

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada awalnya terdapat pandangan bahwa spiritualitas atau agama tidak dianggap sebagai salah satu bidang penelitian dalam psikologi. Menurut Fontana, aspek spiritual merupakan salah satu kebutuhan mendasar bagi individu.¹ Salah satu konstruk dalam hal yang berkaitan dengan spiritualitas yaitu *Spiritual Well-Being*. Beberapa studi dengan partisipan yang berasal dari Barat menyatakan bahwa *spiritual well being* memiliki korelasi positif dengan religiusitas dan keyakinan serta praktik spiritual. Dan jika secara umum, *spiritual well being* memiliki korelasi positif dengan *self-esteem*, tujuan hidup, dan *intrinsic religious commitment*.²

Kesadaran agama pada seseorang terlihat dalam kelakuan dan tindak agama orang itu dalam hidupnya. Adapun yang dimaksud dengan kesadaran adalah bagian agama yang hadir (terasa) dalam pikiran yang merupakan aspek mental. Sedangkan pengalaman agama adalah unsur perasaan dalam kesadaran beragama, yakni perasaan yang membawa kepada keyakinan yang dihasilkan oleh tindakan atau amaliyah. Keduanya bisa tampil dalam wujud

1 Widi Mukhabibah dkk, "Kesejahteraan Spiritual Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an," *Studia Insania*, 5 (2017).

2 Mukhabibah Widi dkk, "Kesejahteraan Spiritual Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an," *Studia Insania*, 5 (2017). Diakses pada 3 Mei 2018

aktivitas keagamaan, baik dalam ibadah khusus (mahdhah) maupun ibadah-ibadah sunnah.³

Masa usia pada mahasiswa merupakan masa usia dari remaja menuju dewasa awal, di mana pada usia tersebut berkisar sekitar 17-24 tahun. Yang menurut para ahli bahwa pada usia ini mereka sedang berada di masa peralihan, yaitu seperti mencari jati diri dan sesuatu hal baru yang bertujuan mencari kebahagiaan dan ketenangan baik secara jasmani ataupun ruhaninya. Seperti yang diungkapkan oleh Monk dkk, bahwa suatu tahap yang masih kurang mantap dan tahap peralihan inilah yang disebut masa remaja.⁴ Ketika berada di masa ini individu yang berusia remaja mulai berintegrasi dengan sekitarnya lebih tepatnya dengan masyarakat dewasa, yang mana mereka sudah tidak lagi merasa berada di bawah orang-orang dewasa atau yang lebih tua, akan tetapi mereka berada ada di dalam tingkatan yang sejajar atau sama, terutama dalam segini masalah hak..⁵

Menurut Papalia, Olds, Feldman, Remaja berkembang sangat berkaitan erat dengan lingkungan. Lingkungan sosial yang berpengaruh bagi remaja adalah sekolah yang merupakan elemen penting dalam proses perkembangan individu karena berfungsi pemilihan karir di masa mendatang dan merupakan sarana pembelajaran mengenai pengetahuan tentang peran sosial dan batasan

3 Jalaludin, "Tingkat Usia dan Perkembangan Spiritualitas serta Faktor yang Melatarbelakanginya di Majelis Tamasya Rohani Riyadhul Jannah Palembang," *Intizar*, 21.No.2 (2015), 165. Diakses pada 6 Mei 2018

4 Jalaludin, "Tingkat Usia dan Perkembangan Spiritualitas serta Faktor yang Melatarbelakanginya di Majelis Tamasya Rohani Riyadhul Jannah Palembang." di akses pada 6 mei 2018

5 Ambar Diyah Berlita, "*Hubungan Antara Sikap Syukur dengan Kesejahteraan Subjektif Siswa MAN Yogyakarta I*", Yogyakarta, 2014.hlm. 17 diakses pada 1 Mei 2018

norma.⁶ Selaras dengan konsep *Organization for Economic Co-Operation and Development* (OECD) yang dijadikan rujukan oleh Kementerian Pendidikan Nasional Indonesia dalam mengevaluasi penyelenggaraan fungsi dan peran sekolah di Indonesia telah merekomendasikan adanya parameter kualitatif dalam evaluasi seperti di Inggris dan Wales, yaitu berupa aspek spiritual, moral, sosial budaya, dan kontribusi sekolah dalam pengembangan *well-being* pelajar.⁷

Kebutuhan-kebutuhan pada usia mereka sangat bermacam-macam, dan mereka mulai mencari sesuatu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya secara jasmani dan ruhani. Akan tetapi, dalam memenuhi kebutuhan hidup tersebut tidaklah mudah banyak rintangan dan permasalahan yang muncul. Permasalahan ini nantinya akan menghasilkan pengalaman-pengalaman yang luar biasa bahwa tak jarang justru mengakibatkan hal yang tak diinginkan. Masa badai atau stress (*storm and stress*) merupakan dua masa yang ada pada masa remaja, yaitu di mana pada masa ini individu mengalami pergolakan yang penuh dengan permasalahan dan ketidakseimbangan suasana hati. Perilaku, tindakan, perasaan dan logika terkadang berkisar diantara kesombongan dan kerendahan hati, hawa nafsu, dan kebaikan, serta rasa gembira dan sedih. Inilah yang disebut masa perkembangan individu yang labil, hal ini diungkapkan oleh Hall.⁸

⁶ Prabowo Adhyatman, "Gratitude Dan Psychological Wellbeing Pada Remaja," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5 (2017), 1–11. Diakses pada 5 Mei 2018

⁷ Prabowo Adhyatman, "Gratitude Dan Psychological Wellbeing Pada Remaja," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5 (2017), 1–11. Diakses pada 5 Mei 2018

⁸ Ambar Diyah Berlita, "Hubungan Antara Sikap Syukur dengan Kesjahteraan Subjektif Siswa MAN Yogyakarta 1, Yogyakarta, 2014. Hlm.18.

Usia mahasiswa merupakan usia yang masih terbilang labil dalam berbagai macam hal, dan untuk mengatasi hal tersebut memiliki sikap syukur sangat dibutuhkan guna mengekspresikan perasaan emosional dalam diri baik itu yang positif atau negatif dari diri individu tersebut. Dengan adanya sikap syukur ini maka dapat membantu individu untuk bergerak maju dengan penuh antusias serta dapat meringankan kehidupan seseorang yang pada akhirnya dapat membantu individu dalam kesejahteraan spiritual guna mengintegrasikan makna dan tujuan hidupnya.

Semakin banyak seseorang bersyukur maka semakin banyak ia akan menerima. Dan semakin jauh individu menyingkari, maka semakin berat beban yang akan ditanggungnya. Beban yang dirasakan tersebut seperti rasa kecewa, tidak puas, frustrasi, yang pada akhirnya mengganggu keseimbangan dari spiritual individu tersebut. Dalam observasi awal yang peneliti lakukan yaitu mewawancarai beberapa mahasiswa dari Fakultas Ushuluddin, dan menanyakan kepada mereka bagaimana kaitan antara rasa syukur dengan kesejahteraan spiritual dan bagaimana kesejahteraan spiritual yang mereka rasakan setelah mereka menerapkan sikap syukur pada diri mereka karena perlahan mereka mulai memahami makna syukur itu sendiri untuk diri. Beberapa dari mereka menjelaskan bahwa jika dahulu mereka belum memahami hakikat dari syukur dan ada beberapa yang mengatakan bahwa mereka bersikap tersebut hanya untuk mendapat kesenangan duniawi semata, tetapi merasa hampa dan kosong dalam kata lain merasa tidak sejahtera terutama dalam segi spiritual.

Tak jarang mereka selalu merasa tak puas dengan apa yang mereka dapatkan, kondisi ketidakpuasan disini dirasakan karena kurangnya penerimaan dan toleransi yang minim terdapat masalah-masalah kehidupan yang ia hadapai serta kurangnya rasa bersyukur kepada Allah SWT, yang telah memberikannya nikmat dan anugerah yang telah dicapai saat ini. Individu yang memiliki rasa syukur dalam dirinya akan menyadari dan senantiasa mengambil hal-hal positif sehingga ia mampu mempersepsikan dirinya bahwa ia menerima banyak kebaikan dan pemberian baik dari Tuhan maupun orang di lingkungan sekitarnya sehingga mampu meningkatkan motivasinya untuk berlaku baik dan membalas kebaikan tersebut pada orang lain dalam bentuk perbuatan, perkataan, maupun perasaan dan pada akhirnya akan dapat menciptakan hubungan yang positif dengan orang lain, mandiri, dan mampu berfungsi sepenuhnya dalam lingkungan sosial. Hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh Emmons dan Mishra yang menyatakan bahwa *gratitude* adalah dasar kesejahteraan (*well-being*) dan kesehatan mental sepanjang hidup manusia. Dari masa kanak-kanak hingga usia tua, akumulasi dari keadaan positif secara psikologis, fisik, maupun hubungan relasi dikaitkan dengan *gratitude*.⁹

McCullough dkk dalam sebuah penelitiannya berpendapat bahwa individu yang bersyukur memiliki kecenderungan spiritualitas.¹⁰ Hal tersebut membuat individu yang bersyukur mengatribusi setiap permasalahan positif sebagai

9 Prabowo Adhyatman, "Gratitude Dan Psychological Wellbeing Pada Remaja," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5 (2017), 1–11..

10 Prabowo Adhyatman, "Gratitude Dan Psychological Wellbeing Pada Remaja," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5 (2017), 1–11..

intervensi Tuhan. Yang mana menunjukkan bahwa individu yang bersyukur menganggap hidup mereka merupakan sebuah hadiah, maka membuat mereka lebih jarang melakukan sesuatu demi sebuah imbalan, tidak mudah ada rasa iri dengan kesuksesan orang lain. Disisi lain individu pula jadi tidak memiliki sikap materialitis dan lebih menunjukkan sikap yang proposial yaitu cenderung menunjukkan rasa empati dan lebih mudah menggapai kebahagiaan karena merasa bermanfaat bagi orang lain.

Dalam memaknai kesejahteraan terutama dalam segi spiritual itu hanya dapat dirasakan dengan diri sendiri, kesejahteraan memiliki tolak ukur yang berbeda-beda. Karena kesejahteraan tidak bisa diukur dengan banyaknya materi yang dimiliki, kecantikan, kekuasaan. Tetapi jika individu dapat menerima dan mensyukuri apa yang dimiliki saat ini, sebesar apapun permasalahan yang dihadapi, jika individu merasa sejahtera dengan keadaan sekarang maka hidup individu pasti bahagia.¹¹

Penelitian-penelitian tentang syukur lebih banyak dikaji dan dihubungkan lebih ke kesejahteraan subjektif dan sangat jarang membahas lebih tentang kesejahteraan secara spiritual. Berdasarkan penjelasan dan fenomena-fenomena yang ada maka dalam penelitian ini peneliti mencoba menghubungkan variabel rasa syukur dengan kesejahteraan spiritual, dengan judul “Hubungan Rasa Syukur Dengan Kesejahteraan Spiritual Pada Mahasiswa” Studi kasus di Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

11 Mukhabibah Widi dkk. "Kesejahteraan Spiritual Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an", *Studia Insania*, 5, (2017).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang yang telah disampaikan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat rasa syukur pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung ?
2. Bagaimana kesejahteraan spiritual pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung ?
3. Bagaimana hubungan antara rasa syukur dengan kesejahteraan spiritual pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung ?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui dan memahami tentang Rasa syukur pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
2. Mengetahui dan memahami tentang kesejahteraan spiritual pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
3. Mengetahui dan memahami hubungan antara rasa syukur dengan kesejahteraan spiritual pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis
 - a. Memberikan sumbangan tambahan materi rasa syukur yang ditinjau dari psikologi dan tasawuf dalam kesejahteraan spiritual.

2. Secara Praktis

- a. Memberikan gambaran tentang kesejahteraan spiritual dan memberikan metode peningkatan rasa syukur dalam segi tasawuf.

E. Tinjauan Pustaka

Suatu tinjauan pustaka merupakan suatu hal yang penting dibutuhkan dalam setiap penelitian, yang digunakan sebagai *literature* dalam penelitian yang akan dilakukan selanjutnya dan bertujuan dalam mengidentifikasi perbedaan-perbedaan penelitian yang sedang dilakukan dengan penelitian yang sudah ada. Begitupun dalam penelitian ini, metode yang digunakan dalam penelitian ini bersumber pada buku-buku, jurnal-jurnal, dan skripsi kakak-kakak kelas yang berkaitan dengan rasa syukur dan kesejahteraan spiritual

Hasil penelitian dalam skripsi. *Pertama*, hasil penelitian yang berjudul “Pengaruh Gratitude Terhadap Hubungan Antara Materialisme dan Life Satisfaction.”¹². Skripsi ini tentang mengkaji hubungan gaya hidup materialistis dan life satisfaction pada mahasiswa dengan *gratitude* sebagai variabel moderating. Dan hasil signifikan pada penelitian tersebut menjelaskan bahwa *gratitude* bukanlah variabel moderating sehingga tidak mempengaruhi dalam hubungan antara materialisme dan life satisfaction. Jika dikaitkan dengan penelitian ini terdapat perbedaan pada variabel yang hanya menggunakan dua variabel dan menggunakan variabel syukur atau *gratitude* sebagai variabel X.

12 Nur Ida Kusumawati, “Pengaruh Gratitude Terhadap Hubungan Antara Materialisme dan Life Satisfaction,” Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, 2016, diakses pada 23 November 2017.

Kedua, hasil penelitian dalam skripsi yang berjudul “Hubungan Rasa Syukur dengan Konsep Diri Pada Remaja Di Panti Sosial Asuhan Anak Asyiyah Cianjur.”¹³ Skripsi ini menjelaskan tentang ada tidaknya hubungan antara rasa syukur dengan konsep diri pada remaja yang tinggal di panti sosial asuhan. Yang membedakan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan diteliti yaitu terletak pada variabel Y yang menggunakan variabel Kesejahteraan Spiritual.

Ketiga, jurnal penelitian yang berjudul “Pengaruh Meditasi Terhadap Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Abiyoso”¹⁴ Jurnal penelitian ini menjelaskan tentang penerapan kegiatan meditasi sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kesejahteraan spiritual pada lansia di panti tersebut. Penelitian ini bersifat *pre-eksperimental*, yang pada hasilnya yaitu setelah dilakukan penereapan meditasi terjadi perubahan kesejahteraan spiritual yang lebih baik. Letak perbedaan pada penelitian yang akan dilakukan yaitu pada metode yang akan digunakan, pada penelitian ini akan menggunakan metode korelasi.

Keempat, jurnal penelitian yang berjudul “Kesejahteraan Spiritual Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur’an”¹⁵ Jurnal penelitian ini menjelaskan tentang mencari lebih dalam bagaimana fakta sesungguhnya mengenai kesejahteraan pada penghafal Al-Qur’an terutama dalam gambaran *spiritual*

13 Fitriani Fenty , “Hubungan Rasa Syukur dengan Konsep Diri Pada Remaja di Panti Sosial Asuhan Anak Asyiyah Cianjur,” Skripsi mahasiswi fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2017, diakses pada 28 Maret 2018 .

14 Suwarsih , Yane Cristiana Ua Sanan, dan Induniasih, “Pengaruh Meditasi Terhadap Kesejahteraan Spiritual Pada Lansia Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Abiyoso,” *Keperawatan Respati*, II (2015), diakses pada 7 April 2018.

15 Mukhabibah Widi dkk, "Kesejahteraan Spiritual Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an", *Studia Insania*, 5, 2017, diakses pada 28 Maret 2018.

well being pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an. Letak perbedaan pada penelitian ini yaitu pada variabel dan metode yang akan digunakan yaitu kuantitatif.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini terdiri dari lima Bab, yaitu yang terbagi sebagai berikut :

1. BAB I : Bab I dalam penelitian ini berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian yang ingin dicapai, dan sistematika penulisan guna memberikan informasi bagaimana penelitian ini dipaparkan.
2. BAB II : Bab II dalam penelitian ini berisi tentang landasan teori yang digunakan sebagai acuan dalam penulisan penelitian ini yang didalamnya juga terdiri dari penjelasan penelitian sebelumnya, kerangka pemikiran, serta hipotesis yang diajukan.
3. BAB III : Bab III dalam penelitian ini memuat tentang metode penelitian yang akan digunakan dalam menjelaskan hasil dari penelitian ini, yang terdiri dari penjelasan metode yang digunakan, waktu dan tempat penelitian, jumlah populasi dan sampel, subjek penelitian, variabel penelitian, teknik pengumpulan data dan analisis data.
4. BAB IV : Bab IV dalam penelitian ini menjelaskan tentang hasil dan pembahasan dari penelitian.

5. BAB V : Bab V dalam penelitian ini memuat kesimpulan dari keseluruhan hasil yang ada serta saran yang dapat disampaikan.

