

**HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN KEBAHAGIAAN  
PADA MAHASISWA YANG AKTIF DI  
LEMBAGA DAKWAH KAMPUS UNP**

**SKRIPSI**

***Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Program Studi Psikologi Jurusan  
Bimbingan dan Konseling Sebagai Salah Satu Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi***



**Oleh:  
DESRATIH FOURFRAWISDA  
NIM. 1300617**

**Dosen Pembimbing:  
Rinaldi, S.Psi., M.Si  
Prima Aulia, S.Psi., M.Psi., Psikolog**

**JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2017**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN KEBAHAGIAAN PADA  
MAHASISWA AKTIF DI LEMBAGA DAKWAH KAMPUS**

Nama : Desratih Fourfrawisda

NIM/BP : 1300617/2013

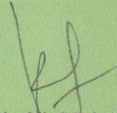
Jurusan : Psikologi

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Bukittinggi, Juli 2017

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Rinaldi, S.Psi., M.Si  
NIP. 19781012 200312 1 001

Pembimbing II



Prima Aulia, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP. 19861104 201404 1 001

## PENGESAHAN

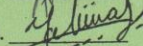
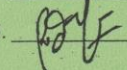
Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Padang

**Judul** : Hubungan religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa  
aktif di lembaga dakwah kampus  
**Nama** : Desratih Fourfrawisda  
**NIM/BP** : 1300617/2013  
**Jurusan** : Psikologi  
**Fakultas** : Ilmu Pendidikan

Bukittinggi, Juli 2017

Tim Penguji

1. Ketua : Rinaldi, S.Psi., M.Si
2. Sekretaris : Prima Aulia, S.Psi., M.Psi., Psikolog
3. Anggota : Yolivia Ina Aviani, S.Psi., M.Psi., Psikolog
4. Anggota : Devi Rusli, S.Psi., M.Si
5. Anggota : Rida Yanna P., S.Psi., M.Psi., Psikolog

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 



Alhamdulillah,,, Alhamdulillah,,, Alhamdulillahirobbil'alamin..

Puji serta syukur kusembahkan kepadaMu Ya Allah, Tuhan Yang Maha Agung nan Maha Besar nan Maha Pengasih nan Maha Penyayang, dan maha segala-galanya yang telah memberikan nikmat dan rahmat berupa kesehatan, kekuatan, ketabahan dan kemudahan sehingga skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Semoga keberhasilan yang Engkau hadirkan ini menjadi langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita besarku Ya Allah.

Shalawat dan salam untukmu Rasulullah Muhammad SAW dan para sahabat yang mulia semoga skripsi ini menjadi amal shaleh bagiku dan bagi keluargaku tercinta.

Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Maha Pemurah, Yang mengajar (manusia) dengan pena. Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya (QS: Al-'Alaq 3-5)

*Rasa syukur, rasa terima kasihku dan doa untukmu selalu my hero and my angel,  
ayahanda dan ibunda tercinta. Do'a, semangat, nasehat kasih sayang.*

***"How amazing you are to me"***

*Ama.. apa... Kupersembahkan karya mungil ini kepadamu sebagai salah satu upayaku dalam membalas sedikit dari banyak pengorbanan dan kasih sayang yang tak pernah mungkin untuk terbalaskan.*

*Ya Allah.. ya Rahman.. ya Rahim.. rasa syukur dan terimakasihku karena telah Kau titipkan aku pada kedua malaikatmu yang telah merawat, menjaga, mendidik, membimbingku dengan penuh kasih dan sayang, yang selalu setia mendampingi saat lemah tak berdaya, dan selalu ada saat suka maupun duka. Ya Allah balaslah kebaikan dan ketulusan hati mereka terhadap segala kasih sayang, kemudahan dan kesenangan yang sudah kuterima dengan mengabdikan doa mereka, memberikan rahmat dan nikmat rezeki, kesehatan, kebahagiaan dan umur yang panjang. Ya Allah berikanlah balasan syurgamu dan jauhkanlah mereka dari panasnya api nerakamu. Amiin...*

*Ya Allah jadikanlah hamba menjadi anak yang saleh dan berbakti pada orang tua hamba,  
Because everything is nothing without You, and I'm nothing without them and I love them with the deepest love that could exist.*

***"God is going to give you more than you asked"***

*Allah knows your Dua inside your heart before you speak it. If you cannot word it together, then ask Allah to grant whats in your heart*

*"Don't lose hope, Believe me, the world has so much goodness, and it will come to you. Just be patient and trust: what's meant to be will be"*

*Be happy with what you have while working for what you want.*

*Teruntuk my family Wisda....*

*Udaku Riri Maifitriono Wisda, S.Si & Uni Danti Aprilla S.T (till jannah, & until were grey and old); Uniang Rini Sevyilni Wisda, M.Pd & Uda Markis Mukhtar Amd.Kep (till Jannah & until were grey and old); Abang Rikhi Maitri Wisda S.TP (will success and enjoy, love what u do, & Be friendly yeah); Adiak Juni Faivantisa Wisda calon S.Pd (Keep Spirit, persvering and diligent); My Cousin Azkhaira Khalista Kisni (Wish u grow up loyal, diligent, smart, health & solehah); dan untuk adik beradik 4F, (Rajin-rajin belajar ya)*

*"terimakasih buat dukungan, doa & semangatnya arahan, motivasi, bimbingan, dan ceme'ehan dan ocehan yang tak pernah usai. Terimakasih telah selalu bersabar dan berbesar hati mengalah setiap kita rebut saling bertengkar kecil-kecilan hehe. Kita harus berkerjasama membuat apa & ama bangga nantinya ☺"*

*Terima kasih untuk seluruh keluarga besar Psikologi UNP, Ibu dan Bapak dosen yang telah mendidik dan membimbing kami dengan penuh kasih sayang kesabaran dan ketulusan. Sehingga ilmu yang selama ini telah diberikan sangat bermanfaat untuk kami sebagai bekal untuk melanjutkan kehidupan di masa yang akan datang. Tak lupa pula terima kasih untuk pak Cin dan buk Yet yang telah membantu urusan administrasinya, juga Pak Rinaldi dan Pak Prima Aulia sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, nasehat, motivasi, waktu, tenaga, pikiran dan bimbingannya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.*

*Terima kasih untuk pengurus RAP, pak Zul dan kak helen: rekan-rekan RAP Generasi 4 redak, egak, nella, tipeh, rika, tika sob, faisal terima kasih atas solidaritas, teamwork, friendship goal, evaluasi yang membuat tim menjadi erat dan kesalahan yang tak pernah terulang lagi, beserta adik-adik gen 5 dan 6.*

*Spesial untuk atiknya kita, ulan, rika, dolli para sesepuh yang rasanya "kita" sudah terasa, yang saling memotivasi, menyemangati, mencurahkan isi hati, mencaci maki, dan senang-sedih. Semangat buat maret ulan dan doyi!, mimpimu menjadi nyata semakin dekat. Selamat etek rika spsi yang lolos beberapa ujian ketabahan, Spsinya telah berhasil dilengkapi, dan notulen yang tak pernah jadi. Buat Adik-adik yang sering dibekali segala macam ilmu dan pengetahuan yang tak pernah ia dapatkan selain di rumah atikss, ipi umik katanya mereka, pina si torkonyol yang pernah ada, trisna yang suka mendengar cerita". Make your dreams come true soon. Pina yang minta dituliskan namanya terimakasih sponsor skripsweetnya, followers, supporter apapun dan dimanapun, penyelamat setiap makanan, tapi sekarang katanya diet, Sorry & thanks so much.*

*Ncik-ciknya cikpoy, cikpoy pasti akan rindu percakapan-percakapan kita tiap ketemu, dan kemanapun kita berkelana. Ncik nur, semangat terus, rajin nemuin dosen buat bimbingan, dan makin sesuatu ajah yaah. Urusan skripsi di nomorsatukan ya ncik nur. Cikva, jangan terlalu mencemaskan apa yang belum terjadi, dan selalu syukuri apa yang ada, dan ingat kata apa va, kalau keberuntungan va adalah ujian bagi va. Cikren, Kuatkan hati dan sabar dalam menemui dosen. Semoga revisiannya cepat kelar, lanjut penelitian dan kompre lagi. Cikpat, prillynya kita, semoga skripsinya lancer. Cerewetnya dikurangi aja ya cik pat. Buat ncik-cik nya poy, ncik nur, cikren, cikpat semoga wisuda bareng di maret nanti yaa. Amiin... semoga segala urusan kita dilancarkan dan diberkahi oleh Allah SWT. Amiin...*

*Buat teman seperjuangan 1, rere, makwo, rita, tipeh, diyah, doyi, el, nella, riri, arif, dan geby yang sama-sama menunggu waktu yang tepat. Teman seperjuangan 2, nova, egik, ritak, ajah, gemi, ayu dan apau serta senior kita kak nurul, kak winta, kak bilak yang sering Pdg-Bkt. BNN squad, semangat maret! Siri & zizi. Psikologi 13 "Tagok"!*

*Buat para sanaki dari tahun awal perkuliahan hingga sekarang, doyi, rika cakaik, ulan nesya, ana cireng, tipeh, ritak, egak, nella, makwo sari, faisal, redak, om roye, bg dio, ruben, egik, dan alm Akmal terimakasih waktu, kebersamaan, ceritanya.*

*Terima kasih untuk semua pihak yang telah memotivasi, menginspirasi, serta membantu dalam proses pembuatan skripsi ini.*



## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Bukittinggi, Juli 2017

Yang menyatakan,

Desrati Fourfrawisda

## **ABSTRACT**

**Title** : *Relationship between religiosity with happiness in students who are active in the institution of UNP campus*

**Name** : *Desratih Fourfrawisda*

**Advisor** : *1. Rinaldi, S.Psi., M.Si.*  
*2. Prima Aulia, S.Psi., M.Psi.*

*This study aims to determine the relationship between religiosity with happiness in students who are active in the institution of UNP campus. The method used is quantitative correlation. This study used proportionate stratified sampling technique. The number of samples of this study is 168 people. The measuring instruments used are the Glock & Stark scale and the happiness scale of Seligman. The result showed that the correlation coefficient of  $r = 0,550$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), showed that there was a very significant positive correlation between religiosity and happiness in active student of UNP campus missionary institution.*

**Key words:** *Religiosity, happiness, Student of campus missionary institution*

## **ABSTRAK**

Judul : **Hubungan Religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa aktif di lembaga dakwah kampus UNP**

Nama : Desratih Fourfrawisda

Pembimbing : 1. Rinaldi, S.Psi., M.Si.  
2. Prima Aulia, S.Psi., M.Psi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus UNP. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasi. Penelitian ini menggunakan teknik *proportionate stratified sampling* dalam pengambilan sampel. Jumlah sampel penelitian ini adalah 168 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala religiusitas dari Glock & Stark dan skala kebahagiaan dari Seligman. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi sebesar  $r = 0,550$ ,  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), memperlihatkan bahwa terdapat korelasi positif yang sangat signifikan antara religiusitas dan kebahagiaan pada mahasiswa aktif lembaga dakwah kampus UNP.

**Kata kunci:** Religiusitas, Kebahagiaan, Mahasiswa lembaga dakwah kampus



## **KATA PENGANTAR**

Syukur Alhamdulillah kehadiran Allah SWT, karena izin dan ridha-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa aktif di lembaga dakwah kampus UNP”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan perkuliahan dan memperoleh gelar sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Jurusan Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Penulis skripsi ini dibantu oleh berbagai pihak yang tidak lepas dari dukungan moral maupun materi. Oleh karena itu penulis berterima kasih kepada semua pihak yang telah membantu seluruh proses penulisan skripsi ini dengan memberi dukungan dan semangat hingga akhir karya ilmiah sederhana ini dapat terselesaikan. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Alwen Bentri, M.Pd., dan Bapak Mardjohan, M.Pd.,Kons selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang dan ketua Jurusan Bimbingan & Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang
2. Bapak Mardianto, S.Ag., M.Si., dan bapak Yanladila Yeltas Putra, S.Psi., M.A., selaku ketua dan sekretaris Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang beserta pegawai tata usaha.
3. Bapak Rinaldi, S.Psi., M.Si., selaku dosen Pembimbing I Skripsi yang telah sepenuh hati, sabar dan ikhlas membimbing, memberikan saran, bantuan serta

dukungan sehingga peneliti lebih bersemangat dan pantang menyerah dalam menyusun skripsi ini

4. Bapak Prima Aulia, S.Psi., M.Psi., selaku dosen pembimbing II Skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu dalam membimbing, memberikan saran, bantuan serta dukungan sepenuh hati, sabar dan ikhlas sehingga peneliti lebih bersemangat dan pantang menyerah dalam menyusun skripsi ini
5. Ibu Duryati, S.Psi.,M.A., Psikolog selaku dosen Pembimbing Akademik dan penguji, Ibu Yolivia Irna Aviani, M.Psi., Psi, Ibu Devi Rusli, S.Psi, M.Psi dan ibu Rida Yanna Primanita, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penguji, terima kasih atas masukan dan sarannya selama proses penulisan skripsi.
6. Bapak dan ibu dosen Staf Pengajar beserta Staf Administrasi Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang yang telah banyak memberikan bantuan, baik dalam pengajaran maupun kepentingan perkuliahan dan ilmu pengetahuan bagi penelini selama dalam masa perkuliahan.
7. Mahasiswa aktif lembaga dakwah kampus UNP yang bergabung di forum Forsis, Forsia, Formi madani, Formis, FKPWI, UKKI, dan UKK UNP yang telah membantu selama pengumpulan data penelitian skripsi.
8. Teristimewa untuk kedua orangtua tercinta apa dan ama serta seluruh keluarga yang selalu memberikan dukungan moril maupun materil, do'a dan kasih sayang yang tak terhingga kepada Peneliti. Segala yang telah diraih semuanya berkat dukungan beliau.

9. Teman-teman Psikologi angkatan 2013 yang sama-sama berjuang dalam menyelesaikan perkuliahan dan memberikan dukungan serta semangat bagi peneliti.
10. Keluarga besar Prodi Psikologi dan pihak-pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah membantu Peneliti dalam menyelesaikan karya ini.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, Peneliti mengharapkan kritik, masukan, dan saran yang membangun dari Pembaca. Semoga skripsi sederhana ini memberikan bermanfaat bagi semua pihak. Amin.

Bukittinggi, 2017

Peneliti,

Desratih Fourfrawisda

## DAFTAR ISI

|                                                                                                         | Halaman     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                                                    | <b>i</b>    |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                                                    | <b>ii</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                                                              | <b>iii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                                                                 | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                                                               | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                                                               | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                                                            | <b>x</b>    |
| <b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>                                                                          | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang .....                                                                                 | 1           |
| B. Identifikasi Masalah.....                                                                            | 7           |
| C. Batasan Masalah.....                                                                                 | 8           |
| D. Rumusan Masalah .....                                                                                | 8           |
| E. Tujuan Penelitian .....                                                                              | 8           |
| F. Manfaat Penelitian .....                                                                             | 9           |
| <b>BAB II. KAJIAN TEORI .....</b>                                                                       | <b>11</b>   |
| A. Kebahagiaan .....                                                                                    | 11          |
| 1. Pengertian Kebahagiaan.....                                                                          | 11          |
| 2. Aspek-Aspek Kebahagiaan .....                                                                        | 12          |
| 3. Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan .....                                                           | 13          |
| 4. Pengukuran Kebahagiaan.....                                                                          | 17          |
| B. Religiusitas.....                                                                                    | 17          |
| 1. Pengertian Religiusitas.....                                                                         | 17          |
| 2. Dimensi Religiusitas .....                                                                           | 18          |
| 3. Faktor yang Mempengaruhi Religiusitas .....                                                          | 20          |
| 4. Pengukuran Religiusitas.....                                                                         | 20          |
| C. Mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus .....                                                  | 21          |
| D. Hubungan religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa yang aktif di<br>lembaga dakwah kampus ..... | 23          |

|                                                |           |
|------------------------------------------------|-----------|
| E. Kerangka Konseptual .....                   | 25        |
| F. Hipotesis.....                              | 25        |
| <b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>        | <b>26</b> |
| A. Desain Penelitian.....                      | 26        |
| B. Definisi Operasional.....                   | 26        |
| C. Populasi dan Sampel .....                   | 27        |
| D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data ..... | 29        |
| E. Validitas dan Reliabilitas .....            | 33        |
| F. Prosedur Pelaksanaan Penelitian.....        | 37        |
| G. Teknik Analisis Data.....                   | 38        |
| <b>BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>      | <b>40</b> |
| A. Deskripsi Data Penelitian.....              | 40        |
| 1. Kategorisasi Skala Religiusitas .....       | 41        |
| 2. Kategorisasi Skala kebahagiaan.....         | 46        |
| B. Analisis Data .....                         | 49        |
| 1. Uji Normalitas.....                         | 49        |
| 2. Uji Linearitas.....                         | 49        |
| 3. Uji Hipotesis .....                         | 50        |
| C. Pembahasan .....                            | 50        |
| <b>BAB V. PENUTUP.....</b>                     | <b>59</b> |
| A. Kesimpulan .....                            | 59        |
| B. Saran.....                                  | 59        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                    | <b>61</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                               | Halaman |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 1. Daftar Skor Aitem Jawaban Alat Ukur .....                                            | 29      |
| Tabel 2. Daftar Skor Aitem Jawaban Alat Ukur Religiusitas .....                               | 30      |
| Tabel 3. Blue Print kebahagiaan .....                                                         | 31      |
| Tabel 4. Blue Print Religiusitas .....                                                        | 32      |
| Tabel 5. Data Aitem Hasil Uji Validitas Skala Religiusitas .....                              | 35      |
| Tabel 6. Data Aitem Hasil Uji Validitas Skala Kebahagiaan .....                               | 36      |
| Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian.....                                     | 37      |
| Tabel 8. Rerata empiris dan rerata hipotetik religiusitas dan kebahagiaan<br>(n= 168) .....   | 40      |
| Tabel 9. Kriteria kategori skala religiusitas dan distribusi skor subjek .....                | 42      |
| Tabel 10. Rerata Empiris dan Rerata Hipotetik Dimensi Religiusitas.....                       | 43      |
| Tabel 11. Kategorisasi subjek berdasarkan dimensi religiusitas (keyakinan) ....               | 43      |
| Tabel 12. Kategorisasi subjek berdasarkan dimensi religiusitas<br>(Praktik agama) .....       | 44      |
| Tabel 13. Kategorisasi subjek berdasarkan dimensi religiusitas (Pengalaman)                   | 44      |
| Tabel 14. Kategorisasi subjek berdasarkan dimensi religiusitas (Pengetahuan)                  | 45      |
| Tabel 15. Kategorisasi subjek berdasarkan dimensi religiusitas (Konsekuensi)                  | 45      |
| Tabel 16. Kriteria kategori skala kebahagiaan dan distribusi skor subjek.....                 | 46      |
| Tabel 17. Rerata Empiris dan Rerata Hipotetik Aspek kebahagiaan .....                         | 47      |
| Tabel 18. Kategorisasi subjek berdasarkan aspek kepuasan masa lalu<br>kebahagiaan.....        | 47      |
| Tabel 19. Kategorisasi subjek berdasarkan aspek kebahagiaan masa<br>sekarang kebahagiaan..... | 48      |
| Tabel 20. Kategorisasi subjek berdasarkan aspek optimis masa depan<br>kebahagiaan.....        | 48      |



## DAFTAR GAMBAR

### Halaman

|                                                                                                                               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 1. Kerangka konseptual hubungan religiusitas dengan kebahagiaan<br>pada mahasiswa aktif di lembaga dakwah kampus ..... | 25 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

## **DAFTAR LAMPIRAN**

|                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. Skala Uji Coba.....                                     | 65  |
| Lampiran 2. Data Mentah Hasil Uji Coba Kebahagiaan.....             | 74  |
| Lampiran 3. Data Mentah Hasil Uji Coba Religiusitas.....            | 80  |
| Lampiran 4. Hasil Uji Validitas Skala Kebahagiaan (Uji Coba) .....  | 82  |
| Lampiran 5. Hasil Uji Validitas Skala Religiusitas (Uji Coba) ..... | 84  |
| Lampiran 6. Skala Penelitian .....                                  | 87  |
| Lampiran 7. Data Mentah Penelitian Skala Kebahagiaan.....           | 94  |
| Lampiran 8. Data Mentah Penelitian Skala Religiusitas.....          | 101 |
| Lampiran 9. Hasil Deskripsi Data Penelitian .....                   | 108 |
| Lampiran 10. Hasil Uji Normalitas .....                             | 108 |
| Lampiran 11. Hasil Uji Linearitas.....                              | 109 |
| Lampiran 12. Hasil Uji Hipotesis .....                              | 109 |
| Lampiran 13. Surat Izin Penelitian.....                             | 110 |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kebahagiaan merupakan suatu hal yang menjadi harapan banyak orang dalam menjalani hidup. Setiap orang akan melakukan segala usahanya untuk mencapai kebahagiaannya. Kebahagiaan seseorang tergambar dari cara seseorang yang menghargai dirinya sendiri, mempunyai sifat optimis, mempunyai kepuasan hidup, mempunyai hubungan interpersonal yang harmonis, mempunyai waktu luang, mempunyai afek positif yang banyak, bergairah atau bersemangat dalam melakukan aktivitas (Lu & Shih, 2014). Menurut Veenhoven (2006) seseorang dengan kebahagiaan yang tinggi memiliki stress yang lebih sedikit.

Kebahagiaan didefinisikan sebagai keadaan psikologis positif yang ditandai dengan tingginya derajat kepuasan hidup, afek positif, dan rendahnya derajat afek negatif (Carr, 2004). Seligman (2002) menyebutkan bahwa afek positif tersebut seperti tertarik, bergairah, kuat, antusias, bangga, terinspirasi, penuh tekad, penuh perhatian, aktif, sedangkan negatif tertekan, kecewa, bersalah, takut, memusuhi, gampang marah, malu, gelisah, gugup, khawatir. Seligman (2002) mendefinisikan bahwa kebahagiaan adalah sebagai emosi positif. Veenhoven (dalam Utami, 2009) menyatakan bahwa emosi positif dapat menimbulkan perasaan aktif dan energik.

Penelitian tentang kebahagiaan sangat penting dilakukan karena kebahagiaan merupakan cita-cita tertinggi yang selalu ingin diraih oleh semua manusia dalam tindakannya (Arif, 2016). Kebahagiaan dapat membuat mental seseorang menjadi sehat dan juga membuat tubuh menjadi sehat (Shafiq dkk, (2015); Effendy, (2016)). Shafiq dkk (2015) menambahkan jika kebahagiaan penting dalam hidup sebab dapat membuat hidup menjadi menyenangkan, hidup yang bagus dan hidup yang bermakna. Kebahagiaan dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Namun ketidakbahagiaan menurut Nettle (2005) akan memunculkan sifat apatis pada individu ketika menghadapi rintangan atau masalah dalam kehidupan. Sikap apatis dapat membuat individu kesulitan dalam mengatasi problematika hidup yang dihadapi individu. Akibatnya individu cenderung merasa tersiksa dengan keadaan yang sedang dihadapinya (Nettle, 2005).

Penelitian mengenai kebahagiaan mulanya disebabkan selama setengah abad terakhir, psikologi disibukkan dengan penyakit mental, skizofrenia, depresi, dan alkoholisme (Seligman, 2002). Kemudian Aristoteles (dalam Seligman, 2002) memunculkan suatu ilmu mengenai kehidupan yang baik dan berusaha memahami emosi positif setiap manusia. Awal abad ke 20 pada tahun 1925 Flugel mempelajari suasana hati dengan memiliki orang merekam peristiwa emosional mereka dan kemudian menjumlahkan reaksi emosional yang ditampilkan (Diener, Richard & Oishi, 2002). Kemudian Seligman tahun 1995 (dalam Diener, 2009) meneliti tentang keefektifitasannya psikoterapinya terhadap seseorang dengan

gangguan mental agar mereka bisa mengelolah hidupnya dan yang dilandasi eudaimonia sehingga mereka hidup dengan bahagia.

Penelitian akhir-akhir ini Haraldsdottir (2015) mengungkapkan bahwa kebahagiaan pada mahasiswa bisa didapatkan dengan mendapatkan dukungan secara emosional dari teman. Sebelumnya Primasari dan Yuniarti (2012) juga menjelaskan dalam penelitiannya bahwa adanya relasi interpersonal yang positif dapat memberikan kebahagiaan pada remaja. Saat melakukan aktifitas pekerjaan, rekan kerja akan mengandalkan saran, dukungan, penilaian dan pendapat dari orang-orang terdekatnya, sehingga tercapai kebahagiaan seseorang (Wulandari dan Widyastuti, 2014). Peristiwa yang membuat orang bahagia berdasarkan hasil penelitian Harmaini & Yulianti (2014) adalah relasi dengan orang lain, kebutuhan afeksi dan prestasi serta hal ini dapat dirasakan secara individual dan merupakan sesuatu yang berharga serta diberikan nilai yang lebih daripada peristiwa yang lainnya. Patnani, (2012) menemukan dalam penelitiannya bahwa kebahagiaan dipengaruhi oleh keluarga, teman dan materi bagi seorang seseorang yang berusia 18-29 tahun. Akan tetapi Damongilala, Opod & Sinolungan (2014) menemukan dalam penelitiannya bahwa kebahagiaan tidak hanya dimiliki oleh keluarga-keluarga yang memiliki status sosial atas namun keluarga dengan status sosial menengah dan bawah juga merasakan kebahagiaan dengan kehidupan keluarga mereka. Kebahagiaan pada mahasiswa penting untuk diteliti misalnya ada pengaruh positif kebahagiaan pada *self-efficacy* murid (Zaker dkk, 2016).

Menurut National Health Ministries (dalam Putri, 2012) mahasiswa memiliki banyak sumber penyebab stress, antara lain adalah tekanan akademis,

perubahan lingkungan dengan tanggung jawab baru, perubahan hubungan *social*, tanggung jawab finansial, menghadapi individu-individu baru dengan beragam ide, mulai membuat keputusan yang lebih besar, mengenali identitas dan orientasi seksual dan mempersiapkan kehidupan setelah kuliah. Bestari (2015) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa mahasiswa seringkali mengeluh dengan beban tugas yang dimilikinya. Hal ini juga dapat terjadi pada mahasiswa yang aktif lembaga dakwah kampus UNP.

Sebagai mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus (LDK), memiliki kewajiban dalam organisasi dengan jadwal kegiatan yang padat di setiap pekannya yang disibukkan dengan perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi dari kegiatan yang dilaksanakan. Akan tetapi menurut Oetami & Yuniarti (2011) dalam penelitiannya menyebutkan waktu luang diperlukan seseorang untuk mencapai kebahagiaan. Padatnya aktivitas dapat menjadikan mahasiswa yang aktif di LDK lelah dan kedepannya berakibat pada timbulnya stres, cemas dan tertekan serta emosi-emosi yang tak menyenangkan seperti kecewa, gampang marah, gelisah dan khawatir. Hal ini dapat mempengaruhi kebahagiaan menurut Bestari (2015).

Berdasarkan wawancara peneliti pada 11, 12, 13, 16, 24 dan 26 Maret 2017 kepada 35 mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus UNP, 4 dari 35 orang menjawab amat sangat bahagia, 7 dari 35 menjawab sangat bahagia, 6 dari 35 menjawab cukup bahagia, 7 menjawab biasa saja, 9 orang kurang bahagia, 2 tidak bahagia. Alasan mereka menjawab bahagia adalah 2 orang merasa nyaman dengan lingkungan sekitar, 13 orang menjawab semua hal berjalan normal, 4

orang menjawab berusaha tetap bahagia walaupun dalam suasana *down*, 4 orang menjawab punya Allah, 7 orang menjawab diperhatikan orang sekitar, 6 orang menjawab kita bias berdoa dan bersemangat. Selain itu alasan mereka menjawab cenderung tidak bahagia adalah 4 orang menjawab jarang ada waktu luang buat *refreshing*, 2 orang menjawab bingung skripsi, 9 orang menjawab banyak tugas, 8 orang memiliki suasana hati yang buruk seperti kecewa, sedih dan kesal, selama menjadi mahasiswa yang aktif LDK dan 2 orang sering mendapatkan cobaan yang berat. Hal ini disebabkan karena kurang komitmen dari anggota lainnya, perbedaan pendapat, perkataan yang buruk yang disampaikan oleh orang terdekatnya, kemalasan sosial dalam kepanitiaan, kurang bertanggung jawabnya dengan tugas yang diemban serta jarang datang dalam pertemuan.

Berdasarkan survey lanjutan yang peneliti lakukan pada 2-4 April 2016 pada 70 orang mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus didapatkan bahwa menjawab 37 orang (47%) bahagia selama aktif di lembaga dakwah kampus dan 33 orang (63%) orang menjawab tidak bahagia aktif di lembaga dakwah kampus.

**Diagram Survey lanjutan pada 70 mahasiswa LDK**



Beberapa efek positif kebahagiaan pada seseorang telah diketahui, tentunya akan menarik untuk dikaji lebih lanjut mengenai faktor-faktor apa saja yang memengaruhi kebahagiaan pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus. Para peneliti sebelumnya meneliti pada identifikasi kondisi eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan misalnya faktor penghasilan, kesehatan, dukungan sosial, dan kehidupan sosial (Diener, 2009). Dalam penelitian ini, faktor yang ingin diteliti hubungannya terhadap kebahagiaan mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus adalah religiusitas.

Jalaluddin (2012) menyebutkan bahwa religiusitas mengacu kepada pemahaman total terhadap agama dalam kehidupan sehari-hari, kehidupan di dunia, seperti kehidupan ritual agama. Orang yang religius akan mencoba selalu patuh terhadap ajaran agamanya, berusaha mempelajari pengetahuan tentang agamanya. Religiusitas menurut Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004) adalah sebuah komitmen religius (yang berhubungan dengan agama atau keyakinan iman), yang dapat dilihat melalui aktivitas atau perilaku individu yang bersangkutan dengan agama atau keyakinan iman yang dianut.

Menurut Seligman (2002) mengungkapkan bahwa religiusitas dapat memberikan harapan masa depan dan kebermaknaan hidup bagi seseorang, sehingga sangat efektif melawan keputusasaan dan meningkatkan kebahagiaan. Orang yang religius akan mempunyai kehidupan yang lebih bahagia dibandingkan orang yang tidak religius dapat mempromosikan kesejahteraan psikologis. Orang-orang dengan iman agama yang kuat memiliki laporan kepuasan hidup yang lebih besar, lebih sedikit konsekuensi negatif peristiwa traumatis kehidupan



dibandingkan dengan orang-orang yang tidak *religious*, dan memiliki kebahagiaan pribadi yang lebih besar (Taylor, 2015).

Religius dan kepuasan hidup memberikan kontribusi yang signifikan pada kebahagiaan seseorang berdasarkan hasil penelitian Rahim (2013). Seseorang yang puas dalam hidupnya, puas dengan setiap kejadian yang terjadi di hidupnya menjadi prediktor yang kuat dalam kebahagiaan hidup pada sarjana. Bagian dari religiusitas yakni seringnya shalat dan berdoa kepada tuhan, hubungannya yang kuat dengan tuhan akan membuat seseorang itu bahagia (Rahim, 2013). Ismail & Desmukh (2012) menemukan dalam penelitiannya bahwa terdapat hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan dan kesepian dan hubungan positif yang kuat antara religiusitas dengan kepuasan hidup pada 150 orang subjek penelitian dengan rentang umur 18-60 tahun.

Hasil penelitian Francis, Yablon dan Robbins (2014) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan kecil namun signifikan secara statistik antara religiusitas dan kebahagiaan setelah mempertimbangkan perbedaan kepribadian yang ada dalam diri individu yang dijadikan subjek dalam penelitiannya. Penelitian ini dilakukan pada 284 mahasiswi di Israel sebagai subjek dalam penelitiannya. Dengan demikian religiusitas dan kebahagiaan penting untuk diteliti pada mahasiswa yang aktif di LDK agar mahasiswa dapat mengatasi sumber-sumber stress dan dapat beradaptasi dengan baik.

Berdasarkan hasil wawancara, fenomena dan hasil penelitian yang telah dijelaskan di atas maka peneliti tertarik meneliti bagaimana hubungan religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus UNP.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa yang aktif di LDK UNP ada yang masih merasakan ketidakbahagiaan.
2. Tanggung jawab yang kurang pada mahasiswa yang aktif di LDK UNP
3. Hubungan interpersonal yang kurang positif pada mahasiswa yang aktif di LDK UNP
4. Peran ganda yang dimiliki mahasiswa yang aktif di LDK selain sebagai mahasiswa dan mahasiswa LDK UNP
5. Kurang bisa dalam manajemen waktu pada mahasiswa LDK UNP
6. Kurangnya waktu luang pada mahasiswa aktif LDK UNP
7. Stres, cemas, tertekan pada mahasiswa aktif LDK UNP

## **C. Batasan Masalah**

Agar lebih jelas dan terarah, maka peneliti perlu membatasi masalah yang akan diteliti yaitu hubungan antara *religiusitas* dengan *kebahagiaan* pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *religiusitas* pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus Universitas Negeri Padang?

2. Bagaimana gambaran *kebahagiaan* pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus Universitas Negeri Padang?
3. Bagaimana hubungan antara *religiusitas* dengan kebahagiaan pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus UNP?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Melihat gambaran kebahagiaan pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus Universitas Negeri Padang
2. Melihat gambaran religiusitas pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus Universitas Negeri Padang
3. Mengetahui hubungan antara *religiusitas* dengan kebahagiaan pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus UNP

#### **F. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat teoritis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya Psikologi Positif, memperkaya hasil penelitian yang telah ada dan dapat memberikan gambaran mengenai hubungan antara religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa LDK.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar dalam melakukan intervensi di masa depan.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Pihak kampus**

Penelitian ini dapat digunakan pihak kampus sebagai referensi dalam menanamkan nilai-nilai religiusitas yang benar pada mahasiswa.

### **b. Subjek**

Penelitian ini dapat digunakan mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus pedoman untuk lebih bisa merasakan kebahagiaan karena religiusitasnya.

### **c. Mahasiswa secara umum**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang kebahagiaan yang didasarkan religiusitas akan membuat mahasiswa dapat meningkatkan religiusitas dengan yang baik demi mencapai kebahagiaan.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Kebahagiaan**

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

Seligman (2002) mendefinisikan kebahagiaan sebagai suatu emosi positif yang dirasakan oleh individu serta aktifitas-aktifitas yang disukai oleh individu tersebut. Kebahagiaan bisa dicapai dengan memerlukan kebiasaan positif, pemahaman akan diri dan kendali atas hal tersebut, keharmonisan dengan lingkungan, dan rasa tanggung jawab terhadap segala sesuatu yang kita lakukan setiap waktu. Kebahagiaan pada manusia, meliputi perasaan positif (*kenyamanan-enjoyable*) dan kegiatan positif yang dilakukan.

Istilah kebahagiaan oleh beberapa tokoh sering disamakan dengan kesejahteraan subjektif. Hal ini dikarenakan definisi kebahagiaan telah menjadi perdebatan selama berabad-abad sehingga beberapa ilmuwan menggunakan istilah kesejahteraan subjektif sebagai istilah ilmiah dari kebahagiaan. Diener (2009) menyebutkan bahwa kesejahteraan subjektif didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang dari hidupnya. Evaluasi ini meliputi reaksi emosional terhadap kejadian serta penilaian kognitif kepuasan dan pemenuhan. Kebahagiaan adalah suatu konsep umum yang mencakup mengalami emosi yang menyenangkan, rendahnya tingkat suasana hati negatif, dan kepuasan hidup yang tinggi.

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan adalah emosi positif yang berasal dari kualitas kehidupan manusia ditandai dengan adanya kesenangan yang dirasakan oleh individu ketika melakukan

sesuatu yang disenangi di dalam hidupnya dengan jauhnya dari perasaan menderita.

## **2. Aspek-Aspek Kebahagiaan**

Menurut Seligman (2002) kebahagiaan merupakan kombinasi dari tiga komponen emosi positif yaitu:

### **a. Kepuasan masa lalu**

Emosi positif masa lalu ini adalah merasakan kepuasan kelegaan, kesuksesan, kebanggaan, kedamaian. Emosi positif tentang masa lalu sepenuhnya ditentukan oleh pikiran. Setiap kesempatan lain saat emosi dibangkitkan oleh masa lalu, bisa dilakukan interpretasi, kenangan, atau mengintervensi dan mengendalikan yang dihasilkan emosi. Emosi positif masa lalu ini dapat ditingkatkan dengan bersyukur, memaafkan agar tidak terjebak dalam masa lalu.

### **b. Kebahagiaan masa sekarang**

Kebahagiaan masa sekarang mencakup kenikmatan dan gratifikasi. Kenikmatan adalah kesenangan dimiliki dari komponen inderawi yang jelas dan komponen emosi yang kuat. Kenikmatan disertai dengan perasaan-perasaan dasar. Sedangkan gratifikasi adalah datang dari aktivitas yang disukai, namun tidak disertai oleh perasaan dasar. Gratifikasi bertahan lebih lama daripada kenikmatan dan lebih banyak melibatkan pemikiran serta interpretasi.

c. Optimis masa yang akan datang

Emosi positif masa depan berkaitan dengan optimis, harapan, keyakinan dan kepercayaan. Optimisme dan harapan memberikan daya tahan yang lebih baik dalam menghadapi deresi saat musibah datang. Orang yang optimis meyakini peristiwa baik mempunyai penyebab yang permanen dan peristiwa yang buruk itu sifatnya sementara sehingga mereka akan tetap terus berusaha untuk dapat mendapatkan peristiwa baik lagi.

Menurut Seligman (2002) dalam menciptakan kebahagiaan bisa dilakukan dengan cara menggerakkan emosi kearah yang positif terhadap masa lalu, cara berpikir akan masa datang, dan cara menjalani masa sekarang.

Diener (2009) menyebutkan ada dua komponen dalam kebahagiaan yaitu komponen afek dan komponen kognitif (kepuasan hidup). Kepuasan hidup merupakan hasil dari evaluasi kognitif terhadap kehidupan individu. Komponen afek merupakan evaluasi dari afektifnya baik valensi perasaan positif dan negatif.

Jadi, dari beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa aspek dari kebahagiaan adalah mempunyai kepuasan akan masa lalunya, optimis dalam masa depannya, dan kebahagiaan masa sekarang.

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

Berikut adalah faktor – faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang menurut Seligman (2002):

a. Usia

Usia merupakan faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Seiring dengan bertambahnya usia, afek positif sedikit melemah, dan afek negatif tidak berubah (Seligman, 2002). Seligman (2002) menjelaskan bahwa hal yang berubah ketika seseorang menua adalah intensitas emosi dimana perasaan “mencapai puncak dunia” dan “terpuruk dalam keputusasaan” berkurang seiring dengan bertambahnya umur dan pengalaman.

b. Gender

Seligman (2002) menyebutkan gender memiliki hubungan yang tidak konsisten dengan kebahagiaan seseorang. Namun, memang terdapat keunikan, perempuan cenderung lebih intens dalam penghayatan emosi. Ketika memiliki emosi positif, penghayatan perempuan lebih positif. Sebaliknya ketika perempuan mengalami emosi negatif, umumnya penghayatannya juga lebih negatif. Seligman (2002) juga menjelaskan bahwa tingkat emosi rata-rata pria dan wanita tidak berbeda namun wanita lebih bahagia dan juga lebih sedih daripada pria.

c. Kehidupan Sosial

Kehidupan sosial memiliki kolerasi yang besar terhadap kebahagiaan. Kuantitas dan kualitas pertemanan erat kaitannya dengan dukungan sosial dan relasi sosial itu sendiri kelihatannya merupakan fondasi kebahagiaan. Menurut Seligman (2002), orang yang sangat bahagia paling sedikit menghabiskan waktu sendirian dan mayoritas dari



mereka bersosialisasi. Kehidupan sosial yang baik, kemampuan interaksi yang baik, memiliki banyak teman, akan memiliki dukungan sosial yang kuat, sehingga menimbulkan kebahagiaan.

d. Agama atau Religiusitas

Religiusitas seseorang memberikan kontribusi yang signifikan pada kebahagiaan (Arif, 2016). Hal ini disebabkan karena religiusitas memberikan harapan akan masa depan dan menciptakan makna hidup bagi manusia dan sangat efektif melawan keputusasaan sehingga dapat meningkatkan kebahagiaan (Seligman, 2002). Selain itu, seseorang yang terlibat dalam kegiatan atau komunitas agama dapat memberikan dukungan sosial bagi mereka. Seligman (2002) menyebutkan bahwa orang yang religius lebih bahagia dan puas terhadap kehidupan daripada orang yang tidak religious.

e. Pernikahan

Menurut Seligman (dalam Arif, 2016) pernikahan memiliki kaitan yang erat dengan kebahagiaan jika pernikahannya rukun dan bahagia. Akan tetapi jika pernikahannya penuh konflik dan masalah, tingkat kebahagiaan pasangan itu akan lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak menikah.

f. Kesehatan

Menurut Seligman (2002) kesehatan tidak terlalu berkaitan dengan kebahagiaan. Seligman (2002) menyebutkan yang penting adalah persepsi subjektif seseorang individu terhadap seberapa sehat diri individu tersebut.

Seligman (2002) menambahkan bahwa orang yang memiliki lima atau masalah kesehatan, kebahagiaan mereka berkurang selajan dengan waktu.

Faktor yang mempengaruhi kebahagiaan menurut Diener (2009) adalah:

a. Kepuasan Subjektif

Kepuasan subjektif lebih berkolerasi dengan kebahagiaan dibandingkan dengan objektif. Alasannya, pengukuran kebahagiaan didasarkan pada penilaian subjektif individu. Menurut Diener (2009) beberapa domain kepuasan yang memiliki hubungan yang tinggi dengan kebahagiaan adalah harga diri, standar hidup, dan keluarga. Sedangkan kepuasan pekerjaan dan kesehatan serta komunitas tergolong sedang dan rendah.

b. Kepribadian

Menurut Diener (2009) kepribadian mempengaruhi cara seseorang dalam memaknai setiap objek kebahagiaan yang akan berdampak pada kepuasan subjektif. Variabel kepribadian yang mempengaruhinya adalah harga diri, keyakinan diri, tipe kepribadian, dan kecerdasan

c. Variabel demografi lainnya

Selain kepribadian, faktor penting yang diduga mempengaruhi kebahagiaan menurut Diener (2009) dari variabel demografi dan lingkungan seperti usia, jenis kelamin, kemakmuran atau pendapatan, religiusitas, tingkat pendidikan, pernikahan, kontak sosial, peristiwa hidup, serta aktifitas waktu luang. Menurut Diener (2009) religiusitas ditandai dengan penyerahan diri terhadap agama dalam pengabdian terhadap

tuhannya merupakan jalan untuk mencapai kebahagiaan. Kebahagiaan ini senada dengan eudaimonia yang menekankan pada kebajikan sebagai sumber dari kebahagiaan.

Jadi dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah usia, jenis kelamin, agama (religiusitas), hubungan sosial, kesehatan, uang, tingkat pendidikan, peristiwa hidup, pernikahan, dan waktu luang. Dalam penelitian ini peneliti memfokuskan pada religiusitas yang berhubungan dengan kebahagiaan.

#### **4. Pengukuran Kebahagiaan**

Alat pengukuran kebahagiaan pada mahasiswa lembaga dakwah kampus yang digunakan adalah skala yang dikembangkan dari teori Seligman (2002) yang mengemukakan tentang kebahagiaan. Terdapat 3 aspek yang dikemukakan oleh Seligman (2002) yang nantinya akan diturunkan menjadi item dalam mengukur kebahagiaan. Semakin tinggi skor yang diperoleh responden terhadap skala kebahagiaan, maka semakin tinggi tingkat kebahagiaan mahasiswa lembaga dakwah kampus.

### **B. Religiusitas**

#### **1. Pengertian Religiusitas**

Menurut Glock & Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004) religiusitas atau agama adalah sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlembagakan, dan semuanya itu berpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai yang paling maknawi. Sedangkan religiusitas diwujudkan dalam berbagai sisi kehidupan manusia. Aktivitas beragama bukan hanya terjadi ketika

seseorang melakukan perilaku ritual (beribadah), tapi juga ketika seseorang melakukan aktivitas lain yang didorong oleh kekuatan supranatural. Bukan hanya berkaitan dengan aktivitas yang tidak tampak dan terjadi dalam hati seseorang. Karena itu, religiusitas seseorang akan meliputi berbagai macam dimensi atau sisi (Ancok & Suroso, 2004). Agama adalah sebuah sistem yang berdimensi banyak.

Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004) menjelaskan pengertian religiusitas berdasarkan dimensi-dimensi adalah seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa tekun pelaksanaan ibadah dan seberapa dalam penghayatan agama yang dianut seseorang.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa religiusitas adalah suatu kepercayaan, keyakinan, serta ketekunan seseorang dalam melaksanakan ibadah dan totalitas penghayatannya terhadap ajaran agama yang dianutnya.

## **2. Dimensi Religiusitas**

Menurut Glock & Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004), ada lima macam dimensi keberagamaan, yaitu:

- a. *Dimensi keyakinan*, berisi pengharapan-pengharapan dimana orang religius berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu dan mengakui kebenaran doktrin-doktrin tersebut. Setiap agama mempertahankan kepercayaan mereka dimana para penganut diharapkan akan taat pada agamanya. Walaupun demikian, isi dan ruang lingkup keyakinan itu bervariasi tidak hanya diantara agama, tetapi seringkali juga diantara tradisi-tradisi dalam agama yang sama.

- b. *Dimensi praktik agama*, mencakup perilaku pemujaan, ketaatan, dan hal-hal yang dilakukan orang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Praktik-praktik keagamaan ini terdiri atas dua kelas penting, yaitu:
- a) *Ritual*, mengacu kepada seperangkat ritual, tindakan keagamaan formal dan praktek-praktek suci yang semua mengharapkan pemeluk dalam melaksanakannya.
  - b) *Ketaatan*, ketaatan dan ritual bagaikan ikan dengan air, meski ada perbedaan penting. Apabila ritual dari komitmen sangat formal dan khas publik, semua agama yang dikenal juga mempunyai perangkat tindakan persembahan dan kontemplasi personal yang relatif spontan, informal, dan khas pribadi.
- c. *Dimensi pengalaman*, berisikan dan memperhatikan fakta bahwa semua agama mengandung pengharapan-pengharapan tertentu, meski tidak tepat jika dikatakan bahwa seseorang yang beragama dengan baik pada suatu waktu akan mencapai pengetahuan subjektif dan langsung mengenai kenyataan terakhir.
- d. *Dimensi pengetahuan agama*, mengacu kepada harapan bahwa orang-orang beragama paling tidak memiliki sejumlah minimal pengetahuan mengenai dasar-dasar keyakinan, ritual-ritual, kitab suci dan tradisi-tradisi

- e. *Dimensi pengamalan atau konsekuensi*, mengacu kepada identifikasi akibat-akibat keyakinan keagamaan, praktik, pengalaman, dan pengetahuan seseorang dari hari ke hari.

Dimensi religiusitas dapat disimpulkan ada 5 yaitu dimensi keyakinan, praktik, pengalaman, pengetahuan agama dan konsekuensi.

### **3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Religiusitas**

Faktor yang mempengaruhi sikap keagamaan (Jalaluddin, 2012), sebagai berikut:

- a. Faktor *intern*, adalah potensi yang bersumber dari dalam diri manusia yang termuat dalam aspek kejiwaan manusia, seperti naluri, akal, perasaan, maupun kehendak.
- b. Faktor *ekstern*, adalah potensi yang bersumber dari luar diri manusia yang terdorong untuk beragama karena dipengaruhi oleh faktor luar dirinya, seperti rasa takut, rasa ketergantungan dan rasa bersalah.

Berdasarkan faktor yang telah dikemukakan di atas, maka faktor yang mempengaruhi religiusitas adalah faktor *ekstern* dan *intern*.

### **4. Pengukuran Religiusitas**

Alat pengukuran religiusitas pada mahasiswa aktif lembaga dakwah kampus yang digunakan dari teori Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004) yang mengemukakan tentang religiusitas. Dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso, 2004) tersebut akan diturunkan menjadi aitem-aitem dalam mengukur religiusitas. Semakin tinggi skor yang

diperoleh oleh responden terhadap skala religiusitas, maka semakin tinggi tingkat religiusitas mahasiswa lembaga dakwah kampus.

### **C. Mahasiswa yang Aktif di Lembaga Dakwah Kampus**

#### **1. Mahasiswa**

Mahasiswa adalah sebutan bagi seorang yang terdaftar disalah satu perguruan tinggi dalam menjalani pendidikan dan masa pembentukan pribadi (Syafiq, 2012). Menurut Papalia, Olds & Feldman (2011) mahasiswa adalah seseorang yang terdaftar di perguruan tinggi. Selain itu tugas utama mahasiswa adalah kuliah, sebab dengan kuliah mahasiswa akan mengembangkan intelektual (pencapaian akademik) dan pertumbuhan personal (hubungan sosial). Perkuliahan tidak hanya mementingkan belajar akademis saja tetapi belajar dalam hubungan sosial perlu dijalin agar suatu keseimbangan.

Rosada dkk (2007) menyebutkan bahwa mahasiswa merupakan salah satu individu yang paling banyak kontribusinya di masyarakat, paling dinamis dan berpengetahuan. Menurut Irianto (2013) mahasiswa adalah anak didik di perguruan tinggi yang mempunyai hak dan kewajiban. Salah satu haknya adalah kebebasan akademik secara bertanggung jawab untuk menuntut ilmu dan mengkaji ilmu sesuai dengan norma dan susila yang berlaku dalam lingkungan akademik. Salah satu kewajibannya adalah menanggung biaya pendidikan

#### **2. Lembaga dakwah kampus**

Lembaga Dakwah Kampus adalah lembaga yang bergerak di bidang dakwah Islam di kampus. Fungsi utama lembaga dakwah kampus adalah dakwiy (syi'ar dan kaderisasi) dan khidamy (pelayanan) dan menjadi target awal bagi

sebuah LDK dalam menjalankan amanahnya. Adanya ekspansi dakwah ini bertujuan agar dakwah yang dilakukan bisa merangkul semua masyarakat dan melingkupi semua aspek kehidupan dalam agama (Rosada dkk, 2007).

Lembaga dakwah kampus dalam menjalankan dakwah kampus melalui acara-acara keislaman yang diselenggarakan oleh mahasiswa yang aktif. Banyak peserta yang dijadikan panitia dan pengisi acara dalam acara tersebut. Acara tersebut berupa seminar, talkshow, rihlah. Sebagai kepanitian dalam acara tersebut, biasanya mereka akan mengadakan rapat dalam kepanitian seperti perencanaan, kegiatan dan evaluasi dari kegiatan tersebut.

Mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus merupakan kelompok mahasiswa yang mengikuti kegiatan yang di lembaga dakwah kampus yang merupakan wadah akidah dan syariat agama islam (Rosada dkk, 2007). Selain untuk berdakwah, mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus belajar dan mendalami tentang keislaman dan ajaran agama.

Bagi mahasiswa yang aktif di lembaga Dakwah Kampus, dakwah di kampus bisa dijadikan sebagai tempat latihan beramal, mempersiapkan diri untuk memasuki medan dakwah yang lebih berat, yakni dakwah di masyarakat kelak (Syafiq, 2012). Seorang mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus memiliki peran yang strategis sebagai kader dakwah (Rosada dkk, 2007).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus merupakan mahasiswa yang bergelut di bidang keislaman dan mengikuti kegiatan yang merupakan wadah akidah dan syariat agama islam selain dalam mendalami ilmu juga berdakwah.



#### **D. Hubungan Religiusitas dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa yang Aktif di Lembaga Dakwah Kampus UNP**

Menjadi bahagia adalah pilihan setiap orang, tetapi untuk menuju ke sana diperlukan kebiasaan positif, pemahaman akan diri dan kendali atas hal tersebut, keharmonisan dengan lingkungan, dan rasa tanggung jawab terhadap segala sesuatu yang kita lakukan setiap waktu (Dewi, 2012). Kebahagiaan adalah keadaan kesadaran yang merupakan hasil dari pencapaian nilai-nilai seseorang. Orang yang bahagia adalah mereka yang jauh lebih sering mengalami kepuasan hidup dan lebih sedikit mengalami emosi yang tak menyenangkan, seperti marah dan sedih. Setiap permasalahan akan datang pada seseorang selama mereka hidup. Hal tersebut tidak terlepas dari mahasiswa yang aktif lembaga dakwah kampus UNP

Mahasiswa yang aktif lembaga dakwah kampus (LDK) adalah mahasiswa yang mengikuti dan bergelut dalam organisasi yang menyebabkan memiliki banyak tanggungjawab dan rutinitas yang penuh setiap hari. Selain mempunyai tanggung jawab sebagai mahasiswa yaitu mengerjakan tugas dari dosen, membuat makalah, mengadakan penelitian, presentasi maupun tugas lainnya, juga mempunyai tanggungjawabnya sebagai pengurus LDK. Sebagai mahasiswa yang aktif LDK memiliki kewajiban dalam organisasi dengan jadwal kegiatan yang padat di setiap pekannya yang disibukkan dengan perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Namun menurut Oetami & Yuniarti (2011) untuk mencapai kebahagiaan memerlukan waktu luang.

Bahkan hampir sebagian dari mereka tidak hanya aktif di LDK saja, ada yang aktif dalam organisasi mahasiswa di luar kampus dan kegiatan-kegiatan lain yang tidak kalah menguras waktu dan tenaga. Padatnya aktivitas menurut Bestari (2015) dapat menjadikan mahasiswa yang aktif di LDK lelah dan kedepannya berakibat pada timbulnya stres, depresi, cemas dan serta emosi negatif seperti, marah, sedih, kecewa, khawatir, tertekan, kesal, sehingga mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa yang aktif di LDK.

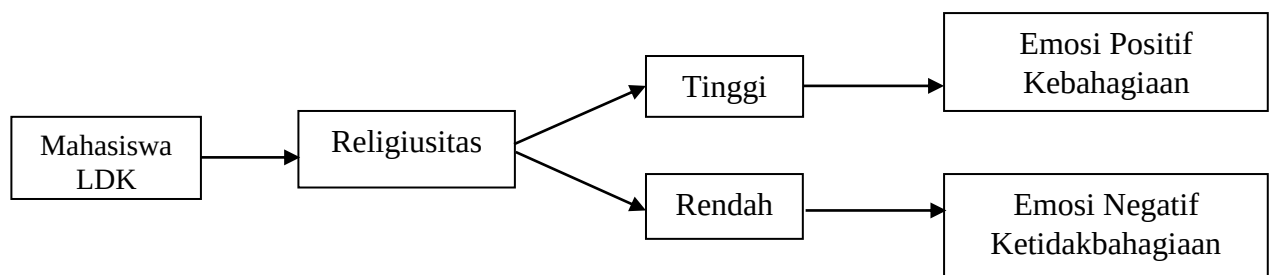
Faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah pernikahan, kesehatan, gender, religiusitas dan kehidupan sosial. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan yang difokuskan dalam penelitian ini adalah religiusitas. Hal ini dikarenakan religiusitas memberikan harapan akan masa depan dan makna hidup, sehingga sangat efektif dalam melawan keputusasaan dan meningkatkan kebahagiaan. Orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas terhadap kehidupannya daripada orang yang tidak religious (Rahim, 2013). Selain itu, keterlibatan seseorang dalam kegiatan keagamaan atau komunitas agama dapat memberikan dukungan sosial bagi orang tersebut.

Orang yang religius akan mencoba selalu patuh terhadap ajaran agamanya, berusaha mempelajari pengetahuan tentang agamanya. Religius dan kepuasan hidup memberikan kontribusi yang signifikan pada kebahagiaan seseorang. Seseorang yang puas dalam hidupnya, puas dalam setiap kejadian yang terjadi di hidupnya menjadi prediktor yang sangat kuat dalam kebahagiaan hidup (Rahim, 2013). Bagian dari religiusitas yakni seringnya shalat dan berdoa kepada tuhan, hubungannya yang kuat dengan tuhan akan membuat seseorang itu

bahagia. Berdasarkan penelitian Ismail & Desmukh (2012) terdapat hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan dan hubungan positif yang kuat antara religiusitas dengan kepuasan hidup. Kepuasan merupakan salah satu aspek kebahagiaan seseorang. Religiusitas juga berhubungan dengan kebahagiaan seseorang *undergraduate* di Israil.

### E. Kerangka Konseptual

Keberhasilan seorang mahasiswa dalam menyikapi permasalahan sehingga menimbulkan emosi positif (kebahagiaan) tidak terlepas dari pemahaman keagamaan (religiusitas) yang dilakukannya. Oleh karena itu, secara konseptual hal yang akan diuji dan diteliti akan ditampilkan dalam bentuk kerangka konseptual sebagai berikut:



**Gambar 1. Kerangka Konseptual Hubungan Religiusitas Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Yang Aktif Di Lembaga Dakwah Kampus**

### F. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ha: terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa aktif di lembaga dakwah kampus

Ho: tidak terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa aktif di lembaga dakwah kampus

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis mengenai hubungan religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus UNP, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus UNP rata-rata religiusitasnya berada pada kategori sangat tinggi.
2. Mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus UNP rata-rata kebahagiaannya berada pada kategori tinggi.
3. Terdapat hubungan positif sangat signifikan religiusitas dengan kebahagiaan pada mahasiswa yang aktif di lembaga dakwah kampus UNP. Artinya, semakin tinggi *religiusitas*, maka akan semakin tinggi kebahagiaan.

### **B. Saran**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan, berikut ini disampaikan beberapa saran yang dapat menjadi lahan pertimbangan bagi pihak yang terkait:

1. Berdasarkan dari hasil penelitian diperoleh mahasiswa aktif lembaga dakwah kampus memiliki religiusitas yang tinggi dan kebahagiaan yang tinggi, sehingga diharapkan bagi mahasiswa aktif lembaga dakwah kampus, untuk dapat mempertahankan nilai-nilai keagamaan dan praktik agama, karena tidak menutup kemungkinan mahasiswa mengalami

ketidakbahagiaan, karena ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa aktif lembaga dakwah kampus.

2. Bagi pihak kampus, sebaiknya tetap mempertahankan dan terus memfasilitasi kegiatan yang diadakan lembaga dakwah kampus sehingga dapat meningkatkan kepercayaan dan nilai keagamaan serta praktik agama. Karena tidak menutup kemungkinan mahasiswa mengalami penurunan kebahagiaan karena ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa yang aktif lembaga dakwah kampus.
3. Bagi mahasiswa secara umum diharapkan agar lebih meningkatkan religiusitasnya agar dapat memaknai setiap peristiwa tanpa menimbulkan afek negatif yang dapat mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa.
4. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti dengan topik yang sama sebaiknya menggunakan metode pengumpulan dan analisis data yang berbeda agar dapat memperkaya kajian-kajian mengenai variabel tersebut, seperti adanya observasi secara langsung sehingga dapat terhindar dari *faking good*. Bagi peneliti yang ingin meneliti dengan variabel yang sama yaitu kebahagiaan, untuk lebih memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kebahagiaan tersebut seperti usia, gender, kehidupan sosial, pernikahan, kepribadian, kesehatan dan lain sebagainya

## DAFTAR PUSTAKA

- Alghafli, Z., Hatch, T., & Marks, L. (2014). Religion and relationship in muslim families: A qualitative examination of devout married muslim couples. *Religions*, 5, 814-833. Doi: 103390/rel503814.
- Amalia, I., Riani, W., & Julia, A. (2016). The influence of religiosity values on happiness with Islamic consuming ethichc as moderator variable. *ScienceDirect Procedia Social and Behavioural Science*, 219, 76-83.
- Amaliah, I., Aspiranti, T., & Purnamasari, P. (2015). The impact of the value of Islamic religiosity to Islamic job satisfaction in Tasikmalaya West Java, Indonesia, Industrial centre. *ScienceDirect Procedia Social and Behavioural Science*, 211, 984-991.
- Ancok, D. & Suroso, F. N. (2004). *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.
- Ardi, P. & Wahyu, Y. K. (2012). What make teenagers happy? an exploratory study using indigenous psychology approach. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 1(2), 53-61.
- Arif, I. S. (2016). *Psikologi positif: pendekatan saintifik menuju kebahagiaan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Azwar, S. (1996). *Tes prestasi: fungsi dan pengembangan pengukuran prestasi belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2008). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bestari, W. B. (2015). Perbedaan tingkat kebahagiaan pada mahasiswa strata 1 dan strata 2. *Prosiding Seminar Psikologi & Kemanusiaan*. Psychology Forum UMM.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology (the science of happiness and human strengths)*. Print edition.
- Damongilala, S., Opod, H., & Sinolungan, J.S.V. (2014). Hubungan status sosial ekonomi dengan kebahagiaan keluarga dalam masyarakat desa Betelen 1 kecamatan Tombatu kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal e-Biomedik (eBM)*, 2(2), 467-470.
- Dewi, K. S. (2012). *Buku ajar kesehatan mental*. Semarang: UPT UNDIP Press.