
PERAN AKHLAK TERHADAP KEBAHAGIAAN REMAJA ISLAM

Marcham Darokah

Ahmad Muhammad Diponegoro

Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan

Abstrak

Salah satu bidang psikologi positif adalah menganalisa kebahagiaan, yaitu evaluasi kognitif dan afektif terhadap kehidupan. Kemajuan telah dibuat dalam memahami komponen kebahagiaan, pentingnya adaptasi dan tujuan, serta rasa sejahtera, yang dapat diatur oleh ajaran agama. Dalam penelitian ini adalah Islam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara pelajaran agama Islam dan akhlak terhadap kebahagiaan ($r = 0,495$).

Kata kunci: kebahagiaan, kesejahteraan subjektif, afek, kepuasan hidup

Abstract

One area of positive psychology analyzes happiness, people's cognitive and affective evaluations of their lives. Progress has been made in understanding the components of happiness, the importance of adaptation and goals to feelings of well-being, the temperament underpinnings of happiness, and the cultural and religion influences on well-being. Islam is the religion that has been used in this research. Representative selection of respondents from Madrasah Aliyah was used. Methodological refinements are now used to study happiness and could be used to produce national indicators of happiness. The result of canonical analysis showed that Islamic knowledge and Islamic moral correlated with happiness ($r = 0,495$).

Key words: happiness, subjective well being, affect, life satisfaction

Pendahuluan

Siapakah orang yang bahagia? Mengapa ia bahagia? Pertanyaan-pertanyaan yang hampir tidak terjawab oleh para ahli psikolog abad pertama, bahkan hampir tidak pernah ditanyakan (Myers 1995). Karena para Psikolog saat itu banyak disibukkan oleh penyakit manusia daripada potensi yang terdapat dalam diri manusia. Pada dasa warsa terakhir ini, para psikolog mulai tergugah untuk mengambil jalan lain untuk mengatasi ketidakhahagiaan, depresi, penyakit mental problematika yang dihadapi umat manusia secara umum dan remaja pada khususnya. Jalan yang diambil adalah menggali potensi yang ada manusia dan menumbuhkannya.

Aliran ini dikenal dengan nama psikologi positif. Suatu ilmu pengetahuan yang bertugas untuk menumbuhkan potensi-potensi yang dimiliki manusia.

Ide tentang psikologi positif muncul dari presiden *American Psychological Association* (APA) pada tahun 1998 suatu organisasi ilmuwan yang terbesar di dunia. Ide ini mendapat sambutan positif dari para anggotanya. Sebagai dukungan ide Seligman dan kawan-kawannya, mereka memilih tema: *Prevention: building strength, resilience and health in young people* dalam konferensi tahunannya pada tahun 1998. Dalam sambutannya, Seligman (1998), presiden APA waktu itu mengatakan bahwa tugas kepresidenannya sekarang adalah

menumbuhkan ilmu pengetahuan baru yang diperkenalkan dengan nama psikologi positif. Psikologi positif dinyatakan sebagai suatu ilmu yang ingin mengubah penekanan dalam disiplin psikologi dari suatu model penyakit ke suatu model sehat untuk melengkapi apa yang sudah dikembangkan oleh para ahli psikologi terdahulu. Tujuan utama psikologi positif ialah memahami, membangun, dan memberdayakan kekuatan-kekuatan yang dimiliki manusia (Diener dan Diener, 2003).

Seligman (1998) berpendapat bahwa psikologi sebenarnya dapat melakukan peran yang penting untuk menolong mencari jalan keluar. Yaitu dengan mendokumentasikan keluarga yang mampu menumbuhkan anak yang kreatif dan optimis, dan bagaimana membuat kehidupan ini betul-betul berharga bagi umat manusia.

Tugas psikologi positif ini sebenarnya merupakan misi psikologi yang terlupakan (Seligman, 2004 *in press*). Sebelum Perang Dunia II, psikologi mempunyai tiga misi yaitu menyembuhkan penyakit mental, membuat kehidupan manusia lebih baik, dan mengidentifikasi serta menumbuhkan bakat yang tinggi. Tiga misi ini tercermin dalam karya Terman tentang keluarbiasaan; karya Terman, Ferguson, Johnson dan Wilson tentang kebahagiaan perkawinan; karya Watson tentang menjadi orang tua yang efektif; dan karya Jung yang berhubungan dengan mencari makna kehidupan (dalam Gilham dan Seligman, 1999).

Usaha-usaha untuk mengatasi penurunan kebahagiaan remaja sebenarnya sudah lama dilakukan. Sebagai contoh, pemerintah Amerika telah berusaha meningkatkan kebahagiaan dengan cara memenuhi berbagai kebutuhan fisik remaja mereka. Mereka menikmati pendidikan hingga tingkat menengah atas secara gratis dan mendapatkan perlengkapan sekolah yang dapat dikatakan paling sempurna di seluruh dunia, tetapi ternyata yang terjadi adalah

berlawanan dengan apa yang dicita-citakan. Pemenuhan kebutuhan tersebut menurut Myers (2003), apabila dianggap sebagai syarat seseorang untuk meningkatkan kebahagiaan (Diener dkk., 1999) tentunya remaja Amerika merupakan remaja yang paling bahagia di dunia.

Temuan di lapangan terhadap peningkatan materi tidaklah seperti yang diharapkan. Perceraian orang tua remaja di Amerika ternyata meningkat dua kali lipat seiring dengan peningkatan penghasilan mereka, bunuh diri dan kekerasan di antara remaja meningkat tiga kali lipat, dan depresi meningkat beberapa kali. Remaja Amerika kontemporer nampaknya lebih sering merasa tidak nyaman daripada “pendahulu” mereka. Keadaan yang serupa ternyata juga menghinggapinya remaja Jepang dan Eropa, padahal remaja di negara ini lebih menikmati nutrisi, pemeliharaan kesehatan, pendidikan, dan ilmu pengetahuan yang lebih baik dibandingkan negara-negara lain (Myers, 2004 *in press*).

Buss (2000) mengingatkan, bahwa keadaan akan mengakibatkan meningkatnya egoisme, hilangnya kasih sayang, dan bertambahnya jurang pemisah antara yang beruntung dengan yang kurang beruntung. Akhirnya akan mengarah ke anarki, kekerasan, penyakit mental yang kronis, dan putus asa. Kualitas hidup remaja bahkan dari segi fisik menurun disebabkan kecanduan obat dan perkelahian.

Lalu apa yang sebenarnya membuat manusia bahagia? Para peneliti psikologi kecewa melihat hasil penelitian terhadap rendahnya faktor-faktor eksternal terhadap kebahagiaan. Faktor eksternal yang dimaksud adalah penghasilan, pendidikan, kesehatan, dan status sosial. Penelitian kemudian diarahkan kepada faktor internal, yaitu kepribadian, nilai hidup, dan keyakinan yang terdapat pada diri individu. Ternyata faktor internal inilah yang berpengaruh besar

terhadap kebahagiaan individu. Individu yang ceria, banyak memberi, memberikan pertolongan, dan jarang mengeluh merupakan individu yang memiliki skor tinggi dalam kebahagiaan. Para peneliti menemukan individu yang tinggal di lingkungan agamawan dan dalam masyarakat atau keluarga yang hubungannya juga memiliki skor tinggi dalam kebahagiaan (Myers, 2003).

Ajaran agama ternyata dianggap sebagai salah satu jalan. Penelitian-penelitian juga menunjukkan hal yang mendukung pernyataan tersebut keluar Seligman (2002) agama penting dalam mengatasi berbagai masalah psikologi, yaitu dengan cara membangun emosi positif. Hal ini dikuatkan dengan berbagai temuan empiris (Myers, 2003).

Secara umum dalam berbagai penelitian agama membawa kehidupan yang lebih baik bagi pemeluknya (Myers, 2003). Pemeluk agama yang aktif menjalankan ibadahnya, mempunyai umur yang lebih panjang (McCullough *et al.*, 2000) dan kesehatan mental yang lebih baik (Kendler *et al.*, 2003) bila dibandingkan mereka yang tidak aktif atau kurang aktif. Diener *et al.*, (1999) berpendapat bahwa penelitian tentang Islam dan kebahagiaan (kebahagiaan) belum pernah dilakukan. Mereka menganggap Islam perlu diteliti. Para ahli psikologi yang bergabung dalam psikologi positif, seperti Emmons dan McCullough (2003) Tsang *et al.*, (2004 *in press*) umumnya berpendapat bahwa ajaran Islam mengandung nilai-nilai yang secara empiris mampu meningkatkan kebahagiaan. Seperti syukur, perintah untuk memaafkan orang yang menganiaya, dan silaturrohim.

Seligman (2002), dalam berbagai pernyataannya mengemukakan bahwa nilai moral yang terkandung dalam ajaran berbagai agama dan budaya merupakan hal yang cukup penting dalam mengatasi berbagai masalah psikologi, yaitu dengan cara membangun emosi positif. Hal ini dikuatkan dengan berbagai temuan empiris (contoh: Emmons dan

McCullough, 2003; Myers, 2000). Nenek moyang bangsa Amerika khususnya dan bangsa-bangsa lain dahulu memiliki perabot spiritual untuk duduk dengan nyaman tatkala mereka mengalami kegagalan, yaitu kedekatan dengan Tuhan (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Perhatian yang semakin meningkat terhadap akhlak, bukanlah tanpa alasan sama sekali. Secara umum dalam berbagai penelitian moral membawa kehidupan yang lebih baik bagi pelakunya (McCullough, 1999; McCullough, *et al.*, 2000).

Telaah Teori

Kebahagiaan. Menurut Diener dan Scollon (2003) terdapat dua aspek dalam indikator subjektif kebahagiaan yaitu afek dan kepuasan hidup. Kepuasan hidup merupakan evaluasi kognitif terhadap kehidupan individu, sedang afek merupakan evaluasi afektifnya.

Penelitian ini terutama mengacu pada teori *top down* dan *bottom up* yang menyatakan bahwa kebahagiaan dapat ditingkatkan dengan faktor eksternal dan faktor internal (Diener dan Diener, 2003). Faktor eksternal adalah faktor-faktor dari luar seperti pengetahuan, penghasilan, dan kedudukan. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam individu seperti kepribadian, nilai hidup, dan kepercayaan (Diener *et al.*, 1999). Dalam penelitian ini pengetahuan ajaran Islam sebagai faktor eksternal dan akhlak yang berasal dari dalam diri individu sebagai faktor internal.

Pada beberapa dekade terakhir, peneliti mulai beralih mengeksplorasi daerah dalam diri manusia. Seperti nilai-nilai hidup, tujuan hidup, dan kepribadian individu (Myers, 2003). Nilai hidup, tujuan hidup, dan kepribadian sering dibangun dari ajaran agama yang dianut individu (Emmons dan McCullough, 2003).

Pengetahuan ajaran Islam wajib dituntut oleh individu muslim. Pengetahuan yang semakin banyak apabila diamalkan, akan

membuat perilaku moral semakin bervariasi. Pengetahuan ajaran Islam yang banyak apabila tidak diwujudkan dalam perilaku justru akan menurunkan kesejahteraan individu.

Evaluasi terhadap kehidupan merupakan aspek penting dalam beragama. Banyak ajaran Islam yang memerintahkan individu untuk selalu mengevaluasi kehidupannya di masa lalu, sehingga akan menumbuhkan rasa syukur. Hal ini searah dengan teori *bottom up* yang menyatakan bahwa kondisi individu dapat meningkatkan kepuasan hidup atau kebahagiaannya.

Individu yang memperoleh pengetahuan yang dianggap manfaat dan mengarah untuk mencapai cita-citanya akan meningkatkan kepuasannya. Dalam penelitian Suh *et al.*, (1998), pengetahuan yang dimiliki individu berpengaruh terhadap kepuasan hidup individu, baik dalam kelompok kolektivistik maupun individualistik.

Secara khusus, pengukuran pengetahuan ajaran Islam sendiri apabila dilakukan dengan cara-cara yang telah diuji dalam psikologi pendidikan dapat meningkatkan kepuasan individu. Cara pengukuran yang dimaksud adalah bila diperhatikan daya beda dan taraf kesukaran soal. Pengukuran yang dapat membedakan individu yang tinggi pengetahuannya dan yang rendah pengetahuannya dengan baik, akan membuat individu merasa diperlakukan secara adil. Menurut Musrel perlakuan ini akan meningkatkan kepuasan individu (Suryabrata, 2002).

Menurut teori *bottom up*, pengetahuan (*grade*) dapat mempengaruhi afek individu (Crocker *et al.*, 2003). Banyaknya individu yang membaca kitab Al-Qur'an, doa-doa yang terkandung di dalamnya, dan membaca kisah-kisahny menunjukkan bahwa Al-Qur'an membawa perasaan positif bagi pembacanya. Membaca dan memahami, dan mengulang-ulang ucapan yang mengandung kata-kata hikmah dapat meningkatkan kebahagiaan. Hasil penelitian Suzanne Segerstrom

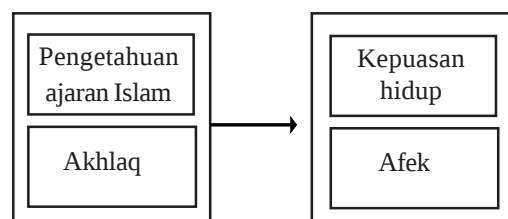
pemenang pertama dana penelitian psikologi APA terbesar (*Marks Templeton Positive Psychology Prize*) mendukung pernyataan tersebut (dalam Seligman, 2002).

Kegiatan lain yang secara teori dan temuan empiris berperan meningkatkan kepuasan hidup adalah membantu fakir miskin, kawan yang berada dalam kesulitan, bekerja bakti untuk masyarakat sekitar, dan menjenguk orang sakit (Haidt, 2003).

Akhlak lain yang pernah diteliti dalam psikologi terlihat mampu meningkatkan kepuasan hidup individu adalah mempererat tali *silaturahmi* karena dapat meningkatkan kohesivitas dan dukungan sosial (Myers, 2003). Dalam ajaran moral Islam, individu tidak diperkenankan untuk memutuskan hubungan antar keluarga, saling membelakangi, dan meremehkan orang lain.

Kegiatan tersebut dilihat sebagai pengaruh sosial yang memberi kontribusi bagi peningkatan kebahagiaan para remaja. Ini berarti bahwa peningkatan kebahagiaan remaja dapat dimotivasi oleh faktor-faktor sosial, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif akhlak remaja dengan kebahagiaan remaja.

Dari uraian dalam telaah teori, dapat dibuat suatu diagram sebagaimana dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1: Peran pengetahuan ajaran Islam dan akhlak terhadap kebahagiaan remaja Islam.

Dalam penelitian diajukan hipotesis: pengetahuan ajaran Islam dan akhlak secara bersama-sama berhubungan positif dengan kebahagiaan remaja Islam.

Metode

Subjek pada penelitian ini adalah remaja yang menjadi siswa di SMU se Daerah Istimewa Yogyakarta. Pemilihan Daerah Istimewa Yogyakarta sebagai ajang penelitian berdasar alasan bahwa daerah ini merupakan salah satu pusat keberadaan remaja.

Kriteria populasi sebagai berikut:

- a. Subjek adalah siswa MA di Daerah Istimewa Yogyakarta.
- b. Subjek duduk di kelas dua. Asumsinya adalah, dengan tingkat pendidikan yang dimiliki oleh siswa, yang sedikit banyak mengerti tentang pengetahuan ajaran Islam yang telah diketahui, sehingga apabila diberi tes pengetahuan ajaran Islam, maka dia akan mampu menjawab apa yang ditanyakan.
- c. Subjek berusia antara lima belas sampai sembilan belas tahun.

Keseluruhan jumlah subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 207 siswa.

- a. **Kepuasan hidup** adalah penilaian individu terhadap segala peristiwa yang dialami dengan harapan dan keinginannya, terdiri atas: a. Kepuasan terhadap diri; b. Kepuasan terhadap kawan; c. Kepuasan terhadap keluarga; d. Kepuasan terhadap sekolah; e. Kepuasan terhadap lingkungan.

Kepuasan hidup diungkapkan dengan skala *Life-satisfaction scale* dengan modifikasi, bila hasilnya rendah maka kepuasan hidupnya rendah. Sebaliknya bila hasilnya tinggi maka kepuasan hidupnya tinggi.

Angket kepuasan hidup berjumlah 37 item. Pembagiannya adalah kepuasan terhadap diri 8 item, kepuasan terhadap keluarga 8 item, kepuasan terhadap sekolah 6 item, kepuasan terhadap kawan 9 item, kepuasan terhadap lingkungan 6 item. Adapun interval angket ini berkisar

antara sangat puas dan sangat tidak puas. Dengan skala penilaian berkisar dari 1 sampai 5.

- b. **Afek** adalah suatu kondisi afeksi seseorang yang menunjukkan adanya afek positif yang maksimal dan afek negatif yang minimal. Afek positif adalah perasaan menyenangkan sebagaimana yang dihayati dan dialami atau dirasakan individu dalam kehidupannya. Afek negatif adalah perasaan tidak menyenangkan sebagaimana yang dihayati dan dialami atau dirasakan individu dalam kehidupannya.

Afek diungkapkan dengan skala *Affect scale* (PANAS scale) dengan modifikasi, bila hasilnya rendah maka afeknya rendah. Sebaliknya bila hasilnya tinggi maka afeknya tinggi.

Adapun bentuk skala afek dibuat mengacu pendapat di atas terdiri dari 26 item. Item yang mengungkap tentang afek positif terdiri atas 14 item sedang yang mengungkap afek negatif berjumlah 12 item. Skala Diener tersebut untuk mengungkap afek yaitu afek positif dan negatif dengan lima alternatif jawaban berdasarkan frekuensi afek, yaitu 1, 2, 3, 4 dan 5.

Selanjutnya skala afek dalam penelitian ini terdiri atas dua komponen, yakni afek positif dan afek negatif. Afek positif diungkap dengan 21 butir pernyataan dan afek negatif diungkap dengan 19 butir pernyataan. Cara memberikan penilaian dilakukan berdasarkan respon subjek terhadap salah satu dari 5 kemungkinan pilihan jawaban sesuai dengan frekuensi afek yang dialami subjek, yaitu untuk afek positif: nilai 1 bilamana subjek sangat sedikit atau sama sekali tidak merasakan, nilai 2 bilamana subjek sedikit merasakan, nilai 3 jika dirasakan sedang-sedang saja, nilai 4 bilamana agak sering dirasakan; dan nilai 5 bilamana sangat sering dirasakan.

Sedang untuk afek negatif adalah sebaliknya.

- c. **Skala akhlak.** Akhlak adalah merupakan perilaku yang didasari atas pengetahuan ajaran Islam. Akhlak diketahui pada aktivitas atau kegiatan individu, terdiri atas: a. Aktivitas yang berhubungan dengan taqwa terhadap Tuhan; b. Aktivitas yang berhubungan dengan manusia; c. Aktivitas yang berhubungan dengan kerabat; d. Aktivitas yang berhubungan dengan diri sendiri; e. Aktivitas yang berhubungan dengan lingkungan.

Akhlak diungkap dengan skala akhlak, bila hasilnya rendah maka akhlaknya rendah. Sebaliknya bila hasilnya tinggi maka akhlaknya tinggi. Ada 69 item. Pembagiannya adalah perilaku terhadap Tuhan 15 item perilaku terhadap sesama manusia 13 item perilaku terhadap kerabat 16 item, perilaku terhadap diri 16 item, kepuasan terhadap lingkungan 9 item. Adapun interval angket ini berkisar antara sangat sering dan sangat jarang.

- d. **Tes pengetahuan ajaran Islam.** Pengetahuan ajaran Islam adalah pengetahuan yang berasal dari kitab Quran dan hadis a. Pengetahuan tentang taqwa kepada Tuhan; b. Pengetahuan hubungan antar manusia; c. Pengetahuan tentang hubungan dengan kerabat; d. Pengetahuan yang berkenaan dengan diri sendiri; d. pengetahuan yang berkenaan dengan lingkungan.

Pengetahuan ajaran Islam diungkap dengan tes objektif yang dikembangkan oleh Bloom (1956) dan Suryabarata (2002). Pengetahuan ajaran Islam yang dibakukan, bila hasilnya rendah maka pengetahuan ajaran Islamnya rendah. Sebaliknya bila hasilnya tinggi maka pengetahuan ajaran Islamnya tinggi. Jumlah soal Pengetahuan ajaran Islam ada 27 item.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Analisis Korelasi Kanonik

Analisis korelasi kanonik adalah model multivariat yang mempelajari hubungan antar set variabel dependen (lebih dari satu variabel) dengan set variabel independen (lebih dari satu variabel) secara bersama-sama. Hal ini berbeda dengan analisis regresi yang hanya menyertakan satu variabel dependen.

1. **Uji Prasyarat Analisis.** Sebelum proses pengujian hipotesis dilaksanakan terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat terhadap data penelitian. Uji-prasyarat ini meliputi uji normalitas, linearitas, dan uji multikolinearitas.

- a. **Uji normalitas sebaran.** Variabel-variabel yang diuji normalitas sebarannya mencakup afek, kepuasan siswa, skor pelajaran agama Islam dan akhlak. Pengujian normalitas sebaran menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov goodness of fit test* (K-SZ). Kaidah yang digunakan untuk

Tabel 1. Rangkuman hasil analisis uji normalitas sebaran

Variabel	Pai	Akhlak	Afek	Kepuasan Siswa
N	207	207	207	207
K-S-Z	1.215	.735	.888	1.035
P	.105	.852	.410	.234
Signifikansi	P>1.05	P>1.05	P>1.05	P>1.05
Keterangan	Normal	Normal	Normal	Normal

mengetahui normal atau tidaknya sebaran adalah jika $p > 0,05$, maka sebarannya dinyatakan normal. Adapun hasil uji normalitas sebaran dapat dilihat pada tabel 1.

2. **Uji multikolinearitas.** Uji multikolinearitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah ada korelasi yang kuat antara variabel independen. Jika terjadi korelasi, maka ada problem multiko-linieritas. Model korelasi kanonik yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi di antara variabel bebas. Pengujian multikolinearitas variabel bebas menggunakan tes multikolinearitas yang terdapat dalam program SPSS (*multicollinearity test*). Kaidah yang digunakan untuk mengetahui ketiadaan multikolinearitas adalah jika angka *tolerance* mendekati 1 dan angka VIF berada di sekitar 1. Hasil uji multikolinearitas dapat dilihat pada tabel 2.

Pada bagian koefisien terlihat untuk ketiga variabel independen angka VIF ada di sekitar angka 1 (misal 1.065). Demikian juga nilai *tolerance* mendekati 1 (seperti

untuk variabel perilaku keagamaan adalah 0.939). Dengan demikian dapat disimpulkan model tersebut tidak terdapat problem multikolinieritas (MULTIKO).

Analisis Korelasi Kanonik

Analisis korelasi kanonik dilakukan dengan perilaku keagamaan atau akhlak dan pengetahuan ajaran Islam sebagai variabel bebas, kepuasan siswa, dan afek siswa sebagai variabel bergantung.

Jika diambil jumlah terkecil, terdapat angka dua yang akan membentuk dua fungsi kanonik sebagaimana terlihat dalam tabel 4.

Tabel 3 menunjukkan dua fungsi kanonik pada bagian *Root No.* dengan angka korelasi kanonik (*Canon cor*) untuk fungsi 1 adalah 0.495 dan untuk fungsi 2 adalah 0.053.

Tabel 4 juga menunjukkan kolom *Sig of F* yang menguji signifikansi fungsi kanonik memperlihatkan fungsi 1 angka signifikan adalah .000, sedangkan untuk fungsi 2 angka signifikan adalah .755. Dari hasil tersebut, terlihat bahwa angka signifikansi fungsi 1 jauh di bawah 0.05 sehingga fungsi 1 secara individu adalah signifikan, dan bisa diproses lebih lanjut. Sedang fungsi 2, karena angka signifikan jauh di

Tabel 2. Rangkuman hasil analisis uji multikolinearitas.

Variabel	Tolerance	Keterangan	VIF	Keterangan
Akhlak	.939	Mendekati 1	1.065	Di Sekitar 1
Pelajaran Agama Islam	.968	Mendekati 1	1.034	Di Sekitar 1

Tabel 3. Korelasi kanonik fungsi 1 dan fungsi 2.

Akar No	Persen	Persen Kumulatif	Korelasi Kanonik
1	99.150	99.150	.495
2	.850	100.00	.053

Pengujian signifikansi fungsi kanonik					
Dimension Reduction Analysis					
<i>Roots</i>	<i>Wilks K.</i>	<i>F Hypoth</i>	<i>DF</i>	<i>Kesalahan DF</i>	<i>Sig. of F</i>
1 TO 2	.75333	10.24451	6.00	404.00	.000
2 TO 2	.99723	.28179	2.00	203.00	.755

atas 0.05, maka fungsi 2 secara individu dianggap tidak bisa untuk diproses lebih lanjut (Santoso, 2002). Bila diuji bersama-sama dengan empat prosedur pada tabel 5.

Berdasar tabel 5, terlihat angka signifikansi (*Sig of F*) untuk ketiga prosedur semuanya di bawah 0.05 (yakni 0.000). dengan demikian, jika digabung secara

2002, komunikasi personal Suryabrata, 2003).

Interpretasi variat kanonik (*Canonical variates*)

Variat kanonik adalah kumpulan dari beberapa variabel yang membentuk sebuah variat. Dalam kasus ini, ada dua variat

Tabel 5. Hasil uji tes signifikansi multivariate.

<i>Multivariate Test of Significance (S=2, M=0, N=100)</i>					
Nama Tes	Value	<i>Approx F</i>	Hypoth	Kesalahan Db	Signifik
Pillais	4735	9.54965	6.00	406.00	.000
Hotelling	.32654	10.93916	6.00	402.00	.000
Wilks	.75333	10.24451	6.00	404.00	.000
Roy's	.24458				

bersama-sama, fungsi kanonik 1 dan fungsi kanonik 2 akan signifikan dan bisa diproses lebih lanjut. Nampak ada perbedaan antara pengujian individu dan bersama (kolektif). Untuk itu, bisa dilihat pada angka Korelasi Kanonik yang ada di tabel pertama, dengan angka Korelasi Kanonik fungsi 1 adalah 0.495 sedang korelasi kanonik fungsi 2 adalah 0.053. Fungsi 1 mempunyai angka korelasi kanonik yang lebih tinggi sehingga analisis untuk fungsi 1 dapat dilanjutkan, dan fungsi 2 dapat dikeluarkan untuk analisis selanjutnya. Dengan demikian, hanya fungsi 1 yang akan dianalisis lebih lanjut, karena selain signifikan secara individu dan bersama-sama juga mempunyai angka korelasi Kanonik yang tinggi (Santoso,

kanonik, yakni variat kanonik dependen, yang berisi variabel kepuasan siswa dan afek siswa serta variat kanonik independen, yang berisi dua variabel independen yang diukur dengan besaran korelasi masing masing independen variabel dengan variatnya (Santoso, 2002). Pengukuran variat kanonik bisa dilakukan dengan bobot kanonik.

Bobot kanonik dapat dilihat dari dependen variate dan independen variate. Untuk dependen variates dapat dilihat pada tabel 6.

Koefisien kanonik yang terstandardisasi untuk variabel dependen. Hasil untuk independen variat dapat dilihat pada tabel 7.

Hasil analisis korelasi kanonik pada tabel 20 fungsi 2 (kolom angka kedua) tidak

Tabel 6. Hasil analisis dependen variate kepuasan dan afek siswa

Koefisien kanonik yang terstandardisasi untuk variabel dependen		
Nama variabel	Bobot kanonik	
Dependen	1	2
Kepuasan	.822	-.703
Afek	.336	1.028

Tabel 7. Hasil analisis korelasi kanonik terhadap independen variates (Akhlak dan Pengetahuan ajaran Islam)

Variabel	Bobot kanonik	
Independen	Fungsi 1	Fungsi 2
Akhlak	.728	-.673
Pelajaran agama Islam	.474	.359

perlu diperhatikan, sehingga terlihat deretan angka korelasi antara masing-masing variabel dengan variatnya. Dependen variabel pada tabel tersebut menunjukkan dua angka korelasi agak berbeda, kepuasan siswa cukup tinggi, sedang afek tidak terlalu tinggi, sedang untuk variabel independen (*covariates*), angka korelasi yang tertinggi adalah akhlak pelajaran agama Islam.

Berdasar rangkuman hasil *output* bobot kanonik, maka dapat disimpulkan bahwa memang ada hubungan yang signifikan antara dependen variat dengan independen variat. Atau, akhlak dan pengetahuan ilmu agama secara nyata secara bersama-sama berhubungan secara signifikan dengan kepuasan siswa, dan afek siswa. Berkenaan dengan hasil analisis itu maka hipotesis yang menyatakan bahwa akhlak dan pelajaran agama Islam berhubungan positif dengan kepuasan dan afek dapat diterima kebenarannya.

Berdasar rangkuman hasil korelasi kanonik juga dapat disimpulkan bahwa dengan melihat tanda positif untuk variabel akhlak dan pelajaran agama Islam menunjukkan bahwa semakin tinggi akhlak dan pelajaran agama Islam, semakin tinggi pula kepuasan dan afeknya. Berkenaan dengan hasil analisis itu maka dikatakan pula bahwa akhlak dan pelajaran agama Islam secara individual mempunyai hubungan positif kebahagiaan siswa.

Pembahasan

1. Peran pengetahuan ajaran Islam terhadap kebahagiaan.

Penelitian yang berhubungan dengan pengetahuan agama hingga saat ini masih jarang dilakukan. Umumnya penelitian-penelitian tentang pelajaran di sekolah berhubungan dengan pengetahuan umum. Misalnya pelajaran biologi, matematika, dan fisika. Pengetahuan ajaran Islam memiliki peran terhadap kepuasan hidup remaja, karena dengan pengetahuan mereka memiliki kemampuan berargumentasi, untuk dapat menghindarkan diri dari afek negatif, seperti putus asa, malas, dan tidak bersemangat.

Penelitian ini searah dengan hasil percobaan Musrel (Dalam Suryabrata, 2002) yang menunjukkan bahwa skor yang diberikan terhadap siswa apabila dilakukan dengan adil (dengan memperhatikan daya beda) dapat meningkatkan kepuasan individu. Perlakuan yang adil membuat individu merasa senang dan kepuasan hidup akan meningkat (S. Suryabrata, komunikasi pribadi, 2002). Selaras dengan hasil penelitian ini adalah penelitian Suh *et al.* (1998). Suh *et al.* menemukan bahwa skor mata pelajaran berpengaruh positif terhadap kepuasan hidup individu. Pengaruh ini dapat terjadi dalam budaya

kolektivistik maupun individualistik.

Secara lebih spesifik, hasil penelitian ini dapat dibandingkan dengan hasil penelitian lain dalam bidang pengetahuan yang berbeda. Misalnya pengetahuan umum yang diajarkan di perguruan tinggi. Hasil yang menunjukkan hubungan positif pengetahuan ajaran Islam terhadap afek sebanding dengan hasil penelitian Crocker *et al.* (2003) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif antara pengetahuan dan afek.

2. Peran Akhlak terhadap Kebahagiaan.

Sesuai dengan hasil analisis faktor nilai ajaran Islam yang terekstraksi menjadi satu faktor maka pembahasan akan terasa lebih lengkap bila faktor-faktor nilai ajaran Islam mengelompok menjadi satu. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh positif nilai ajaran Islam terhadap kepuasan hidup dan afek remaja Islam berkenaan dengan kebahagiaan remaja Islam. Apabila dilihat dari dimensi-dimensi yang diukur pada penelitian ini maka alat pengumpul data nilai ajaran Islam remaja Islam, menunjukkan bahwa aktivitas keagamaan meliputi dimensi aktivitas yang berhubungan dengan taqwa kepada Allah, aktivitas yang berhubungan dengan manusia, aktivitas yang berhubungan dengan dengan kerabat, aktivitas yang berhubungan dengan diri, dan aktivitas yang berhubungan dengan lingkungan.

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Contrada *et al.* (2004a) tentang pengaruh keterlibatan individu dalam aktivitas keagamaan (kepercayaan terhadap doktrin kitab) terhadap kebahagiaan dan objektif. Penelitian Contrada *et al.* (2004a) menunjukkan bahwa kepercayaan terhadap ajaran-ajaran kitab suci dapat mempercepat proses penyembuhan pasca operasi jantung, dan

mempercepat masa tinggal pasien di rumah sakit. Penjelasan yang dapat diberikan adalah kepercayaan kepada doktrin dan percaya terhadap hidup sesudah mati (sebagai faktor psikologis) memunculkan coping positif yang mempengaruhi afek, kepuasan hidup, dan sistem kekebalan tubuh serta hormon-hormon tertentu. Kepercayaan ini meningkatkan rasa tentram yang merupakan bagian afek positif individu. Rasa tentram akan mempengaruhi proses kognitif dan kemudian akan mempengaruhi proses kekebalan tubuh (Contrada *et al.*, 2004a).

Dimensi akhlak yang berhubungan dengan kerabat sesuai dengan hasil survei yang dilakukan Myers (2003) yang menanyakan kepada ribuan responden tentang penyebab individu merasa bahagia. Kebanyakan responden menjawab bahwa yang peristiwa yang paling sering membuat mereka bahagia adalah hubungan yang harmonis dan memuaskan dengan keluarga. Survei juga menanyakan apabila seseorang mengalami kesulitan, jawaban yang paling sering adalah kembali kepada keluarga. Menyambung kerabat dapat berarti memaafkan kesalahan dan mensyukuri nikmat adanya individu yang dekat.

Dimensi akhlak yang berhubungan dengan lingkungan (pemanfaatan pemeliharaan keindahan lingkungan hidup) sesuai dengan penelitian Haidt dan Keltner (2003) tentang elevasi, suatu emosi positif yang muncul tatkala individu memperhatikan keagungan atau keindahan ciptaan. Dalam usaha untuk memahami, menjelaskan, dan meningkatkan kebahagiaan sebagai salah satu sarana untuk meningkatkan kualitas hidup remaja Islam maka perlu diperhatikan pengembangan faktor pengetahuan ajaran Islam dan faktor nilai ajaran Islam di dalamnya.

Pengembangan kedua faktor itu diperlukan agar remaja Islam dapat meningkatkan kepuasan hidup dan afek yang merupakan komponen penting kebahagiaan. Dalam konteks ini, hasil penelitian menggambarkan bahwa faktor personal (pengetahuan ajaran Islam) dan faktor sosial (nilai ajaran Islam) secara bersama memiliki peran yang menentukan dalam peningkatan kepuasan hidup dan afek remaja Islam sebagai sarana peningkatan kebahagiaan yang merupakan komponen kualitas hidup.

Dimensi hubungan dengan syukur terhadap sesama manusia dalam penelitian ini sesuai dengan pendapat Emmons dan McCullough (2004) yang mengungkapkan bahwa syukur merupakan faktor kebahagiaan yang dilupakan. Akhlak keagamaan dalam Islam merupakan perwujudan rasa syukur terhadap Tuhan. Pengetahuan ajaran Islam remaja telah mengajarkan individu untuk selalu menghitung atau menyebut nikmat baik yang besar maupun yang kecil. Misalnya remaja sesudah salat diminta atau diwajibkan untuk duduk membaca dzikir. Salah satu dzikir yang berulang dibaca adalah *alhamdulillah*. Kata-kata *alhamdulillah* (segala puji bagi Allah) merupakan pokok syukur. Kata-kata ini minimal dibaca 11 kali. Selaras dengan hasil penelitian ini adalah penelitian dalam psikologi positif yang dilakukan oleh Sergestrom *et al.* (2003) mengenai pemikiran positif yang berulang. Pemikiran positif yang berulang dapat meningkatkan kepuasan hidup dan afek individu.

Penelitian dalam psikologi positif tentang syukur menunjukkan bahwa individu yang bersyukur mempunyai kapasitas untuk berempati, lebih dermawan, dan lebih memberi pertolongan dalam kehidupan sosial mereka (McCullough *et al.*, 2002). Mereka yang secara teratur menghadiri upacara keagamaan dan melakukan aktivitas keagamaan seperti berdoa, membaca ayat-ayat suci, nampaknya

lebih bersyukur daripada yang tidak. Mereka yang bersyukur umumnya lebih dekat dan bertanggung jawab, lebih puas terhadap kehidupannya dan lebih tinggi afek positifnya (McCullough *et al.*, 2002).

Aspek lain, selain syukur, yang diukur dalam nilai ajaran Islam pada penelitian ini adalah memberi maaf. Hasil penelitian menunjukkan bahwa memberi maaf meningkatkan kepuasan hidup dan afek. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Kendler *et al.* (2003) dan McCullough *et al.* (2001a), bahwa memberi maaf mampu meningkatkan kebahagiaan, baik dari segi kepuasan hidup maupun afek. Peningkatan kebahagiaan ini juga terjadi di kalangan remaja. Memaafkan menurut penelitian mampu meningkatkan kebahagiaan, baik dari segi kepuasan hidup maupun afek. Peningkatan kebahagiaan ini juga terjadi di kalangan remaja. menurut penelitian Karrerans *et al.* (2003) maaf dapat meningkatkan kebahagiaan baik dari segi kepuasan hidup dan afek positif. Maaf saat ini juga merupakan kajian utama dalam studi nilai (*value in action*) dalam psikologi positif.

Menurut Seligman (1998) individu yang menyadari kekuatan-kekuatannya dan memanfaatkan kekuatan tersebut akan memberikan rasa bahagia dan puas. Hal ini merupakan proses pembuatan konsep diri positif yang pada akhirnya akan membentuk harga diri yang kuat. Selanjutnya dijelaskan oleh Johnson dan Johnson (2000) bahwa harga diri yang kuat (tinggi) ini akan menyebabkan kepercayaan diri yang tinggi pula sehingga individu dapat melakukan pergaulan sosial yang efektif.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis, ternyata hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan positif antara pelajaran agama Islam dan akhlak terhadap kebahagiaan yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Dengan

demikian dapat dinyatakan bahwa pelajaran agama Islam dan akhlak memiliki hubungan positif dengan kebahagiaan.

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan, untuk meningkatkan kebahagiaan, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi remaja

Remaja hendaknya berupaya memperbaiki akhlak dan meningkatkan ilmu agamanya dengan teratur, karena peningkatan kedua hal tersebut mengakibatkan meningkatnya kebahagiaan yang didambakan.

2. Bagi lembaga pendidikan.

- a. Kebijakan lembaga pendidikan untuk menciptakan lingkungan yang kondusif dalam rangka mengajak remaja untuk melaksanakan akhlak atau budi pekerti yang diajarkan dalam agama Islam, antara lain dengan mengajak remaja untuk rukun, bersilaturrohim, dan menjalankan semua bentuk ibadah sesuai dengan kemampuan mereka.
- b. Meningkatkan penguasaan ajaran Islam sesuai dengan kemampuan mereka masing-masing.

3. Bagi peneliti lain

- a. Beberapa keterbatasan penelitian ini, antara lain penelitian ini hanya mengkaji tentang beberapa aspek akhlak, seperti silaturrohim, menolong orang lain dan yang telah disebutkan dalam alat ukur untuk meningkatkan kebahagiaan remaja. Masih banyak variabel-variabel lain yang berhubungan dengan peningkatan kebahagiaan misalnya penghasilan, pendidikan, dan situasi lingkungan.

- b. Penelitian ini perlu pengembangan lebih lanjut dengan penelitian lainnya, sehingga hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai pembandingan dan dapat memberikan manfaat dalam rangka meningkatkan keilmuan.

Daftar Pustaka.

- Argyle, M. 2001. *The Psychology of Happiness*. New York: Taylor & Francis.
- Buss, D.M. 2000. The evolution of happiness, *American Psychologist*, 55, 15-23.
- Csikszentmihalyi, M. 1999. If we are so rich, why aren't we happy? *American Psychologist*, 55, 821-827
- Diener, E. & Scollon, C. 2003. Subjective well being is desirable, but not the summum bonum. Paper delivered at the University of Minnesota interdisciplinary Workshop on Well-Being, October 23 - 25, 2003, Minneapolis.
- Diener, E. 2000. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., & Diener, C. 1996. Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181-185.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. 1999. Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological bulletin*, 125, 276-302.
- Diponegoro, M., & Thalib, S.B. 2001. Meta-Analisis tentang Perilaku Koping Preventif dan Stress. *Psikologika*, 12, 51-62.
- Diponegoro, M. 1994. Pengembangan tes hasil belajar agama Islam. *Makalah*. Program Pascasarjana IAIN Sunan Kalijaga.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. 2003. Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude

-
- and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 377-389.
- Emmons, R.A., & McCullough, M.E. 2004. Highlights from the Research Project on Gratitude and Thankfulness. Gratitude is the forgotten factor in happiness research. Dimensions and Perspectives of Gratitude. www.psy.miami.edu/faculty/mmccullough/Gratitude
- Fleeson, W., Malanos, A.B., & Achille, N.M. 2003. An intraindividual process approach to the relationship between extraversion and positive affect: Is acting extraverted as "Good" as being extraverted? *Journal Personality and Social Psychology*, 83, 1409-1422.
- Gillham, J.E., & Seligman M E. P. 1999. Footsteps on the road to a positive psychology. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 163-173.
- Gilman, R., Huebner, E. S., and Laughlin, J. E. 2000. A first study Of the Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale with adolescents. *Social Indicator Research* 52, 135-160.
- Haidt, J. & Keltner, D. 2003. Awe/ Responsiveness to Beauty and Excellence. In C. Peterson and M. E. P. Seligman (Eds.) *The VIA taxonomy of strengths*. Cincinnati, OH: Values In Action Institute.
- Haidt, J. 2003. Elevation and the positive psychology of morality. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.) *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived*. Washington DC: American Psychological Association. (pp. 275-289). Copyright 2003, American Psychological Association.
- Keltner, D., & Haidt, J. 2003. Approaching awe, a moral, spiritual, and aesthetic emotion. *Cognition and Emotion*, 17, 297-314.
- Koenig, H.G., Hays, J.C., Larson, D.B., George, L.K., Cohen, H.J., McCullough, M., Meador, K., & Blaze, D.G. 1999. Does religious attendance prolong survival?: A six-year follow-up study of 3,968 older adults. *Journal of Gerontology*, 54, 370-377.
- McCullough, M.E. 1999. Research on religion-accommodative counseling: review and meta-analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 92-98.
- McCullough, M.E., David B., Larson, D.B., William T., Hoyt, W.T., Koenig, H.G., & Thoresen. C. E. 2000. Religious Involvement and Mortality: A Meta-Analytic Review, *Health Psychology*, 19, 211-222.
- Myers, D.G. 2000. Funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55, 56-67
- Myers, D.G. 2003. *Social Psychology*. Boston: McGraw-Hill.
- Seligman, M.E.P. 1998. Building human strength: psychology's forgotten mission. *APA Monitor*, 29, (1) January.
- Seligman, M.E.P. 1999. *Transcript of a speech given by Dr. Martin E.P. Seligman at the Lincoln Summit in September of 1999*
- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. 2000. Positive Psychology. *American Psychologist*, 55, 1-17.
-