

Hubungan Syukur dengan *Subjective Well-Being* Remaja Panti Asuhan Ikhlasul Amal Bandung

Correlation of Subjective Well-Being with Gratitude of Adolescents at Ikhlasul Amal Bandung Orphanage

¹Larissa Inarah, ²Hasanuddin Noor

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116
email: ¹larissa.inarah@yahoo.com, ²hasanuddinnoor0611@gmail.com

Abstract. Adolescence is a transitional stage from children to teenagers, and there are a lot of problems at this stage, no exception for teenagers in the orphanage. The orphanage educates the foster children differently with the children who stayed at home, in the middle of a tight schedule, the foster children have to fulfill the requirements in the orphanage and in their academic, coupled with many rules and the minimum situation of the orphanage, but they show the enjoyment and not depressed. They are able to see things from the positive side, so whatever they receive is considered as a boon so that they feel prosperous. This study aims to obtain empirical data on how closely the relationship of gratitude with the subjective well-being of adolescents at the Orphanage of Ikhlasul Amal Bandung. The method of this study is correlation study with 17 correspondents. The measuring instrument in this study is questionnaires made by researchers based on the Gratitude theories of Yunus Hanis Syam (2009) and the Subjective Well-Being theory of Diener (2000). The result of this study indicates that there is a positive relationship between gratitude with subjective well-being ($R_s = 0.817$), if the level of gratitude is higher, so the subjective well-being level of adolescents at the Orphanage of Ikhlasul Amal Bandung is also higher.

Keywords: Gratitude, Subjective Well-Being, Orphanage

Abstrak. Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa dan masa ini penuh dengan masalah, tidak terkecuali remaja yang berada di panti asuhan. Panti asuhan mendidik anak asuh berbeda dengan di rumah, ditengah jadwal yang padat, anak asuh harus memenuhi tuntutan di panti maupun akademik, ditambah dengan banyaknya aturan dan keadaan panti yang minim, namun anak asuh menunjukkan kegembiraan dan tidak tertekan, mereka mampu melihat situasi dari sisi positif sehingga apa yang diterimanya dianggap sebagai suatu anugerah sehingga anak asuh merasa sejahtera. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data empiris mengenai seberapa erat hubungan syukur dengan *subjective well-being* remaja di Panti Asuhan Ikhlasul Amal Bandung. Metode penelitian ini adalah studi korelasi dengan responden 17 orang. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang dibuat oleh peneliti berdasarkan teori Syukur dari Yunus Hanis Syam (2009) dan teori *Subjective Well-Being* dari Diener (2000). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara syukur dengan *subjective well-being* ($R_s = 0,817$), jika semakin tinggi tingkat syukur, maka semakin tinggi pula tingkat *subjective well-being* remaja panti asuhan Ikhlasul Amal Bandung.

Kata kunci: Syukur, *Subjective Well-Being*, Panti Asuhan

A. Pendahuluan

Panti asuhan Ikhlasul Amal adalah yayasan yang didirikan karena suatu rasa kekhawatiran akan masa depan sebagian anak bangsa yang hidup di lingkungan miskin harta, miskin ilmu, dan miskin pemahaman agama. Panti ini menampung anak yatim, piatu, dan dhuafa. Saat ini panti asuhan Ikhlasul Amal memiliki dua orang pengasuh panti, yang biasa disebut Abi dan Umi, dan terdapat enam orang pengurus lainnya. Abi dan Umi tinggal bersama dengan anak-anak di panti asuhan, sedangkan enam orang pengurus lainnya tidak tinggal di panti asuhan, melainkan ke panti hanya jika ada keperluan karena setiap pengurus panti memiliki pekerjaan masing-masing selain mengurus panti. Abi setiap harinya bekerja sebagai guru agama di SMP swasta, sehingga bertemu dengan anak asuh hanya malam hari untuk mendampingi kegiatan keagamaan. Umi bertugas mengurus keperluan rumah tangga seperti menyiapkan bahan makanan.

Di panti asuhan Ikhlasul Amal ini terdapat 24 orang anak, yang terdiri dari 13 anak laki-laki dan 11 anak perempuan. Mereka terdiri dari siswa kelas VIII hingga ada yang kuliah semester IV, dengan rentang usia 13 sampai dengan 20 tahun. Panti asuhan Ikhlasul Amal memiliki bangunan yang tidak sebanding antara luas dengan banyaknya anak-anak asuh serta fasilitas yang minim. Hal tersebut dikatakan karena terlihat dengan hanya terdapat satu kamar laki-laki, tiga kamar perempuan, lima kamar mandi, satu mushola, satu kantor administrasi, dan dua dapur kecil yaitu satu untuk laki-laki dan satu untuk perempuan. Hanya dengan adanya satu kamar laki-laki yang dihuni oleh 15 orang menunjukkan keprihatinan, karena tidak adanya privasi.

Anak asuh diwajibkan untuk mengikuti segala aturan panti, diantaranya melakukan piket bergiliran setiap hari, tidak diberi uang jajan, masak sendiri untuk makan sehari-hari secara bergiliran, sekali makan hanya Rp.5.000, mengikuti kegiatan keagamaan setiap hari, bangun dari pukul 03.30 WIB hingga pukul 22.30 WIB, dianjurkan untuk mengikuti kegiatan organisasi sekolah, dan tidak boleh keluar masuk panti asuhan tanpa izin dari Abi atau Umi. Setiap hari minggu seluruh anak asuh berkumpul bersama Abi dan Umi untuk melakukan evaluasi terhadap seluruh kegiatan yang dilakukan selama seminggu, karena bagi pengasuh keterbukaan antara anak-anak dengan pengasuh sangat penting untuk menjaga keharmonisan di panti.

Anak asuh merasakan kesejahteraan dan merasakan emosi positif dalam hidupnya ditengah keterbatasan yang dimiliki.

Berdasarkan uraian tersebut, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Seberapa erat hubungan syukur dengan *subjective well-being* remaja panti asuhan Ikhlasul Amal Bandung?”

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris mengenai seberapa erat hubungan syukur dengan *subjective well-being* remaja di Panti Asuhan Ikhlasul Amal Bandung.

B. Landasan Teori

Syukur adalah aktivitas memuji sang pemberi nikmat atas kebaikan yang telah dilakukan, mengakui kebaikan secara lahir batin dan diaplikasikan dalam bentuk kebaikan pada sekelilingnya (Yunus Hanis Syam, 2009).

Macam syukur dibagi menjadi: (1) Melalui hati: tercermin dengan timbulnya rasa puas, rasa gembira, dan pengakuan terhadap nikmat yang diterimanya itu datangnya dari Allah Subhanahu Wa Ta’ala; (2) Melalui ucapan: tercermin melalui ucapan pujian terhadap Allah Subhanahu Wa Ta’ala; (3) Melalui perbuatan: tercermin dengan menaati segala perintah dan menjauhi segala larangan Allah Subhanahu Wa Ta’ala dan menggunakan segala nikmat yang diterimanya untuk berbuat kebaikan.

Tingkatan orang yang bersyukur dibagi menjadi: (1) Syukur umum: ungkapan terima kasih kepada Allah Subhanahu Wa Ta’ala dengan cara aktivitas lisan yaitu mengucapkan kalimat *tayyibah*; (2) Syukur khusus: ucapan terima kasih kepada Allah Subhanahu Wa Ta’ala yang dilakukan dengan untaian kalimat dari lisan, meresap di dalam hati dengan sebuah keyakinan, dan terpancar dalam satu amal perbuatan yang bermanfaat bagi diri dan apa yang ada di sekitarnya.

Hikmah syukur yang akan didapat antara lain: (1) Individu akan selalu mendapatkan tambahan nikmat dari Allah Subhanahu Wa Ta’ala, sebaliknya individu yang ingkar dan tidak pernah mau bersyukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta’ala akan mendapatkan siksa dan murka-Nya; (2) Individu akan akan merasakan kepuasan sehingga individu tersebut akan selalu mendapatkan kebahagiaan dan merasa senang. Berbeda dengan orang yang ingkar terhadap nikmat Allah Subhanahu Wa Ta’ala, jiwanya akan selalu merasa kekurangan dan tidak pernah merasa puas sehingga

batinnya akan terus tersiksa; (3) Individu yang berniat tulus dan ikhlas hanya untuk Allah Subhanahu Wa Ta'ala, maka perbuatan itu termasuk ibadah, dan sesungguhnya setiap perbuatan hamba yang bernilai ibadah maka oleh Allah Subhanahu Wa Ta'ala akan diberikan imbalan berupa pahala yang hanya Allah Subhanahu Wa Ta'ala saja tahu besarnya.

Subjective well-being merupakan evaluasi individu mengenai kehidupannya, yang dibangun oleh dua dimensi yaitu meliputi penilaian kognitif dan penilaian afektif. Penilaian kognitif adalah penilaian individu mengenai kepuasan hidup pada pemenuhan kebutuhan. Penilaian afektif adalah penilaian individu terhadap *mood* dan emosi yang sering dirasakan dalam hidup (Diener, 2000).

Subjective well-being memiliki tiga komponen yaitu kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif yang dirasakan individu. Dalam hal ini, ketiga komponen tersebut dapat dimasukkan ke dalam dua dimensi yaitu dimensi kognitif dan afektif.

Dimensi kognitif berisi kepuasan hidup yaitu penilaian kognitif seseorang mengenai kehidupannya, apakah kehidupan yang dijalannya berjalan dengan baik. Kepuasan hidup ini dapat diukur dengan melihat derajat kepuasan seseorang terhadap hidupnya. Komponen kognitif ini merupakan kesenjangan yang dipersepsikan antara keinginan dan pencapaian yang terpenuhi atau tidak. Kepuasan hidup merupakan penilaian subjektif seseorang mengenai seberapa dekat kehidupannya saat ini dengan kehidupan ideal. Kepuasan hidup hanya sedikit dipengaruhi oleh afek, emosi, dan *mood* yang dirasakan pada suatu kejadian. Hal tersebut yang dapat diukur secara keseluruhan atau dilihat dari area-area tertentu dalam kehidupannya: (1) *Global life satisfaction*: penilaian subjektif terhadap kebermaknaan seluruh hidupnya. Seseorang melakukan evaluasi terhadap kepuasan dari keseluruhan hidupnya. Pertimbangan individu dalam hal ini dipengaruhi situasi penting yang terjadi di saat seseorang membuat penilaian; (2) *Specific Domain Satisfaction*: mencakup area kepuasan individu dalam berbagai bidang kehidupan, hal ini sangat bergantung pada budaya dan bagaimana kehidupan individu terbentuk, termasuk di dalamnya perkembangan usia. Area kehidupan yang paling berpengaruh pada remaja adalah area keluarga, teman, sekolah, tempat tinggal, dan dirinya sendiri.

Dimensi afektif meliputi emosi dan suasana hati yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Suasana hati memiliki nilai kualitas positif atau negatif. Suasana hati tidak harus disebabkan karena suatu hal. Suasana hati cenderung lebih bertahan lama dari emosi tetapi intensitasnya kurang jika dibandingkan dengan emosi. Berbeda halnya dengan emosi, jika emosi selalu disebabkan karena suatu hal. Emosi cenderung tidak bertahan lama dari suasana hati tetapi intensitasnya lebih kuat jika dibandingkan dengan suasana hati.

Afek positif adalah suasana hati yang terdiri dari emosi-emosi positif, seperti kesenangan, ketenangan diri, kegembiraan, dan sebagainya. Afek negatif adalah suasana hati yang terdiri atas kegugupan, stress, tidak percaya diri, kegelisahan, iri, kemarahan, dan sebagainya. Afek positif dapat diukur dari frekuensi munculnya emosi-emosi positif, sedangkan afek negatif dapat diukur dari frekuensi munculnya emosi-emosi negatif dalam keseharian hidupnya (Diener, 2000).

Kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif dapat saling berkaitan, hal ini disebabkan karena penilaian seseorang terhadap kegiatan yang dilakukan, kejadian-kejadian atau masalah dalam kehidupannya, dan dipengaruhi afek yang dirasakan selama melakukan penilaian. Kepuasan hidup merupakan penilaian mengenai hidup baik secara keseluruhan atau spesifik, sedangkan afek positif dan negatif terdiri dari reaksi-reaksi terhadap kejadian yang dialami.

Istilah Adolescence atau remaja berasal dari bahasa Latin (kata bendanya, *Adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Ciri masa remaja adalah: (1) Periode yang penting; (2) Periode peralihan; (3) Periode perubahan; (4) Usia bermasalah; (5) Masa mencari identitas; (6) Usia yang menimbulkan ketakutan; (7) Masa yang tidak realistis; dan (8) Masa ambang dewasa.

Tugas perkembangan masa remaja adalah: (1) Mencapai hubungan baru dan lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita; (2) Mencapai peran sosial pria dan wanita; (3) Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif; (4) Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab; (5) Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya; (6) Mempersiapkan karir ekonomi; (7) Mempersiapkan perkawinan dan keluarga; dan (8) Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

Santrock (2007) mengungkapkan masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir sekitar usia 18 hingga 22 tahun.

C. Hasil Penelitian

Hasil Uji Korelasi Rank Spearman antara Syukur dengan *Subjective Well-Being*

Tabel 1. Hasil Uji Korelasi Rank Spearman

Hipotesis	Rs	Keterangan
H1 : $rs > 0$	0.817	Terdapat hubungan positif antara syukur dengan <i>subjective well-being</i>

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan koefisien korelasi sebesar 0.817, menurut tabel Guilford nilai tersebut masuk dalam kategori korelasi yang tinggi sekali. Tanda positif (+) pada koefisien korelasi yang didapat menunjukkan adanya hubungan positif antara syukur dan *subjective well-being*. Hubungan positif tersebut artinya bahwa semakin tinggi syukur yang dimiliki oleh remaja panti, maka akan semakin tinggi pula *subjective well-being* yang dimiliki oleh remaja panti.

D. Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan tentang hubungan syukur dengan *subjective well-being* remaja panti asuhan Ikhlasul Amal Bandung, maka dapat disimpulkan bahwa di panti asuhan Ikhlasul Amal ini 100% atau 17 orang memiliki syukur yang tinggi dan 100% atau 17 orang memiliki *subjective well-being* yang tinggi dengan korelasi sebesar 0,817 atau korelasi tinggi sekali, yaitu terdapat hubungan positif antara syukur dan *subjective well-being*. Hubungan positif artinya bahwa semakin tinggi syukur yang dimiliki oleh remaja panti, maka akan semakin tinggi pula *subjective well-being* yang dimiliki oleh remaja panti.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Diener. <https://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/SWLS.html>. Diakses 2 Januari 2017
- Diener. (1984). *Subjective Well-Being*. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575

- Diener, Lucas, Richard E., & Oishi, Shigero. (1996). *Subjective Well-Being: the Science of Happiness and Life Satisfaction*. Journal Chapter 5
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima* (Diterjemahkan oleh Dra. Istiwidayanti & Drs. Soedjarwo). Jakarta: Erlangga
- Inayatillah, T. (2009). *Hubungan Antara Gratitude Dengan Subjective Well-Being (Kebahagiaan) Pada Santri Kelas XI dan XII Pondok Pesantren Darul Arqam Muhammadiyah Garut*.
- Noor, H. (2009). *Psikometri: Aplikasi Dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.
- Sugiyono. (2005). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syam, Y. H. (2009). *Sabar dan Syukur*. Yogyakarta: Mutiara Media
- Siregar, S. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Dengan Perbandingan Perhitungan Manual dan SPSS*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Siegel, S. (1988). *Statistika Nonparametrikal Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Gramedia.
- Yunita, O. (2014). *Gambaran Subjective Well-Being Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan*. <http://repository.wima.ac.id/3666/1/pdf>. Diunduh 3 Januari 2017
- Pedoman Penyelenggaraan Mata Kuliah Metodologi Penelitian III dan Skripsi (Revisi Ketiga)*. (2016). Bandung, Indonesia: Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung.