya meluangkan waktu untuk membaca Al-qur'an	F				
	Menunaikan puasa	Saya melaksanakan ibadah puasa sunnah	F				
		Saya mampu melaksanakan puasa Ramadhan	F				
	Melaksanakan zakat	Setiap tahun saya mengeluarkan zakat fitrah kepada fakir miskin	F				
	Membaca dzikir	Saya mengisi waktu luang dengan berdzikir dan mengingat Allah	F				
Penghayatan	Khusuk dalam berdoa dan berdzikir	Saya berdzikir dengan hati yang khusyuk	F				
		Ketika berdzikir dan berdo'a hati saya terasa bergetar dan meneteskan air mata	F				
	Khusuk dalam shalat	Saya merasakan kehadiran Allah ketika shalat	F				
		Ketika shalat saya masih memikirkan hal lain	U				
	tersentuh mendengar ayat kitab suci	Hati terasa tenang ketika mendengar lantunan Ayat suci Al-qur'an	F				
		menurut saya mendengarkan bacaan ayat suci al-qur'an adalah hal yang wajar dan biasa saja	U				
Pengetahuan	Pengetahuan	Saya tahu bahwa Mempercayai Allah harus	F				

n agama	tentang pokok-pokok ajaran yang harus di imani	dengan sepenuh hati				
		umat islam tidak wajib menjalankan rukun islam	U			
	pengetahuan AL Quran dan al- Hadis.	Saya mengerti maksud dari lafadz “laa ilaaha illallah Muhammadur Rasulullah”	F			
		Yang saya tahu Al-Qur’an itu hanya berisi tentang hubungan manusia dengan Sang pencipta	U			
	Pengetahuan tentang hukum-hukum Islam	Wajib hukumnya menutup aurat bagi wanita	F			
		Saya mengetahui hukum memakan daging babi itu haram	F			
Pengalaman	Akhlak yang terpuji/ mulia	Saya mengucapkan salam ketika bertemu teman di jalan	F			
		Saya menyisihkan uang untuk membantu orang yang membutuhkan	F			
		Jika teman dan orang disekitar saya kesusahan, saya akan menolongnya	F			
		biasanya saya menyisihkan sebagian uang untuk beramal kepada fakir miskin	F			
		Saya tidak mengikuti kegiatan rutin kerja bakti di pondok	U			
		Saya masih suka membicarakan orang lain	U			



**Lampiran 4**

**SKALA UJI CVR KEBERSYUKURAN (McCullogh)**

Aspek	Indikator	Pernyataan	Ket.	Pilihan jawaban			Saran
				Sesuai	Kurang sesuai	Tidak sesuai	
Intensity (seberapa dalam)	syukur yang lebih kuat untuk sebuah peristiwa positif	Saya bersyukur masih diberi kesehatan hingga saat ini	F				
		Saya bersyukur masih diberi kesempatan Allah untuk berbagi dan menolong orang lain	F				
		Saya bersyukur karena bisa sholat berjama'ah dan mendengarkan tausiyah dari kyai di pondok	F				
		Saya bersyukur masih diberi kesempatan untuk bersilaturahmi dengan rekan-rekan di pondok	F				
		Saya merasa jenuh dengan kegiatan di pondok	U				
		Saya bersyukur dengan adanya kegiatan dzikir dan istighosah akbar sehingga dapat menambah amalan baik saya	F				
		Ketika Allah memberi rizky lebih, saya akan beramal lebih banyak untuk fakir miskin	F				
		Kegiatan wajib sholat berjama'ah	U				

		membuat saya terpaksa pergi ke masjid					
Frequency (seberapa sering)	Rasa syukur di sepanjang waktu,	banyak nikmat yang saya dapatkan setiap saat	F				
		Kapanpun saya merasa kecewa, saya ingat untuk selalu bersyukur	F				
		Hal-hal yang saya syukuri, bila ditulis akan menjadi daftar yang panjang	F				
		Saya merasa bahagia ketika saya terus mengingat nikmat Allah	F				
		Percuma saya mensyukuri hal-hal yang menurut saya tidak penting	U				
	Rasa syukur atas kebaikan dan kesopanan	Saya merasa terganggu dengan orang yang terlalu perhatian dengan saya	U				
		Saya bersyukur karena banyak orang yang membantu saya	F				
		Setiap kali saya susah Allah selalu memberi petunjuk	F				
		Saya bahagia karena rekan-rekan di pondok sering mengingatkan ketika saya lupa berjama'ah	F				
		Saya bersyukur masih banyak orang yang mendukung saya	F				
Span	Syukur di berbagai keadaan	Semakin bertambah tua, saya lebih bisa menghargai orang lain	F				
		Dimasa tua ini, saya lebih bisa menerima keadaan hidup	F				
		Saya bersyukur tinggal di pondok	F				

		pesantren					
		Saya kecewa karena tidak bisa menikmati masa tua dengan keluarga	U				
		Saya menikmati makanan seadanya dipondok	F				
		Saya tidak bisa leluasa tinggal dipondok karena kamarnya kecil dan sempit	U				
	Syukur atas berbagai peristiwa kehidupan	Banyak yang patut saya syukuri dalam hidup ini.	F				
		Saya bahagia memiliki rekan yang sama-sama belajar ilmu agama dipondok	F				
		Ketika mengalami musibah saya tetap bersyukur karena berarti Allah menyayangi saya	U				
		Saya tinggal dipondok bukan berarti keluarga tidak mau mengurus saya	F				
Density	Syukur untuk banyak orang atau selain orang (benda, tuhan, dll) atas akibat positif	Saya berterima kasih kepada banyak orang	F				
		Saya merasakan nikmat yang begitu besar dari Allah	F				
		saya berterimakasih kepada Allah karena saya masih diberi kesempatan untuk bernafas	F				
		Saya berterimakasih kepada ustad maupun ustadzah dipondok, karena telah membimbing saya menjadi lebih baik	F				
		Nikmat yang saya peroleh berasal dari usaha saya sendiri	U				

	Saya benci kepada keluarga, karena membiarkan saya tinggal dipondok	U				
	Saya berterimakasih kepada rekan-rekan pondok yang sudah menemani keseharian saya	F				
	Saya bersyukur dengan adanya pondok ini, sehingga saya dapat mendalami agama, dan memepbaiki diri dimasa tua	F				

Malang .....2017

\_\_\_\_\_  
NIP.



**Lampiran 5****SKALA PENELITIAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS**

Nama Lengkap :  
 Usia :  
 Jenis kelamin :

**PETUNJUK PENGISIAN**

Pada bagian ini, kami mohon kerjasama Anda untuk mengisi sejumlah pernyataan yang sesuai dengan diri Anda. Tidak ada jawaban yang salah, sehingga Anda tidak perlu khawatir akan jawaban yang Anda berikan. Anda diminta untuk memberikan tanda (√) pada salah satu kolom angka : **1 - 4** yang telah disediakan. Mohon semuanya di isi dan tidak ada yang terlewati. Pernyataan-pernyataan dalam skala ini mempunyai empat alternatif jawaban Anda, yaitu :

- 1 : Sangat Tidak Sesuai**  
**2 : Tidak Sesuai**  
**3 : Sesuai**  
**4 : Sangat Sesuai**

No.	Pernyataan	Respon			
		1	2	3	4
1.	Saya orang yang baik				
2.	Saya orang yang ramah				
3.	Bagi saya masa lalu adalah pelajaran yang berharga				
4.	Masa muda saya tidak berkesan				
5.	Saya memiliki hubungan baik dengan orang lain				
6.	Saya kesepian karena tidak memiliki teman dekat dipondok				
7.	Saya senang membantu orang lain				



8.	Saya mempercayai orang lain				
9.	Saya percaya keluarga menitipkan saya di pondok, agar menjadi lebih baik				
10.	Saya mampu melakukan semua aktivitas sendiri				
11.	saya khawatir orang menilai tentang saya				
12.	Saya tinggal dipondok atas keinginan sendiri				
13.	Saya mudah terpengaruh oleh orang lain				
14.	Masih banyak hal yang harus saya perbaiki dalam hidup				
15.	Saya merasa bertanggung jawab dengan hal-hal yang terjadi di lingkungan saya				
16.	Kegiatan di pondok membuat saya tidak kerasan				
17.	Saya kesulitan dalam menjalankan peraturan di pondok				
18.	Saya kesulitan membagi waktu kegiatan pondok dan kegiatan pribadi				
19.	Saya tidak cocok dengan orang-orang di lingkungan sekitar				
20.	Saya memperbanyak amal sholeh untuk bekal di akhirat				
21.	Tujuan hidup saya di masa tua adalah lebih memperbaiki diri				
22.	Di masa tua ini tidak ada yang bisa saya lakukan kecuali makan dan tidur				
23.	Saya yakin banyak hal yang patut dihargai dalam hidup				
24.	Di masa tua ini saya memilih tinggal dipondok agar saya dapat hidup nyaman				
25.	Saya tidak tertarik dengan kegiatan pengajian rutin di pondok				
26.	saya memiliki semangat untuk belajar agama				
27.	Saya mampu menyesuaikan diri, dengan kegiatan baru dipondok				
28.	Saya banyak belajar dari masa lalu				
29.	Saya menyerah untuk memperbaiki diri				

**Lampiran 6****SKALA PENELITIAN RELIGIUSITAS**

Nama Lengkap :

Usia :

Jenis kelamin :

**PETUNJUK PENGISIAN**

Pada bagian ini, kami mohon kerjasama Anda untuk mengisi sejumlah pernyataan yang sesuai dengan diri Anda. Tidak ada jawaban yang salah, sehingga Anda tidak perlu khawatir akan jawaban yang Anda berikan. Anda diminta untuk memberikan tanda (√) pada salah satu kolom angka : **1 - 4** yang telah disediakan. Mohon semuanya di isi dan tidak ada yang terlewat. Pernyataan-pernyataan dalam skala ini mempunyai empat alternatif jawaban Anda, yaitu :

**1 : Sangat Tidak Sesuai****2 : Tidak Sesuai****3 : Sesuai****4 : Sangat Sesuai**

No	Pernyataan	Respon			
		1	2	3	4
1	Saya yakin adanya Allah, yang hadir setiap saat dimanapun dan kapanpun				
2	Saya yakin dengan adanya malaikat yang diberi tugas masing-masing oleh Allah				
3	Saya tidak yakin bahwa Nabi dan Rasul Allah sebenarnya ada				
4	Saya percaya bahwa Nabi Muhammad adalah nabi Akhir zaman				
5	Saya percaya adanya kitab Al-qur'an				
6	Saya tidak percaya akan adanya kehidupan setelah kematian				
7	Saya percaya bahwa Allah sudah menentukan takdir manusia				

8	Saya melaksanakan sholat lima waktu				
9	Saya melaksanakan sholat sunnah untuk menambah amalan saya				
10	Saya meluangkan waktu untuk membaca Al-qur'an				
11	Saya melaksanakan ibadah puasa sunnah				
12	Saya mampu melaksanakan puasa Ramadhan				
13	Setiap tahun saya mengeluarkan zakat fitrah kepada fakir miskin				
14	Saya mengisi waktu luang dengan berdzikir dan mengingat Allah				
15	Saya berdzikir dengan hati yang khusyuk				
16	Ketika berdzikir dan berdo'a hati saya terasa bergetar dan meneteskan air mata				
17	Saya merasakan kehadiran Allah ketika shalat				
18	Ketika shalat saya masih memikirkan hal lain				
19	Hati terasa tenang ketika mendengar lantunan Ayat suci Al-qur'an				
20	Ketika saya mendengarkan bacaan ayat suci Al-qur'an perasaan saya biasa saja				
21	Saya tahu bahwa Mempercayai Allah harus dengan sepenuh hati				
22	umat islam tidak wajib menjalankan rukun islam				
23	Saya mengerti maksud dari lafadz "laa ilaaha illallah Muhammadur Rasulallah"				
24	Yang saya tahu Al-Qur'an itu hanya berisi tentang hubungan manusia dengan Sang pencipta				
25	Wajib hukumnya menutup aurat bagi wanita				
26	Saya mengetahui hukum memakan daging babi itu haram				
27	Saya mengucapkan salam ketika bertemu teman di jalan				
28	Saya menyisihkan uang untuk membantu orang yang membutuhkan				
29	Jika teman dan orang disekitar saya kesusahan, saya akan menolongnya				
30	biasanya saya menyisihkan sebagian uang untuk beramal				

	kepada fakir miskin				
31	Saya tidak mengikuti kegiatan rutin kerja bakti di pondok				
32	Saya masih suka membicarakan orang lain				



**Lampiran 7****SKALA PENELITIAN KEBERSYUKURAN**

Nama Lengkap :

Usia :

Jenis kelamin :

**PETUNJUK PENGISIAN**

Pada bagian ini, kami mohon kerjasama Anda untuk mengisi sejumlah pernyataan yang sesuai dengan diri Anda. Tidak ada jawaban yang salah, sehingga Anda tidak perlu khawatir akan jawaban yang Anda berikan. Anda diminta untuk memberikan tanda (√) pada salah satu kolom angka : **1 - 4** yang telah disediakan. Mohon semuanya di isi dan tidak ada yang terlewat. Pernyataan-pernyataan dalam skala ini mempunyai empat alternatif jawaban Anda, yaitu :

**1 : Sangat Tidak Sesuai****2 : Tidak Sesuai****3 : Sesuai****4 : Sangat Sesuai**

No	Pernyataan	Respon			
		1	2	3	4
1	Saya bahagia masih diberi kesehatan hingga saat ini				
2	Saya merasa beruntung masih diberi kesempatan Allah untuk berbagi dan menolong orang lain				
3	Saya bersemangat untuk sholat berjama'ah dan mendengarkan tausiyah dari kyai di pondok				
4	Saya bahagia masih diberi kesempatan untuk bersilaturahmi dengan rekan-rekan di pondok				
5	Saya merasa jenuh dengan kegiatan di pondok				
6	Saya merasa terbantu dengan adanya kegiatan dzikir dan istighosah akbar sehingga dapat menambah amalan baik saya				
7	Ketika Allah memberi rizky lebih, saya beramal lebih banyak untuk fakir miskin				
8	Kegiatan wajib sholat berjama'ah membuat saya terpaksa pergi ke masjid				



9	banyak nikmat yang saya dapatkan setiap saat				
10	Kapanpun saya merasa kecewa, saya ingat untuk selalu menghargai nikmat yang diberikan Allah				
11	Saya selalu bersyukur atas rizky yang diberikan Allah selama ini				
12	Saya merasa bahagia ketika saya terus mengingat nikmat Allah				
13	Percuma saya menghargai hal-hal yang menurut saya tidak penting				
14	Saya merasa terganggu dengan orang yang terlalu perhatian dengan saya				
15	Saya merasa bahagia karena banyak orang yang membantu saya				
16	Setiap kali saya susah Allah selalu memberi petunjuk				
17	Saya bahagia karena rekan-rekan di pondok sering mengingatkan ketika saya lupa berjama'ah				
18	Saya merasa berharga karena masih banyak orang yang mendukung saya				
19	Semakin bertambah tua, saya lebih bisa menghargai orang lain				
20	Dimasa tua ini, saya lebih bisa menerima keadaan hidup				
21	Saya bersyukur tinggal di pondok pesantren				
22	Saya kecewa karena tidak bisa menikmati masa tua dengan keluarga				
23	Saya menikmati makanan seadanya dipondok				
24	Saya tidak bisa leluasa tinggal dipondok karena kamarnya kecil dan sempit				
25	Banyak yang patut saya hargai dalam hidup ini.				
26	Saya bahagia memiliki rekan yang sama-sama belajar ilmu agama dipondok				
27	Ketika mengalami musibah saya tetap tabah karena berarti Allah menyayangi saya				
28	Saya tinggal dipondok bukan berarti keluarga tidak mau mengurus saya				
29	Saya berterima kasih kepada banyak orang				
30	Saya merasakan nikmat yang begitu besar dari Allah				
31	saya berterimakasih kepada Allah karena saya masih diberi				

	kesempatan untuk bernafas				
32.	Saya berterimakasih kepada ustad maupun ustadzah dipondok, karena telah membimbing saya menjadi lebih baik				
33.	Nikmat yang saya peroleh berasal dari usaha saya sendiri				
34.	Saya benci kepada keluarga, karena membiarkan saya tinggal dipondok				
35.	Saya berterimakasih kepada rekan-rekan pondok yang sudah menemani keseharian saya				
36.	Saya merasa beruntung dengan adanya pondok ini, sehingga saya dapat mendalami agama, dan memepbaiki diri dimasa tua				



## Lampiran 8

### Hasil Uji Validitas CVR

#### CVR SKALA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

No. aitem	Ne	N	Nilai CVR	keterangan
1	8	8	1	esensial
2	7	8	0,75	esensial
3	7	8	0,75	esensial
4	7	8	0,75	esensial
5	8	8	1	esensial
6	7	8	0,75	esensial
7	8	8	1	esensial
8	8	8	1	esensial
9	7	8	0,75	esensial
10	8	8	1	esensial
11	8	8	1	esensial
12	5	8	0,25	esensial
13	8	8	1	esensial
14	8	8	1	esensial
15	7	8	0,75	esensial
16	5	8	0,25	esensial
17	7	8	0,75	esensial
18	8	8	1	esensial
19	6	8	0,5	esensial
20	7	8	0,75	esensial
21	7	8	0,75	esensial
22	7	8	0,75	esensial
23	7	8	0,75	esensial
24	7	8	0,75	esensial
25	5	8	0,25	esensial
26	8	8	1	esensial
27	8	8	1	esensial
28	8	8	1	esensial
29	6	8	0,5	esensial

CVR SKALA RELIGIUSITAS

No. aitem	Ne	N	Nilai CVR	keterangan
1	7	8	0,75	esensial
2	7	8	0,75	esensial
3	8	8	1	esensial
4	7	8	0,75	esensial
5	7	8	0,75	esensial
6	8	8	1	esensial
7	8	8	1	esensial
8	8	8	1	esensial
9	8	8	1	esensial
10	8	8	1	esensial
11	7	8	0,75	esensial
12	7	8	0,75	esensial
13	8	8	1	esensial
14	8	8	1	esensial
15	7	8	0,75	esensial
16	7	8	0,75	esensial
17	8	8	1	esensial
18	8	8	1	esensial
19	8	8	1	esensial
20	8	8	1	esensial
21	6	8	0,5	esensial
22	8	8	1	esensial
23	7	8	0,75	esensial
24	7	8	0,75	esensial
25	7	8	0,75	esensial
26	7	8	0,75	esensial
27	8	8	1	esensial
28	8	8	1	esensial
29	6	8	0,5	esensial
30	8	8	1	esensial
31	6	8	0,5	esensial
32	7	8	0,75	esensial

CVR SKALA KEBERSYUKURAN

No. aitem	Ne	N	Nilai CVR	keterangan
1	8	8	1	esensial
2	8	8	1	esensial
3	7	8	0,75	esensial
4	7	8	0,75	esensial
5	7	8	0,75	esensial
6	7	8	0,75	esensial
7	8	8	1	esensial
8	6	8	0,5	esensial
9	7	8	0,75	esensial
10	7	8	0,75	esensial
11	6	8	0,5	esensial
12	8	8	1	esensial
13	7	8	0,75	esensial
14	7	8	0,75	esensial
15	8	8	1	esensial
16	6	8	0,5	esensial
17	6	8	0,5	esensial
18	8	8	1	esensial
19	7	8	0,75	esensial
20	8	8	1	esensial
21	8	8	1	esensial
22	8	8	1	esensial
23	8	8	1	esensial
24	8	8	1	esensial
25	7	8	0,75	esensial
26	8	8	1	esensial
27	8	8	1	esensial
28	8	8	1	esensial
29	7	8	0,75	esensial
30	8	8	1	esensial
31	8	8	1	esensial
32	8	8	1	esensial
33	7	8	0,75	esensial
34	7	8	0,75	esensial
35	8	8	1	esensial
36	7	8	0,75	esensial



## Lampiran 9

### Hasil Uji Reliabilitas

#### Kesejahteraan psikologis (penelitian)

##### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	21	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	21	100,0

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

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,951	24

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
a1	52,52	111,462	,599	,950
a2	52,43	108,857	,856	,947
a3	52,14	110,829	,861	,947
a4	52,24	110,490	,653	,949
a5	52,19	112,062	,774	,948
a7	52,05	112,748	,685	,949
a8	52,38	112,148	,670	,949
a9	52,14	112,729	,611	,950
a10	52,29	114,514	,374	,953
a12	52,52	107,962	,759	,948
a13	52,43	107,857	,771	,948
a14	52,10	115,990	,514	,951
a15	52,19	113,362	,804	,948

a16	52,14	113,029	,527	,951
a17	52,38	112,748	,556	,950
a18	52,43	113,557	,524	,951
a20	51,90	115,490	,573	,950
a21	51,95	113,948	,707	,949
a23	52,19	113,462	,794	,948
a24	52,62	108,848	,616	,950
a25	52,29	113,014	,637	,949
a26	52,00	113,600	,733	,949
a27	52,43	108,857	,856	,947
a28	52,10	114,190	,684	,949



## Lampiran 10

### Hasil Uji Reliabilitas

#### Religiusitas (penelitian)

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,952	28

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
a1	64,29	177,214	,622	,950
a2	64,48	171,162	,640	,950
a4	64,33	173,833	,866	,949
a5	64,43	171,957	,658	,950
a6	64,57	176,357	,395	,952
a7	64,33	175,433	,741	,949
a8	64,33	173,933	,718	,949
a9	64,62	170,548	,841	,948
a10	64,62	168,748	,852	,948
a11	64,57	171,657	,761	,949
a12	64,38	175,048	,635	,950
a13	64,43	169,857	,769	,948
a14	64,48	169,962	,764	,948
a15	64,57	170,457	,747	,949
a16	64,76	172,490	,700	,949
a17	64,52	171,162	,782	,948
a18	65,00	171,400	,438	,953
a19	64,52	171,562	,758	,949
a20	64,81	171,062	,569	,951
a21	64,57	176,657	,381	,952
a23	64,67	174,833	,443	,952
a25	64,52	171,062	,599	,950
a26	64,67	173,433	,508	,951
a27	64,81	174,162	,561	,950
a28	64,57	175,657	,527	,951

a29	64,57	172,857	,690	,949
a30	64,48	177,862	,450	,951
a32	64,81	166,562	,769	,948



## Lampiran 11

## Hasil Uji Reliabilitas

## Kebersyukuran (penelitian)

## Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	21	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	21	100,0

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

## Reliability Statistics

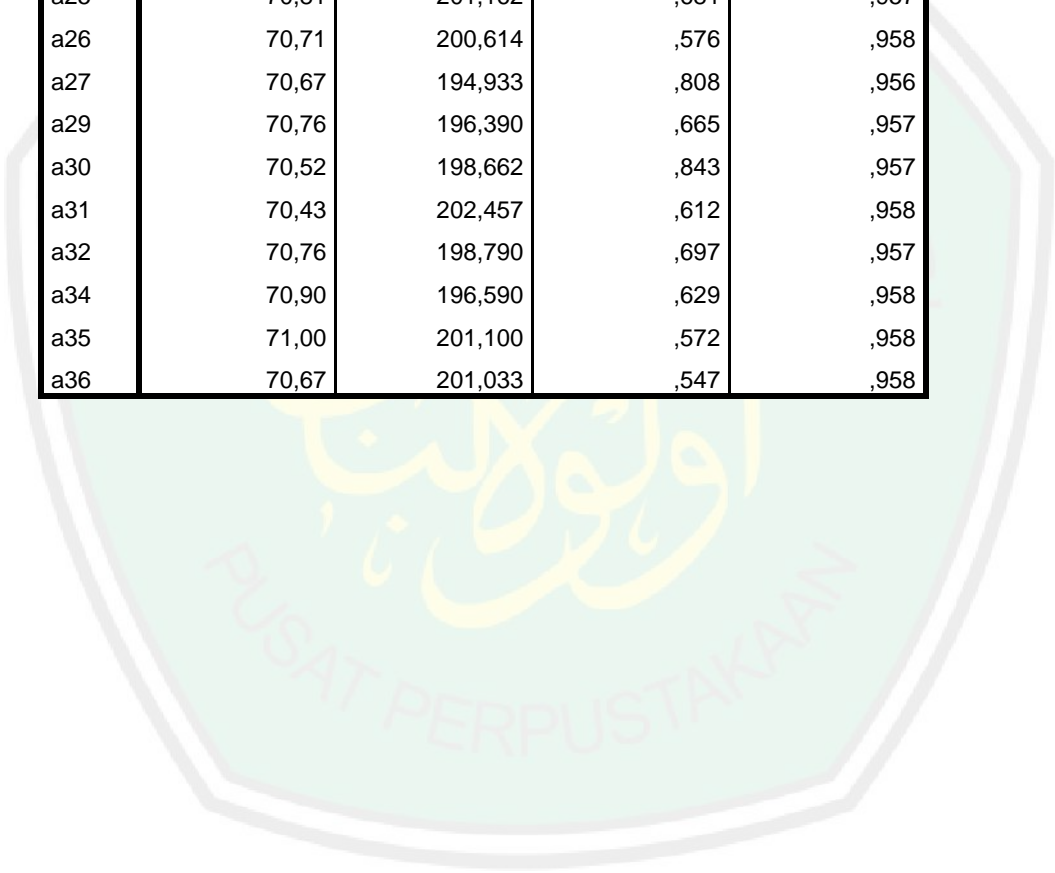
Cronbach's Alpha	N of Items
,959	31

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
a1	70,38	204,148	,512	,958
a2	70,71	200,014	,729	,957
a3	70,81	192,062	,756	,957
a4	70,81	196,362	,676	,957
a5	71,24	195,190	,523	,959
a6	70,95	190,648	,750	,957
a7	70,90	192,690	,699	,957
a8	70,95	197,448	,476	,959
a9	70,62	201,848	,593	,958
a10	70,95	194,548	,684	,957
a11	70,67	197,033	,624	,958
a12	70,57	201,557	,619	,958



a14	71,43	193,557	,611	,958
a15	70,62	200,348	,698	,957
a16	70,81	193,362	,756	,957
a17	70,95	194,948	,807	,956
a18	70,57	200,757	,676	,957
a19	70,90	189,290	,844	,956
a20	70,52	198,462	,717	,957
a21	70,67	201,033	,479	,959
a23	71,00	199,300	,595	,958
a25	70,81	201,162	,681	,957
a26	70,71	200,614	,576	,958
a27	70,67	194,933	,808	,956
a29	70,76	196,390	,665	,957
a30	70,52	198,662	,843	,957
a31	70,43	202,457	,612	,958
a32	70,76	198,790	,697	,957
a34	70,90	196,590	,629	,958
a35	71,00	201,100	,572	,958
a36	70,67	201,033	,547	,958



**Lampiran 12.**

**Deskripsi Variabel Penelitian**

**Religiusitas (X1)**

MAX	93	
MIN	42	
MEAN	74,2857	
SD	14,1214	
TINGGI	88,4071	88-93
SEDANG		61-87
RENDAH	60,1643	42-60

**X1**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	3	14,3	14,3	14,3
	SEDANG	15	71,4	71,4	85,7
	TINGGI	3	14,3	14,3	100,0
	Total	21	100,0	100,0	

**Kebersyukuran (X2)**

MAX	105	
MIN	45	
MEAN	82,2857	
SD	15,4827	
TINGGI	97,7684	98-105
SEDANG		68-97
RENDAH	66,803	45-67

**X2**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	4	19,0	19,0	19,0
	SEDANG	14	66,7	66,7	85,7
	TINGGI	3	14,3	14,3	100,0
	Total	21	100,0	100,0	

### Kesejahteraan Psikologi (Y)

MAX	84	
MIN	42	
MEAN	65,05	
SD	11,8076	
TINGGI	76,8576	77-84
SEDANG		54-76
RENDAH	53,2424	42-53

Y

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	2	9,5	9,5	9,5
	SEDANG	15	71,4	71,4	81,0
	TINGGI	4	19,0	19,0	100,0
	Total	21	100,0	100,0	

**Lampiran 13.**

**Hasil Korelasi**

**Correlations**

			Religiusitas	gratitude	PWB
Spearman's rho	Religiusitas	Correlation Coefficient	1,000	,815**	,834**
		Sig. (2-tailed)	.	,000	,000
		N	21	21	21
	gratitude	Correlation Coefficient	,815**	1,000	,869**
		Sig. (2-tailed)	,000	.	,000
		N	21	21	21
	PWB	Correlation Coefficient	,834**	,869**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	,000	.
		N	21	21	21

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

**Correlations**

			RELIGIUSITAS	PWB
Spearman's rho	RELIGIUSITAS	Correlation Coefficient	1,000	,834**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	21	21
	PWB	Correlation Coefficient	,834**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	21	21

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

**Correlations**

			gratitude	PWB
Spearman's rho	gratitude	Correlation Coefficient	1,000	,869**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	21	21
	PWB	Correlation Coefficient	,869**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	21	21

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

## Lampiran 14.

## Hasil Regresi Aspek dari Tiap Variabel Independent

## 1. Aspek Religiusias

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
	(Constant)	20,722	7,843			
1	Keyakinan	-,386	,594	-,110	-,650	,526
	peribadatan	1,025	,529	,376	1,937	,072
	penghayatan	1,560	,615	,499	2,534	,023
	pengetahuan	,893	,534	,241	1,673	,115
	pengalaman	,046	,715	,011	,064	,950

a. Dependent Variable: PWB

## 2. Aspek Kebersyukuran

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
	(Constant)	13,845	8,964			
1	Intensity	,515	,713	,198	,722	,481
	Frequency	1,312	,826	,542	1,589	,132
	Span	,432	,584	,165	,739	,470
	Density	,106	,998	,027	,106	,917

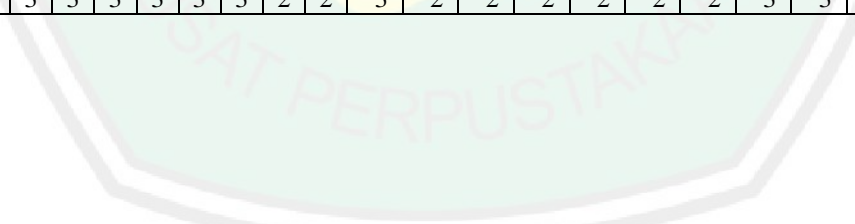
a. Dependent Variable: PWB



Lampiran 15

Tabulasi Skala Religiusitas

Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	Total	
1	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	3	3	0	3	93	
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	0	3	3	1	1	1	1	3	3	83
3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	77
4	3	3	0	3	3	0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	3	2	1	2	3	0	3	3	3	3	3	3	2	1	77	
5	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	3	3	0	3	93	
6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65
7	2	3	0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	2	0	3	3	3	3	3	3	3	0	3	82
8	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	68
9	3	1	2	2	2	1	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	67
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	55
11	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	0	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	0	42
12	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	0	2	2	2	2	3	2	82
13	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	49
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	0	3	3	3	2	3	2	1	2	85	
15	2	0	3	2	0	3	2	2	2	1	3	3	3	3	1	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	3	1	1	63	
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	0	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	90
17	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	0	0	3	0	0	0	3	1	3	3	3	3	3	75	
18	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	83
19	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	64
20	3	3	0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	0	3	3	3	3	3	0	3	3	3	3	3	3	0	3	82	
21	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	85



Lampiran 16

Tabulasi Skala Kebersyukuran

Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	Total	
1	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	3	3	3	3	3	3	3	3	105	
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	3	0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	100
3	3	2	3	3	3	2	2	0	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	89	
4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	0	2	3	3	93	
5	3	3	3	3	0	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	0	3	3	3	102	
6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	72
7	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	0	2	3	3	3	3	3	3	3	0	3	0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	2	3	3	92
8	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	78
9	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	2	2	3	81	
10	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	75
11	3	2	0	2	0	1	0	2	2	1	2	2	0	0	2	0	1	2	1	1	1	0	2	0	2	2	1	1	2	2	2	1	0	1	2	2	45	
12	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	0	3	3	2	2	2	3	2	2	91	
13	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	55	
14	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	1	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	89	
15	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	79	
16	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	88
17	2	2	3	0	0	0	3	0	2	2	0	2	3	1	2	2	2	2	0	3	3	3	2	2	2	3	2	3	0	2	2	2	2	1	2	2	64	
18	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	3	88	
19	3	2	1	2	2	1	1	2	2	0	3	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	3	0	3	2	1	2	1	2	2	2	2	1	3	1	1	63	
20	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	3	0	0	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	89	
21	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	0	2	3	3	2	3	3	1	2	90	

MAULANA MALIK IBRAHIM STATE ISLAMIC UNIVERSITY OF MALANG



**Lampiran 17**

**Tabulasi Skala Kesejahteraan Psikologis**

Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	TOTAL	
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84	
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	1	3	3	3	3	3	3	0	77	
3	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	0	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	66	
4	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	0	70	
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84	
6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59	
7	3	3	3	3	3	0	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	
8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	59	
9	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	0	2	2	2	3	3	60	
10	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	59	
11	2	1	1	1	1	0	1	1	1	3	3	0	1	3	2	1	1	2	1	2	2	3	2	1	1	2	0	2	1	42	
12	0	1	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	3	2	1	2	3	3	3	2	0	2	2	2	3	1	62	
13	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	45	
14	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	66	
15	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	55	
16	2	2	3	3	3	0	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	72	
17	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	54
18	1	2	3	2	3	2	2	2	3	3	1	2	3	2	3	2	2	2	1	3	3	3	2	1	3	3	2	2	3	66	
19	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	63	
20	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	76	
21	2	2	2	2	2	3	3	3	3	0	3	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	65	



## Lampiran 18

### Kategorisasi

Subjek	Jumlah	Religiusitas	Jumlah	Kebersyukuran	Jumlah	Kesejahteraan Psikologis
1	93	tinggi	105	tinggi	84	tinggi
2	83	sedang	100	tinggi	77	tinggi
3	77	sedang	89	sedang	66	sedang
4	77	sedang	93	sedang	70	sedang
5	93	tinggi	102	tinggi	84	tinggi
6	65	sedang	72	sedang	59	sedang
7	82	sedang	92	sedang	82	tinggi
8	68	sedang	78	sedang	59	sedang
9	67	sedang	81	sedang	60	sedang
10	55	rendah	75	sedang	59	sedang
11	42	rendah	45	rendah	42	rendah
12	82	sedang	91	sedang	62	sedang
13	49	rendah	55	rendah	45	rendah
14	85	sedang	89	sedang	66	sedang
15	63	sedang	79	sedang	55	sedang
16	90	tinggi	88	sedang	72	sedang
17	75	sedang	64	rendah	54	sedang
18	83	sedang	88	sedang	66	sedang
19	64	sedang	63	rendah	63	sedang
20	82	sedang	89	sedang	76	sedang
21	85	sedang	90	sedang	65	sedang

**Lampiran 19****Daftar Nama Lansia PONPES PPAI Ketapang**

<b>No.</b>	<b>Nama</b>	<b>Usia</b>	<b>Jenis Kelamin</b>
1	YUNILADANI	68	P
2	MUSDALIFAH	65	P
3	ROCHAYAH	70	P
4	SUKATI	67	P
5	SUMARAH	75	P
6	TUTIK	63	P
7	NAPSITI	70	P
8	ROCHMAH TOHIR	76	P
9	SITI SA'YAH	62	P
10	POERWIJATI	66	P
11	SRI SUMIYATI	67	P
12	MARYAM	73	P
13	SUWARNI	68	P
14	MARIANA	75	P
15	NING SRIUTAMI	63	P
16	RUBIATI	65	P
17	WIDJI LESTARI	66	P
18	MARFU'AH	66	P
19	ERTIVAN	72	P
20	RISTIN	71	P
21	WARSITI	65	P

Lampiran 20

Surat Penelitian



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

Jalan. Gajayana 50 Telepon / Faksimile +62341 - 558916 Malang 65144  
Website : [www.uin-malang.ac.id](http://www.uin-malang.ac.id) / <http://psikologi.uin-malang.ac.id>

Nomor : 269 /Un.3.4/TL.03/2/2017  
Hal : **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

24 Februari 2017

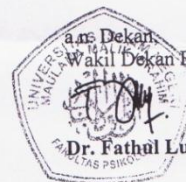
Kepada Yth : **Pengasuh Ponpes. PPAI Ketapang Kepanjen Malang**  
Di  
**Malang**

Dengan hormat

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bpk/Ibu untuk memberikan kesempatan melakukan penelitian skripsi kepada :

Nama/NIM : Siti Naharotun Nikmah (13410136)  
Tempat Penelitian : Ponpes. PPAI Ketapang Kepanjen Malang  
Judul : Hubungan Religiusitas Dan Kebersyukuran  
Dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia.  
Dosen Pembimbing : Dr. Yulia Sholicahtun, M.Si

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik  
**Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M. Si**

Tembusan :  
1. Dekan  
2. Wakil Dekan  
3. Arsip





PONDOK PESANTREN PUTRA-PUTRI  
PENDIDIKAN DAN PERGURUAN AGAMA ISLAM  
( **P. P. A. I** )

Ketapang - Kapanjen - Malang - Jawa Timur  
KODE POS 651 63 PO. BOX 10 Telp. (0341) 395827-396783  
E-mail: ppaiketapang@gmail.com - http://ppaiketapang.com

**SURAT KETERANGAN**  
**No: 08A/PPAI/SK/III/17**

Yang bertandatangan di bawah ini kami selaku Pengurus Pondok Pesantren Pendidikan dan Perguruan Agama Islam (PPAI) Ketapang Kapanjen Malang, menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

**N A M A** : Siti Naharotun Nikmah ( 13410136 )  
**Judul Penelitian** : Hubungan Religius Dan Kebersyukuran Dengan  
: Kesejahteraan Psikologi Lansia  
**Keterangan** : Bahwa Nama Tersebut Diatas, Benar - Benar  
Mengadakan Penelitian Skripsi di PPAI Ketapang.

Demikian surat keterangan ini kami sampaikan terimakasih.

Ketapang, 01 Maret 2017

Pengurus  
Pondok Pesantren PPAI Ketapang



**TAUFIQ**