

HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN *AUTHENTIC*

***HAPPINESS* PADA SISWA MAN 2 PASURUAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk

Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)

Psikologi (S.Psi.)



Oleh:

Abdullah Rasyid

J71217103

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2022

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Religiusitas dengan *Authentic Happiness* pada Siswa MAN 2 Pasuruan” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Strata 1 di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini dalam sepanjang pengetahuan saya tidak pernah terdapat karya maupun pendapat yang pernah ditulis maupun diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Pasuruan, 5 Agustus 2022



Abdullah Rasyid

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Hubungan Religiusitas dengan *Authentic Happiness* pada Siswa MAN 2 Pasuruan

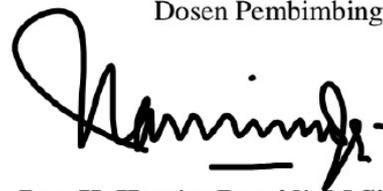
Oleh:

Abdullah Rasyid

Telah disetujui untuk diajukan pada skripsi

Pasuruan, 11 Juni 2022

Dosen Pembimbing



Drs. H. Hamim Rosyidi, M.Si

NIP. 196208241987031002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN *AUTHENTIC HAPPINESS*
PADA SISWA MAN 2 PASURUAN**

Yang disusun oleh:
Abdullah Rasyid
J71217103

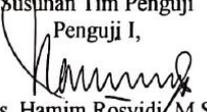
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 11 Agustus 2022



Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Prof. Dr. Abdul Mukid, M.Si
NIP. 197502052003121002

Susunan Tim Penguji
Penguji I,


Drs. Hamim Rosyidi, M.Si
NIP. 196208241987031002

Penguji II,


Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Penguji III,


Rizma Fithri, M.Si
NIP. 197403121999032001

Penguji IV,


Ika Mustika, M.Kes
NIP. 198702212014032004



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
 E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
 KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Abdullah Rasyid
 NIM : J71217103
 Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
 E-mail address : abdullahrasyid.ka1@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Religiusitas dengan Authentic Happiness pada Siswa MAN 2 Pasuruan

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 11 Agustus 2022

Penulis

(Abdullah Rasyid)

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melihat korelasi antara dua variabel. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala religiusitas dan skala *authentic happiness*. Jumlah responden adalah 275 siswa MAN 2 Pasuruan yang diambil dari kelas X, XI, dan XII secara acak. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis product moment dengan perolehan koefisien korelasi 0,135, signifikansi $0,025 < 0,05$, artinya terdapat hubungan positif antara religiusitas dan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan. Semakin tinggi religiusitas, maka semakin tinggi pula *authentic happiness* pada siswa. Saran bagi penelitian setelahnya dapat menggunakan sampel lain seperti orang dewasa karena secara mental lebih matang. Selain itu, peneliti juga menyarankan penggunaan variabel bebas lain yang mendukung terciptanya *authentic happiness*.

Kata Kunci: *Authentic Happiness*, Religiusitas, Kebahagiaan

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between religiosity and authentic happiness in students of MAN 2 Pasuruan. This study uses quantitative methods by looking at the correlation between two variables. The scale used in this study is the scale of religiosity and scale of authentic happiness. The number of respondents was 275 students of MAN 2 Pasuruan taken from class X, XI, and XII randomly via google form. The data analysis technique in this study uses product moment analysis with the acquisition of a correlation coefficient of 0.135, a significance of $0.025 < 0.05$, meaning that there is a positive relationship between religiosity and authentic happiness in MAN 2 Pasuruan students. The result of this study is that there is a relationship between religiosity and authentic happiness in the students of MAN 2 Pasuruan. The higher the religiosity, the higher the authentic happiness of students. Suggestions for further research can use other samples such as adults because they are mentally more mature. In addition, researchers also suggest the use of other independent variables that support the creation of authentic happiness.

Keywords: Authentic Happiness, Religiosity, Happiness

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
INTISARI.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Keaslian Penelitian	7
D. Tujuan Penelitian.....	12
E. Manfaat Penelitian.....	13
F. Sistematika Pembahasan.....	13
BAB II.....	15
A. Authentic Happiness	15
1. Definisi Authentic Happiness.....	15
2. Aspek Happiness	15
3. Faktor Happiness	16

4. Kebahagiaan dalam Islam.....	17
5. Perbedaan Authentic Happiness dan Pleasure.....	17
B. Religiusitas	18
1. Definisi Religiusitas	18
2. Dimensi Religiusitas.....	18
3. Rebedaan Religiusitas dan Spiritualitas	22
C. Kerangka Teoritik.....	22
D. Hipotesis.....	24
BAB III	25
A. Rancangan Penelitian	25
B. Identifikasi Variabel	25
C. Definisi Operasional.....	26
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	26
E. Instrumen Penelitian	28
F. Analisis Data Penelitian.....	39
BAB IV	40
A. Hasil Penelitian	40
1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	40
2. Deskripsi Hasil Penelitian	41
B. Pengujian Hipotesis.....	46
C. Pembahasan	50
BAB V.....	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	58

LAMPIRAN 62



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Likert	29
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Authentic Happiness	29
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Skala Authentic Happiness	31
Tabel 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas Skala Authentic Happiness	33
Tabel 3. 5 Blue Print Skala Tingkat Religiusitas	34
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Sakala Religiusitas	36
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Religiusitas	39
Tabel 4. 1 Data Jumlah Siswa MAN 2 Pasuruan Agustus TP. 2021/2022	41
Tabel 4. 2 Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	43
Tabel 4. 3 Subjek Penelitian Berdasarkan Kelas	44
Tabel 4. 4 Subjek Penelitian Berdasarkan Jurusan.....	44
Tabel 4. 5 Kategorisasi Variabel.....	45
Tabel 4. 6 Uji Statistik Deskriptif	46
Tabel 4. 7 Hasil Uji Normalitas.....	47
Tabel 4. 8 Hasil Uji Linearitas	48
Tabel 4. 9 Hasil Uji Korelasi Product Moment	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bagan Hubungan Antara Religiusitas dengan Authentic Happiness..... 24



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

KBBI online (2021) mengartikan kebahagiaan sebagai rasa senang dan tenram dalam hidup, beruntung, nasib baik yang sifatnya lahir batin. Sedangkan Seligman (2005) mengartikan *Authentic Happiness* adalah hasil penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri yang sifatnya positif. Dapat dikatakan bahwa *authentic happiness* adalah kemampuan untuk mendapat kenyamanan dan kebahagiaan yang bersifat lahir batin.

Akan tetapi, pada masa pandemi Covid-19 kebahagiaan sulit untuk didapatkan. Seperti yang diketahui bahwa pasien Covid-19 di Indonesia semakin meningkat. Pada tanggal 2 Maret 2020, pertama kali dilaporkan terdapat 2 kasus Covid di Indonesia (Kompas, 2020). Akan tetapi, pada tanggal 2 maret 2021 kasus Covid-19 di Indonesia telah mencapai 1.35 juta kasus (JHU CSSE COVID-19 data, 2021). Banyak kebijakan yang telah dibuat oleh pemerintah guna mencegah dan mengatasi penyebaran Covid-19 seperti pembatasan sosial, memakai masker, hingga bekerja dan sekolah dari rumah. Dengan adanya kebiasaan baru sekolah dari rumah tentu diperlukan adaptasi baik pada guru maupun pada siswa. Tidak sedikit guru dan siswa kesulitan dalam proses pembelajaran. Menurut Aji (2020) bahwa keefektifan pembelajaran daring dapat terhambat karena beberapa hal diantaranya guru dan siswa yang kurang menguasai teknologi, sarana yang kurang memadai, kurangnya akses internet, dan dana yang masih belum dianggarkan.

<http://digilib.uinsby.ac.id/http://digilib.uinsby.ac.id/http://digilib.uinsby.ac.id/>

Adaptasi dari kebiasaan baru dapat menurunkan kebahagiaan. Penurunan kebahagiaan ini disebabkan karena kecemasan, kesepian, kejenuhan, serta hoax yang bertebaran di internet. Selain itu, hal ini juga dapat menyebabkan stress (Rayan, 2020).

Jatira & Neviyarni (2021) menemukan bahwa beberapa anak dalam penelitiannya menunjukkan bahwa dalam belajar daring anak menjadi pemarah dan pemalas karena harus menjalankan beberapa tugas dirumah sekaligus. Penelitian ini melibatkan 5 peserta didik yang melaksanakan belajar daring dengan jenjang SMA/SMK/MA. Penelitian lain juga dilakukan oleh Fitriani (2021) Memaparkan bahwa 95.2% siswa mengalami stress akademik saat melakukan pembelajaran daring. Penelitian ini dilakukan dengan sampel 228 siswa SMP yang melaksanakan belajar daring di kota Padang.

Palupi (2020) dalam penelitiannya juga memaparkan bahwa saat proses belajar dirumah selama pandemik Covid-19, siswa sekolah dasar kelas 5-6 rata-rata memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan rata-rata tingkat stress siswa sekolah dasar kelas 1-3. Siswa berjumlah 90 orang diambil sebagai sampel dalam penelitian ini dimana siswa kelas 1-3 berjumlah 42 orang dan siswa kelas 4-5 berjumlah 48 orang. Penelitian lain juga dilakukan oleh Li, dkk (2020) diketahui bahwa selama pandemi Covid-19, orang memiliki kecemasan yang meningkat.

Lembaga riset CESPELS juga melakukan riset tentang pandangan masyarakat tentang pandemi Covid-19, dimana terdapat 1.053 responden di 34 provinsi di indonesia menyebutkan bahwa tingkat kecemasan masyarakat

cukup tinggi. Selain itu 51% responden juga merasa lingkungan sekitar kurang aman bagi mereka (Nisaputra, 2020). Hairina & Imadduddin (2019) dalam penelitiannya yang melibatkan 1.299 remaja berusia 14-24 tahun di Kalimantan Selatan juga menjelaskan bahwa semakin tinggi pengetahuan tentang Covid-19 yang diketahui remaja dapat meningkatkan stress karena Covid-19 yang dialaminya. Lebih lanjut dijelaskan bahwa Informasi tentang Covid-19 yang bermacam-macam dan bersifat negatif pada akhirnya membebani pikiran dan psikis pada remaja.

Banyaknya waktu dirumah terkadang membuat kita jenuh dan hanya bermalas-malasan. Hakikatnya, waktu luang saat pandemi dapat di gunakan sebaik mungkin untuk beribadah. Ibadah dapat menenangkan hati dan mengingatkan kita kepada Allah. Allah berfirman dalam surah Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: *(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.*

Dilansir dari Republika.co.id (2021) survei baru yang dilakukan oleh Kementerian Agama (Kemenag) ditemukan bahwa religiusitas masyarakat meningkat di masa pandemi. Cholil selaku ketua MUI bidang dakwah mengatakan hal tersebut memang nyata adanya. Cholil berpendapat bahwa survei tersebut mendekati kebenaran. Saat isoman, Cholil menerima konsultasi

orang-orang yang isoman atau lebih mendekatkan diri kepada Allah, dan meditasi fikir sangat terasa sekali untuk kesehatan.

Menurut Seligman (2005) bahwa ilmu psikologi selama ini berisi hal negative tentang manusia. Selain itu, Seligman (2005) juga berpendapat bahwa psikologi tidak hanya berisi kajian tentang penyakit, kerusakan, atau kelemahan manusia, tetapi juga kajian tentang hal positif seperti kebahagiaan, budi pekerti, dan kekuatan. Kebahagiaan adalah salah satu hal yang diperlukan manusia dalam hidup. Dengan adanya kebahagiaan, manusia dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Akan tetapi, saat masa pandemi ini kebahagiaan sulit untuk didapatkan. Para guru dan peserta didik dihadapkan dengan tekanan pandemi, adaptasi kebiasaan baru, dan beban tugas yang lebih dari sebelumnya. Agama dapat menjadi pondasi tujuan hidup manusia untuk mencapai kebahagiaan. Oleh sebab itu, religiusitas dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kebahagiaan.

Abidin (2017) dalam penelitiannya yang berjudul Meningkatkan Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan dengan Sabar didapat hasil yaitu tidak ada perbedaan dalam hal kebahagiaan baik pada kelompok eksperimen yang diberi pelatihan sabar maupun pada kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan berdasar saran dari penelitian Abidin (2017) dimana sabra sebagai variable bebas diganti dengan variable lain agar kebahagiaan dapat ditingkatkan. Penelitian ini berbeda dengan penelitian Abidin (2017) dimana penelitian sebelumnya variabel bebas sabar, sementara penelitian ini memiliki variabel bebas religiusitas. Selain itu juga terdapat penelitian serupa yang dilakukan

oleh Basith (2016) dengan judul Hubungan antara Religiusitas dengan *Authentic Happiness* pada Jama'ah Maulid Wat Ta'lim Riyadul Jannah Malang. Penelitian ini dan penelitian Basith (2016) memiliki perbedaan dalam subjek. Penelitian yang dilakukan oleh Basith (2016) menggunakan 32 jama'ah, sementara penelitian yang akan dilakukan diperkirakan menggunakan 300 siswa MAN.

Variabel-variabel diatas dipilih dengan mempertimbangkan penelitian-penelitian terdahulu yang serupa. Penelitian-penelitian tersebut memiliki hasil yang berbeda dimana Liu (2020) dalam penelitiannya ditemukan bahwa orang dengan keyakinan agama memiliki kemungkinan lebih besar untuk merasa sangat bahagia. Muslim cenderung lebih bahagia dibanding non-muslim, tetapi orang-orang kristen tidak menilai diri mereka lebih bahagia dari non-kristen. Kelompok rentan menganggap diri mereka lebih bahagia dari partisipan keagamaan berkelanjutan karena dukungan sosial diantara anggota. Penelitian lain dilakukan oleh Tekke, Mustafa, dkk (2018) ditemukan hubungan kecil namun signifikan antara religiusitas dan kebahagiaan setelah memperhitungkan jenis kelamin dan perbedaan kepribadian individu. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Nadhifah dan Wahyuni (2020) dalam penelitiannya menemukan adanya pengaruh yang signifikan orientasi religiusitas, *hardiness*, dan *quality of friendship* terhadap kebahagiaan santri. Sementara itu, hasil yang berlawanan ditemukan Arumugham (2018) dalam penelitiannya bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara religiusitas partisipan dan kebahagiaan pada pria tunawisma. Hasil serupa juga ditemukan oleh Sillick, dkk (2016)

dimana dari tiga kelompok yakni kelompok percaya tuhan, agnostik, dan atheis tidak ditemukan perbedaan terhadap kebahagiaan.

MAN 2 Pasuruan adalah salah satu sekolah negeri berbasis pesantren. Seluruh siswa diwajibkan untuk menetap di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini dengan mengikuti kegiatan pendidikan Diniyyah dan kegiatan pondok lainnya. Man 2 Pasuruan memiliki visi yakni terwujudnya insan “*Religius, Cerdas, Berakhlakul karimah dan Kompetitif dan berbudaya Lingkungan*” (MAN 2 Pasuruan, 2021). Salah satu visi MAN 2 Pasuruan adalah untuk mewujudkan insan yang religius. Menurut Thohir (1986) Religiusitas adalah keinginan seseorang atas kehendaknya sendiri untuk mencapai kebahagiaan dunia akhirat. Tujuan dari seseorang yang memiliki religiusitas dalam diri adalah bahagia dunia dan akhirat. Mereka percaya dan melakukan kebaikan guna mendapat kebahagiaan tersebut.

Pada masa pandemi Covid-19, sekolah memberlakukan kebijakan pembelajaran daring, orang tua tidak boleh mengunjungi pondok, jam pembelajaran tanpa istirahat, dan banyaknya tugas. Hal itu dapat menciptakan stress dalam proses pembelajaran. Akan tetapi, terlihat bahwa banyak siswa MAN 2 Pasuruan yang senang berada di pondok. Para siswa terlihat senang dan antusias dalam kegiatan-kegiatan keagamaan dan sikap hormat kepada guru juga terlihat dalam keseharian siswa. Meskipun dalam keadaan yang sulit selama pandemi, siswa tetap berusaha melakukan pendidikan dengan baik. Oleh sebab itu siswa MAN 2 Pasuruan dipilih sebagai partisipan. Dengan

demikian tema penelitian ini akan melihat hubungan religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan?

C. Keaslian Penelitian

Berikut adalah penelitian terdahulu yang digunakan sebagai sumber referensi.

Penelitian pertama dilakukan oleh Halimah, dkk (2019) dengan judul Sabar dan *Authentic Happiness* pada Anggota Komunitas Khuruj Fisabilillah di Bandung. Penelitian ini berupa penelitian korelasional terhadap komunitas Khuruj Fisabilillah yang berjumlah 26 orang. Anggota komunitas Khuruj Fisabilillah terdiri dari berbagai kalangan, banyak diantaranya pernah melakukan kriminal seperti mencuri, membunuh, dan mantanpecandu narkoba. Setelah mereka mengikuti komunitas, mereka merasakan ketenangan dan kuat dalam menjalani hidup. Selain itu, mereka juga memiliki pandangan positif terhadap masa depan. Hasil yang didapat yaitu semakin tinggi tingkat kesabaran maka semakin tinggi pula *Authentic Happiness* para anggota komunitas religi Khuruj Fisabilillah di Bandung.

Penelitian kedua dilakukan oleh Zaenal Abidin (2017) dengan judul Meningkatkan Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan dengan Sabar. Dua panti asuhan di Tlogosari Semarang menjadi subjek dalam penelitian ini, dimana terdiri dari 23 anak panti asuhan Muhammadiyah dan 23 anak panti asuhan

Nurul Ikhsan. Kelompok eksperimen dalam penelitian ini yakni kelompok Muhammadiyah, sedangkan kelompok kontrol adalah kelompok Nurul Ikhsan. Hasil yang didapat yaitu tidak ada perbedaan dalam hal kebahagiaan baik pada kelompok kontrol ataupun eksperimen. Peneliti berpendapat bahwa hasil penelitian tidak memiliki perbedaan dikarenakan kebahagiaan dapat dipengaruhi oleh banyak hal. Selain itu, dimungkinkan juga karena pemberian pelatihan sabar yang kurang intensif sehingga hasil penelitian tidak memiliki perbedaan.

Penelitian ketiga dilakukan oleh Eriyanda dan Khairani (2017) dengan judul Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Wanita yang Bercerai di Aceh. Sampel penelitian ini adalah 247 orang yang bercerai. Hasil yang didapat yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara rasa syukur dan kebahagiaan pada perceraian di Aceh.

Penelitian keempat dilakukan oleh Muhopilah, dkk (2018) dengan judul Hubungan Kualitas Puasa dan Kebahagiaan Santri Pondok Pesantren Al-Ihsan. Jumlah responden penelitian ini 150 santri. Mayoritas santri ponpes Al-Ihsan adalah mahasiswa. Dengan banyaknya kegiatan menurunkan produktivitas dan menjadi kurang puas terhadap hidupnya serta menciptakan emosi negatif. Ketika para santri berpuasa, sebagian besar merasa lebih bahagia. Hal ini dikarenakan merasa dekat dengan Tuhan, dapat mengontrol diri, dan senang ketika waktu berbuka. Hasil yang didapat yaitu terdapat hubungan tingkat kualitas puasa dan kebahagiaan pada santri pondok pesantren Al-Ihsan,

hubungan tersebut bernilai 0,466 yang artinya berkorelasi sedang. Kualitas puasa yang baik dapat meningkatkan kebahagiaan.

Penelitian kelima dilakukan oleh Widianoro, dkk (2017) dengan judul Hubungan Kontrol Diri dengan Kebahagiaan Santri Penghafal Al-Qur'an. Subjek dalam penelitian ini adalah santri penghafal Al-Quran pada salah satu pondok pesantren di kota Bandung dengan populasi 115 orang dan terjaring 21 orang sebagai sampel. Subjek tidak hanya menjadi santri penghafar Al-Quran tapi juga sebagai mahasiswa. Kedua tugas tersebut dapat diselesaikan dengan baik. Para santri dapat menyelesaikan kedua tugas tersebut tanpa terbebani dan bahagia. Salah satu subjek mengatakan bahwa tuntutan tersebut membuatnya lebih disiplin dan terjadwal, sehingga mereka memiliki kontrol diri yang baik. Hasil dari penelitian ini yaitu semakin tinggi kontrol diri semakin tinggi kebahagiaannya.

Penelitian keenam dilakukan oleh Wahidin (2017) dengan judul Spiritualitas dan Happiness pada Remaja Akhir serta Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling. Responden penelitian ini berjumlah 53 orang yang terdiri dari 15 laki-laki dan 38 perempuan. Hasil yang didapat yaitu spiritualitas memiliki korelasi yang signifikan dengan kebahagiaan pada mahasiswa remaja akhir Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya. Semakin tinggi spiritualitas semakin tinggi kebahagiaan pada remaja.

Penelitian ketujuh dilakukan oleh Arumugham (2018) dengan judul Religiosity and Happiness among Homeless Men. Partisipan penelitian adalah laki-laki (N=45) yang terdaftar di penampungan organisasi nirlaba Kristen

yang bernama Faith. Dengan menggunakan metode purposive sampling, hanya laki-laki yang menginap di penampungan setidaknya selama dua malam dan yang mampu membaca bahasa Inggris dipilih untuk penelitian. Hasil yang didapat yaitu tidak ada korelasi yang signifikan antara religiusitas partisipan dan kebahagiaan mereka. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa sumber keagamaan menjaga mereka dari kecanduan dan memiliki harapan hidup.

Penelitian kedelapan dilakukan oleh Liu (2020) dengan judul *Exploratory Analysis of the Relationship between Happiness and Religious Participation within China*. Partisipan sampel penelitian ini terdiri dari 7882 warga Cina dari 461 lingkungan. Hasil yang didapat menunjukkan bahwa orang dengan keyakinan agama memiliki kemungkinan lebih besar untuk merasa sangat bahagia. Muslim lebih cenderung merasa sangat bahagia dibandingkan dengan non-Muslim, tetapi orang-orang yang beragama Kristen tidak menilai diri mereka lebih tinggi skala kebahagiaan daripada non-Kristen. Kelompok rentan menganggap diri mereka lebih bahagia dari partisipasi keagamaan berkelanjutan. Hal ini karena kelompok rentan memiliki jaminan sosial yang kurang dan praktik keagamaan memberikan mereka dukungan sosial diantara anggota.

Penelitian kesembilan dilakukan oleh Sillick, dkk (2016) dengan judul *Religiosity and happiness: A comparison of the happiness levels between the religious and the nonreligious*. Responden penelitian ini terdiri dari seratus dua puluh empat orang (laki-laki = 43, perempuan = 81), berusia antara 18 dan 73 tahun. Terdapat 13 peserta dalam kelompok percaya pada Tuhan, 53 peserta

dalam kelompok percaya pada Tuhan dan berpartisipasi dalam kelompok agama, 17 peserta dalam kelompok agnostik, dan 41 peserta dalam kelompok atheis. Hasil yang didapat yaitu tidak ada perbedaan tingkat kebahagiaan antara kelompok mana pun untuk kedua ukuran kebahagiaan, yakni kuesioner kebahagiaan Oxford dan skala kebahagiaan subyektif.

Penelitian kesepuluh dilakukan oleh Tekke, Mustafa, dkk (2018) dengan judul *Religious affect and personal happiness: A replication among Sunni students in Malaysia*. Sampel dari penelitian ini adalah 189 Mahasiswa Muslim Sunni yang belajar di Universitas Islam Internasional di Malaysia. Responden diminta memilih pernyataan yang menggambarkan perasaan selama seminggu terakhir. Pernyataan tersebut seperti saya tidak merasa hidup ini sangat bermanfaat, bermanfaat, sangat bermanfaat, hingga dipenuhi dengan imbalan. Hasil yang didapat yaitu ditemukan hubungan kecil namun signifikan secara statistik antara religiusitas dan kebahagiaan setelah memperhitungkan jenis kelamin dan perbedaan kepribadian individu.

Penelitian kesebelas dilakukan oleh Darmayanti dan Daulay (2020) dengan judul *Pengaruh Pelatihan Manajemen Stres terhadap Kebahagiaan Santri di Pesantren*. Santri berjumlah 50 orang dari pesantren Uswatun Hasanah menjadi responden dalam penelitian ini, dimana terdiri dari 20 orang santri pria dan 30 orang santri wanita. Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan *focus group discussion* terhadap lima belas santri. Ditemukan masalah seperti ketatnya jadwal pembelajaran membuat santri tertekan, kurangnya dukungan dari teman, fasilitas yang terbatas, dan kerindukan kepada orang tua sehingga

para santri kurang bahagia. Peneliti menawarkan solusi pelatihan manajemen stress atas masalah tersebut. Hasil yang didapat yaitu terdapat pengaruh pelatihan manajemen stres terhadap kebahagiaan para santri.

Penelitian kedua belas dilakukan oleh Nadhifah dan Wahyuni (2020) dengan judul Pengaruh Orientasi Religius, Hardiness, dan Quality of friendship Terhadap Kebahagiaan Santri. Santri berjumlah 240 orang yang berasal dari pondok pesantren di Bandung menjadi partisipan. Hasil yang didapat yaitu ada pengaruh yang signifikan orientasi religius, *hardiness*, dan *quality of friendship* terhadap kebahagiaan santri.

Penelitian ketiga belas dilakukan oleh Sofia, dkk (2018) dengan judul Musik Tingkulan dalam Emotional Healing Therapy Sebagai Upaya Meningkatkan Authentic Happiness. Mahasiswa di Samarinda yang berjumlah 30 orang menjadi subjek dalam penelitian ini. Generasi yang lahir pada tahun 1998-2009 dikenal sebagai generasi Z. Ketidakbahagiaan cenderung dimiliki oleh generasi Z dengan penyesuaian diri yang buruk. Apabila masalah tersebut dapat diatasi, maka dapat meningkatkan kebahagiaan. Peneliti menawarkan solusi berupa *emotional healing therapy* atas permasalahan yang dialami generasi ini. Hasil yang didapat yaitu mendengarkan music tingkulan tidak meningkatkan *authentic happiness*.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan.

E. Manfaat Penelitian

Berikut adalah manfaat yang didapat:

1. Manfaat Teoritis

Dapat menambah pengetahuan bagi pembaca mengenai Hubungan Religiusitas dengan *Authentic Happiness* pada Siswa MAN 2 Pasuruan. Selain itu, Penelitian mendatang juga dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Dapat menjadi tambahan informasi untuk keilmuan yang didalami oleh peneliti.

b. Bagi siswa Man 2 Pasuruan

Penelitian ini diharapkan menjadi informasi baru dan pembelajaran bagi siswa MAN 2 pasuruan tentang *authentic happiness*.

c. Bagi pendidik di MAN 2 Pasuruan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan pendidik dalam penerapan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan.

F. Sistematika Pembahasan

Berikut penjabaran dari bab pertama hingga kelima:

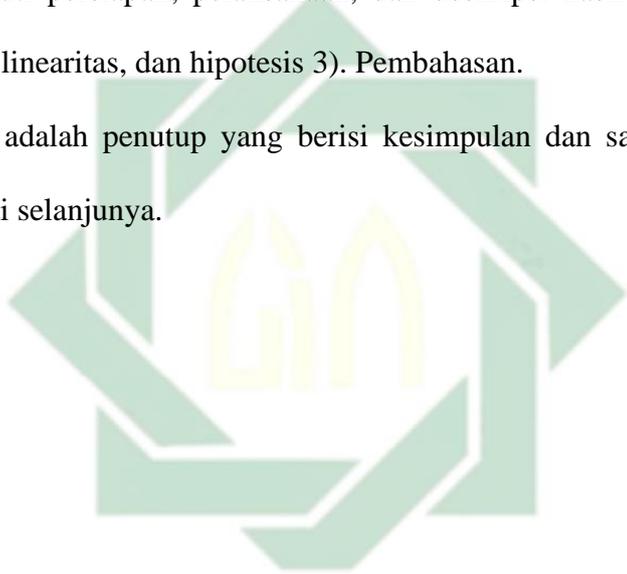
Bab I adalah pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan, manfaat, dan sistematika pembahasan.

Bab II adalah kajian Pustaka yang meliputi tinjauan pustaka terdahulu, hubungan antar variable, kerangka teoritik yang sesuai dengan tema penelitian, dan hipotesis.

Bab III adalah metode penelitian yang meliputi sampel, populasi, Teknik sampling, rancangan penelitian, identifikasi variable, definisi operasional, instrumen penelitian, juga analisis data yang digunakan.

Bab IV adalah hasil dan pembahasan yang meliputi: 1). Hasil penelitian yang meliputi persiapan, pelaksanaan, dan deskripsi hasil penelitian, 2). Uji normalitas, linearitas, dan hipotesis 3). Pembahasan.

Bab V adalah penutup yang berisi kesimpulan dan saran serta masukan bagi peneliti selanjutnya.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Authentic Happiness

1. Definisi *Authentic Happiness*

KBBI online (2021) mengartikan kebahagiaan sebagai rasa senang dan tenram dalam hidup, beruntung, nasib baik yang sifatnya lahir batin.

Menurut Seligman (2005) *Authentic Happiness* adalah hasil penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri yang sifatnya positif.

Carr (2004) mengungkapkan kebahagiaan ialah mampu menikmati diri sendiri ataupun orang lain untuk mendapatkan rasa senang atau puas dalam hidup.

Berdasarkan apa yang telah dipaparkan, diketahui bahwa *authentic happiness* adalah kemampuan untuk mendapat kenyamanan dan kebahagiaan yang bersifat lahir batin.

2. Aspek Happiness

Berikut adalah aspek *happiness* menurut Seligman (2002):

a) emosi positif pada masa lalu,

Berhubungan dengan rasa puas, syukur, hingga memaafkan atas apa yang telah terjadi dimasa lalu.

b) emosi positif pada masa sekarang

Berhubungan dengan kenikmatan yang sifatnya sementara dan gratifikasi yang sifatnya lebih lama. Kenikmatan dapat berupa: ceria, orgasme, nyaman, dan senang. Sementara gratifikasi sifatnya lebih lama dibanding

kenikmatan (Seligman, 2005). Gratifikasi dapat berasal dari aktivitas yang disenangi, bisa disertai atau tidak disertai perasaan dasar. Gratifikasi dapat berupa membaca buku, mananam tanaman, atau berolahraga seperti bermain basket dan bulutangkis.

c) emosi positif pada masa depan.

Menurut Seligman (2005) bahwa emosi positif pada masa depan meliputi rasa percaya, yakin, harapan, kepastian, dan optimisme. Selain itu juga dapat berupa pemikiran dan perbuatan optimis bahwa hal-hal baik akan terjadi.

Menurut Seligman (2013) kebahagiaan yang dicari oleh seseorang ada tiga, yaitu:

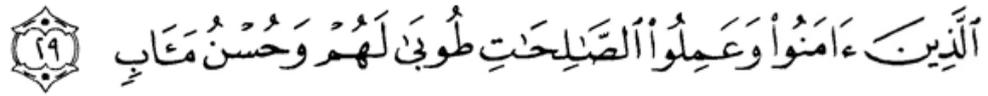
- a) hidup yang menyenangkan.
- b) hidup yang nyaman.
- c) hidup yang bermakna.

3. Faktor Happiness

Seligman (2005) memaparkan faktor happiness, yaitu faktor lingkungan dan faktor dari dalam diri manusia. Faktor lingkungan berupa budaya, agama (*religion*), kehidupan sosial, usia, pernikahan, kehidupan sosial, uang hingga emosi yang positif. Sedangkan faktor dari dalam diri manusia berupa puas akan masa lalu, optimis akan masa depan, juga bahagia pada masa sekarang. Wilson (dalam seligman 2005) juga menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor penentu kebahagiaan, yaitu: penghasilan tinggi, memiliki Pendidikan yang baik, usia muda, kesehatan, pernikahan, dan religius.

4. Kebahagiaan dalam Islam

Al-Qur'an membahas tentang kebahagiaan dalam surah Ar-Ra'd ayat 29:



Artinya: *Orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, mereka mendapat kebahagiaan dan tempat kembali yang baik.*

Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) menafsirkan ayat ini bahwa orang-orang beriman yang menang akan berbahagia dan memiliki tempat kembali di akhirat. Beriman artinya percaya akan adanya Allah SWT, percaya kepada malaikat, percaya kepada kitab-kitab Allah SWT, percaya kepada nabi dan rasul, percaya kepada hari akhir, dan percaya kepada qada dan qadar. Selain itu, seorang yang beriman harus memahami ilmu agama dan juga mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari.

5. Perbedaan *Authentic Happiness* (Kebahagiaan) dan *Pleasure* (Kenikmatan)

Seligmen (2005) mendefinisikan *pleasure* (*kenikmatan*) ialah rasa senang secara indrawi yang jelas dan komponen emosinya kuat. Hal ini disebut sebagai perasaan-perasaan dasar seperti gairah, senang, riang, orgasme, nyaman, dan ekstase. Semua perasaan-perasaan dasar tersebut sifatnya sementara dan hanya sedikit melibatkan pikiran, atau malah tidak sama sekali. Berbeda dengan *authentic happiness* yang sifatnya lebih lama yakni bahagia akan masa lalu, sekarang, dan masa depan.

Pada penelitian ini, variabel terikat adalah *authentic happiness* (kebahagiaan) dan bukan *pleasure* (kenikmatan). *Authentic happiness* membahas kebahagiaan pada masa lalu, sekarang, dan masa depan, sedangkan *pleasure* hanya terdapat pada kebahagiaan masa sekarang.

B. Religiusitas

1. Definisi Religiusitas

Religiusitas adalah perasaan spiritual seseorang tentang nilai, keyakinan, adat, maupun ritual (Kaye & Raghavan, 2000). Adapun beberapa pengertian religiusitas menurut para ahli.

Thohir (1986) mengartikan religiusitas sebagai keinginan seseorang atas kehendaknya sendiri untuk mencapai kebahagiaan dunia akhirat.

Sedangkan menurut Darajat (1973) religiusitas diartikan sebagai pikiran, perasaan, dan keinginan untuk berperilaku sesuai ajaran agama.

Kemudian menurut Jalaluddin (2001) religiusitas diartikan sebagai keadaan seseorang untuk berperilaku sesuai ajaran agama yang dianutnya.

Berdasarkan pengertian para ahli, disimpulkan bahwa religiusitas adalah keyakinan dan keinginan untuk berperilaku beragama guna mendapat kebahagiaan dunia akhirat.

2. Dimensi Religiusitas

Terdapat 5 dimensi religiusitas yang dipaparkan oleh oleh Glock dan Stark (1965) yaitu:

a) Dimensi keyakinan

Dimensi keyakinan berkaitan dengan apa yang harus dipercaya seperti Tuhan, surga, neraka, hari akhir, malaikat, dan sebagainya.

b) Dimensi praktek agama

Dimensi praktek agama berupa perilaku atau etika dalam beragama seperti cara beribadah dan nilai-nilai tertentu dalam agama.

c) Dimensi pengalaman

Dimensi pengalaman ialah seberapa jauh perasaan seseorang dalam menjalankan ibadah atau ritual-ritual keagamaan.

d) Dimensi pengetahuan

Dimensi pengetahuan meliputi pengetahuan dan pemahaman terhadap agama yang diyakininya.

e) Dimensi pengamalan

Dimensi pengamalan ialah ketika seseorang menarapkan atau tidaknya ajaran agama yang dianutnya.

Religiusitas dalam Islam juga terdapat dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 208 dan 209:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اَدْخُلُوْا فِي السَّلٰمِ كٰفَّةً وَلَا تَتَّبِعُوْا
 خُطُوٰتِ الشَّيْطٰنِ اِنَّهٗ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِيْنٌ ﴿٢٠٨﴾ فَاِنْ
 زَلَلْتُمْ مِنْۢ بَعْدِ مَا جَآءَ تَكْوِيْنُكُمْ الْبَيِّنٰتُ فَاَعْلَمُوْا اَنَّ اللّٰهَ عَزِيْزٌ
 حَكِيْمٌ ﴿٢٠٩﴾

Artinya: [208] Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu ke dalam Islam secara keseluruhan, dan janganlah kamu turuti langkah-langkah

setan. Sesungguhnya setan itu musuh yang nyata bagimu. [209] Namun, jika kamu menyimpang (dari jalan Allah) sesudah datang kepadamu bukti-bukti kebenaran, maka ketahuilah bahwasannya Allah Maha perkasa lagi Mahabijaksana.

Surah Al-Baqarah ayat 208 ditafsirkan Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) bahwa Allah memerintahkan kepada hamba-hambanya yang beriman dan membenarkan Rasul-Nya agar berpegang teguh pada sendi-sendi Islam dan mengamalkan semua perintah-Nya, serta meninggalkan semua larangan-Nya sesuai kemampuannya.

Surah Al-Baqarah ayat 209 ditafsirkan Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) bahwa bila kita menyimpang dari jalan kebenaran setelah kebenaran tersebut telah ditunjukkan oleh Allah, maka tidak ada seorangpun yang dapat melarikan diri dari siksaan-Nya, dan tidak ada seorang pun yang dapat mengalahkannya. Allah Mahabijaksana dalam hukum-hukum-Nya, pembatalan, dan ketetapan-Nya.

Dalam ayat lain Allah juga memperingatkan untuk tidak memenuhi godaan setan.

Allah berfirman pada surah Al-Baqarah ayat 168-169:

يَتَّيِبُهَا لِلنَّاسِ كُلِّهِمْ مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ
 الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ﴿١٦٨﴾ إِنَّمَا يَأْمُرُكُمْ بِالسُّوءِ وَالْفَحْشَاءِ
 وَأَنْ تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ مَا لَا نَعْلَمُونَ ﴿١٦٩﴾

Artinya: [168] *Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi. Dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan; karena sungguh setan itu adalah musuh yang nyata bagimu.*

[169] *Sungguh setan itu hanya menyuruh kamu berbuat jahat dan keji, dan mengatakan kepada Allah apa yang tidak kamu ketahui.*

Surah Al-Baqarah ayat 168 ditafsirkan oleh Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) bahwa Allah telah menghalalkan bagi manusia untuk makan makanan halal di bumi. Allah juga dengan tegas melarang manusia mengikuti godaan setan karena setan bagi orang yang beriman adalah musuh yang nyata.

Surah Al-Baqarah ayat 169 ditafsirkan oleh Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) bahwa setan senantiasa menyuruh kita melakukan perbuatan jahat, keji, dan kotor, seperti zina. Setan juga menyuruh melakukan perbuatan yang lebih buruk seperti mengatasmakan Allah tanpa ilmu, berbohong kepada Allah, sesuatu yang jelas haram dihalalkan, dan apa yang halal diharamkan. Dalam hal ini termasuk seluruh orang kafir dan pelaku bid'ah.

Ayat lain yang senada yaitu surah Fathir ayat 6:

إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُوا حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنَ أَصْحَابِ السَّعِيرِ
S U R A B A Y A

Artinya: *Sungguh, setan itu musuh bagimu, maka perlakukanlah ia sebagai musuh, karena sesungguhnya setan itu hanya mengajak golongannya agar mereka menjadi penghuni neraka yang menyala-nyala.*

Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) menafsirkan ayat ini bahwa Allah menjelaskan tentang permusuhan antara Iblis dengan manusia. Setan adalah

musuh manusia dan kita diperintahkan untuk memusihi setan. Tujuan setan yaitu menyesatkan manusia agar masuk neraka bersama-sama.

3. Perbedaan Religiusitas dan Spiritualitas

Selain istilah religiusitas, kita juga mengenal spiritualitas. Menurut *Cambridge English Dictionary* istilah spiritualiy yaitu “*the quality that involves deep feelings and beliefs of a religious nature, rather than the physical parts of life*” yang artinya “kualitas yang melibatkan perasaan dan keyakinan mendalam tentang sifat religious, daripada bagian fisik kehidupan” (Cambridge Dictionary Online, 2021). Suryadi dan Hayat (2021) menjelaskan bahwa munculnya spiritualitas karena kesadaran seseorang tentang hidup dan kehidupan yang sifatnya pribadi dan subjektif. Spiritualitas dapat muncul tanpa religiusitas, walaupun sebagian besar spiritualitas muncul karena religiusitas. Dengan kata lain, spiritualitas dapat ditemukan oleh orang yang tidak beragama. Tetapi, orang yang beragama memiliki peluang lebih besar untuk mendapat spiritualitas.

Penelitian yang akan dilakukan hanya sebatas religiusitas tanpa spiritualitas. Hal ini dilakukan berdasar pertimbangan partisipan yang masih remaja. Spiritualitas adalah hal yang lebih dalam daripada religiusitas sehingga lebih cocok untuk partisipan dewasa yang memiliki pengalaman hidup yang lebih panjang.

C. Kerangka Teoritik

Menurut Seligman (2005) *Authentic Happiness* adalah hasil penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri yang sifatnya positif. Seligman (2005) juga

memaparkan bahwa faktor *happiness* ada dua yaitu faktor lingkungan dan faktor dari dalam diri manusia. Faktor lingkungan yaitu budaya, agama (*religion*), kehidupan sosial, usia, pernikahan, kehidupan sosial, uang hingga emosi yang positif. Sedangkan faktor dari dalam diri manusia yaitu puas akan masa lalu, optimis akan masa depan, juga kebahagiaan pada masa sekarang. Salah satu faktor kebahagiaan yang bersumber dari lingkungan adalah agama. Seligman (2005) berpendapat bahwa jika ingin menaikkan level kebahagiaan salah satunya adalah dengan beragama. Ia memaparkan bahwa orang yang religius dapat memperkecil kemungkinan dirinya untuk menyalahgunakan obat-obatan, mengalami perceraian, kriminalitas hingga bunuh diri. Selain itu, orang yang religius juga memiliki tubuh yang lebih sehat, umur panjang, dan melawan depresi dengan lebih baik. Seligman (2005) juga memaparkan data survei yang menunjukkan bahwa orang yang religius lebih puas dan bahagia akan hidupnya dibanding orang non religius. Penelitian yang dilakukan Liu (2020) juga menemukan bahwa orang dengan keyakinan agama memiliki kemungkinan lebih besar untuk merasa sangat bahagia. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Tekke, Mustafa, dkk (2018) juga menemukan bahwa ditemukan hubungan kecil namun signifikan secara statistik antara religiusitas dan kebahagiaan setelah memperhitungkan jenis kelamin dan perbedaan kepribadian individu.

Thohir (1986) mengartikan religiusitas adalah keinginan seseorang atas kehendaknya sendiri untuk mencapai kebahagiaan dunia akhirat. Dalam kamus Al-Mawrid karya Ba'albaki (1993) terdapat tiga makna dari religiusitas, yaitu

takwa, *wara*', dan *tadayyun*. Ketiga kata itu memberikan makna bahwa religiusitas sama dengan sikap taat dalam melaksanakan perintah Allah dan menjauhi larangannya (Suryadi & Hayat, 2021). Suryadi dan Hayat (2021) juga menjelaskan bahwa sikap tersebut adalah kesalehan hidup. Artinya orang yang saleh dalam hidup adalah orang yang religius. Kesalehan sendiri memiliki dua dimensi, yaitu dimensi vertikal dimana manusia berhubungan dengan Allah dan dimensi horizontal dimana manusia berhubungan baik dengan manusia lain. Oleh sebab itu, religiusitas dapat menjadi salah satu alasan munculnya kebahagiaan.



Gambar 2. 1 Bagan Hubungan Antara Variabel Religiusitas dengan Authentic Happiness

D. Hipotesis

Berdasarkan apa yang telah disampaikan diatas, hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Arikunto (2006) menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif adalah pendekatan yang menggunakan banyak angka, mulai dari pengumpulan, penguraian data, serta pemaparan hasil penelitian. Penelitian ini menggunakan metode korelasional. Fraenkel dan Wallen (2008) memaparkan bahwa tujuan penelitian korelasi adalah untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa berusaha memanipulasi variabel.

Subjek pada penelitian ini akan mengisi instrumen penelitian pada google form yang telah disediakan oleh peneliti. Setelah itu, angket yang telah diisi akan diolah menggunakan *korelasional product moment* menggunakan SPSS Versi 16.0.

B. Identifikasi Variabel

Terdapat dua variable dalam penelitian ini. Berikut variabel yang terdapat pada penelitian ini:

1. Variabel Terikat (Dependent)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *authentic happiness*.

2. Variabel Bebas (Independent)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah religiusitas.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah pengertian dari setiap variabel penelitian yang telah dipaparkan berdasarkan karakter yang telah ditentukan. Definisi operasional dalam penelitian ini yaitu:

1. *Authentic Happiness*

Authentic happiness adalah kemampuan untuk mendapat kenyamanan dan kebahagiaan yang bersifat lahir batin. Pada variabel *authentic happiness* diukur dengan aspek: emosi positif pada masa lalu, emosi positif pada masa sekarang, dan emosi positif pada masa depan (Seligman, 2002).

2. Religiusitas

Religiusitas adalah keyakinan dan keinginan untuk berperilaku beragama guna mendapat kebahagiaan dunia akhirat. Pada variabel religiusitas diukur dengan: dimensi pengamalan, dimensi pengetahuan, dimensi pengalaman, dimensi praktik agama, dimensi keyakinan (Glock dan Stark, 1965).

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Cooper dan Schindler (2003) menyatakan bahwa seluruh bagian yang akan disama ratakan disebut populasi. Seluruh subjek penelitian yang akan diukur adalah bagian dari populasi. Adapun populasi yaitu semua siswa kelas X, XI dan XII SMAN 2 Pasuruan yang jumlah keseluruhannya sebanyak 848 siswa. Siswa kelas X berjumlah 316 orang, kelas XI berjumlah 258 orang, dan kelas XII berjumlah 274 orang. Man 2 Pasuruan memiliki siswa yang cukup banyak dan visi yakni terwujudnya insan

“*Religius, Cerdas, Berakhlakul karimah dan Kompetitif dan berbudaya Lingkungan*” (MAN 2 Pasuruan, 2021). Oleh sebab itu, siswa MAN 2 Pasuruan sesuai dengan subyek pada penelitian ini.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2019) komponen dari jumlah dan karakteristik dari populasi disebut sampel. Sampel yang peneliti ambil ialah 272 siswa dari kelas X, XI, dan XII secara acak. Pengambilan sampel berjumlah 272 karena sesuai dengan rumus Slovin dan pertimbangan mengenai pandemi saat ini sehingga peneliti sulit melakukan pengambilan sampel lebih banyak.

Pengambilan sampel menggunakan rumus Slovin:

$n = \text{Sampel}$

$N = \text{Populasi}$

Dimana:

$N = 848$

Signifikansi $\alpha = 0,05$

$$n = \frac{N}{1 + N\alpha^2}$$

$$n = \frac{848}{1 + 848(0,05)^2}$$

$$n = \frac{848}{1 + 848 \times 0,0025}$$

$$n = \frac{848}{1 + 2,12}$$

$$n = \frac{848}{3,12}$$

$$n = 272$$

3. Teknik sampling

Teknik yang dipakai dalam pengambilan sampel agar mewakili populasi disebut teknik sampling. Penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling*. Lebih detailnya yaitu *simple random sampling*. Pemilihan *simple random sampling* dikarenakan populasi yang homogen dan banyaknya sampel yang akan diambil.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat pengumpulan data untuk mengukur fenomena sosial ataupun fenomena alam yang akan diamati. Instrumen yang digunakan kali ini berupa kuisisioner atau angket yang diadopsi dari penelitian terdahulu. Pada instrumen religiusitas mengadopsi dari penelitian Satriani (2011) yang berjudul “Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Kecemasan Moral Mahasiswa Ushuluddin UIN Suska Riau” dengan nilai reliabilitas sebesar 0,941. Pada instrumen *authentic happiness* mengadopsi dari penelitian Basith (2016) yang berjudul “Hubungan antara Religiusitas dengan Authentic Happiness pada Jama’ah Maulid Wat Ta’lim Riyadlul Jannah Malang” dengan nilai reliabilitas sebesar 0,943.

Instrumen yang digunakan adalah Skala Likert yang memiliki dua model pertanyaan yaitu *Favorable* dan *Unfavorable*.

Tabel 3.1 Skala Likert

Pilihan Jawaban		Nilai	
		Favorable (F)	Unfavorable (UF)
SS	Sangat Setuju	4	1
S	Setuju	3	2
TS	Tidak setuju	2	3
STS	Sangat Tidak setuju	1	4

1. *Authentic Happiness*

a. Definisi Operasional

Authentic happiness adalah kemampuan untuk mendapat kenyamanan dan kebahagiaan yang bersifat lahir batin. Pada variabel *authentic happiness* diukur dengan aspek: emosi positif pada masa lalu, emosi positif pada masa sekarang, dan emosi positif pada masa depan.

b. Instrumen (Blue Print Skala *Authentic Happiness*)

Skala *Authentic Happiness* dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian terdahulu.

Tabel 3.2 Blue Print Skala *Authentic Happiness*

No	Dimensi & Indikator	Aitem	Jumlah	
			Favorable	Unfavorable
1	Kepuasan Merasa Puas	1	-	11

	masa lalu	Merasa Lega	2, 29	18	
		Merasakan	33	26	
		kesuksesan			
		Mempunyai	32	14	
		Rasa			
		Bangga			
		Merasa	3, 28	8	
		Damai			
2	Kebahagiaan	Merasa	4, 16	13	13
	masa	Senang			
	sekarang	Merasa	31	17, 27	
		Tenang			
		Berseemangat	19	22, 9	
		<i>Ekstase</i>	10, 15	5, 20	
		(Khusyuk)			
3	Optimis	Optimis	7, 24	-	9
	akan masa	Mempunyai	11	23	
	depan	harapan			
		Mempunyai	21	25	
		keyakinan			
		Mempunyai	12	6, 30	
		kepercayaan			
	Jumlah		18	15	33

c. Validitas dan reliabilitas

Sugiono (2017) memaparkan bahwa instrument yang pengukurannya tepat adalah instrument yang valid. Standar validitas yang dipakai dalam penelitian ini adalah $>0,300$ (Muhid, 2019). Skala religiusitas memiliki 34 aitem. Berikut adalah hasil uji validitas skala *Authentic Happiness*:

Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala Authentic Happiness

Aitem	<i>Corrected Aitem-Tital</i>	Hasil Uji
<i>Correlation</i>		
A1	.326	<i>Valid</i>
A2	.414	<i>Valid</i>
A3	.220	<i>Gugur</i>
A4	.817	<i>Valid</i>
A5	.745	<i>Valid</i>
A6	.720	<i>Valid</i>
A7	.511	<i>Valid</i>
A8	.438	<i>Valid</i>
A9	.619	<i>Valid</i>
A10	.656	<i>Valid</i>
A11	.695	<i>Valid</i>
A12	.645	<i>Valid</i>
A13	.683	<i>Valid</i>
A14	.903	<i>Valid</i>
A15	.689	<i>Valid</i>

A16	.666	<i>Valid</i>
A17	.766	<i>Valid</i>
A18	.759	<i>Valid</i>
A19	.772	<i>Valid</i>
A20	.760	<i>Valid</i>
A21	.449	<i>Valid</i>
A22	.554	<i>Valid</i>
A23	.794	<i>Valid</i>
A24	.441	<i>Valid</i>
A25	.471	<i>Valid</i>
A26	.651	<i>Valid</i>
A27	.749	<i>Valid</i>
A28	.794	<i>Valid</i>
A29	.804	<i>Valid</i>
A30	.703	<i>Valid</i>
A31	.513	<i>Valid</i>
A32	.834	<i>Valid</i>
A33	.822	<i>Valid</i>
A34	.601	<i>Valid</i>

Berdasarkan tabel diatas, skala *Authentic Happiness* awalnya berjumlah 34 aitem. Setelah diuji validitas, terdapat 1 aitem dengan nilai koefisien dibawah 0,300 yang akan dihilangkan. Berikut aitem yang

dihilangkan yaitu nomor 3. Setelah menghilangkan aitem yang memiliki nilai koefisien dibawah 0,300, maka nomor akan disusun ulang pada skala. Hal ini sesuai dengan pernyataan Muhid (2019) bahwa aitem yang memiliki nilai koefisien $>0,300$ bisa dipakai.

Setelah uji validitas dilakukan, selanjutnya melakukan uji reliabilitas. Menurut Sugiyono (2019) apabila data memiliki kesamaan dalam waktu yang berbeda maka instrument tersebut reliabel. Muhid (2019) menjelaskan bahwa pengukuran semakin reliabel apabila nilai koefisien reliabel mendekati 1,00. Berikut adalah tabel hasil uji reliabilitas pada skala religiusitas:

Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Authentic Happiness*

<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
.961	33

Pada tabel diatas diperoleh hasil 0,961 yang berarti bahwa skala religiusitas tersebut adalah reliabel.

1. Religiusitas

a. Definisi Operasional

Religiusitas adalah keyakinan dan keinginan untuk berperilaku beragama guna mendapat kebahagiaan dunia akhirat. Pada variabel religiusitas diukur dengan: dimensi pengamalan, dimensi pengetahuan, dimensi pengalaman, dimensi praktik agama, dimensi keyakinan.

b. Instrumen (Blue Print Skala Religiusitas)

Skala religiusitas dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian terdahulu.

Tabel 3.5 Blue Print Skala Tingkat Religiusitas

No	Dimensi & Indikator	Aitem		Jumlah	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Keyakinan kepada Allah	Percaya	13	-	6
		Percaya	23	-	
	kepada Malaikat	Percaya	-	15	
		Percaya	24	-	
	kepada Nabi/ Rasul	Percaya	8	-	
		Percaya	-	5	
	kepada Kitab Allah	Percaya	8	-	
		Percaya	-	5	
	kepada hari akhir	Percaya	-	5	
		Percaya	-	5	
kepada qadha dan qadar	Percaya	-	5		
	Percaya	-	5		

2	Ibadah	Melakukan	3, 16	1, 9, 14	
		Shalat			
		Melakukan	6	-	
		Puasa			8
		Ramadhan			
		Membaca Al-	21	25	
		Qur'an			
3	Penghayatan	Khusyuk	20	17, 27	
		dalam shalat			
		Khusyuk	2, 18	10	
		dalam			6
		Berdzikir dan			
		Berdoa			
4	Pengetahuan	Pengetahuan	-	7	
		tentang isi Al-			
		Qur'an			
		Pengetahuan	4, 11	-	
		tentang Apa			5
		yang Harus			
		Diimani			
		Pengetahuan	28	22	
		tentang			
		Hukum-			

hukum Islam					
5	Pengalaman	Akhlaq yang Mulia	19	12	
		Mematuhi norma-norma Islam	-	26	3
Jumlah			15	13	28

c. Validitas dan reliabilitas

Sugiyono (2017) memaparkan bahwa instrument yang tepat ialah instrument yang valid. Standar validitas yang dipakai dalam penelitian ini adalah $>0,300$ (Muhid, 2019). Skala religiusitas memiliki 42 aitem. Berikut adalah hasil dari uji validitas skala religiusitas:

Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Skala Religiusitas

Aitem	<i>Corrected Aitem-Total Correlation</i>	Hasil Uji
A1	.211	<i>Gugur</i>
A2	.339	<i>Valid</i>
A3	.437	<i>Valid</i>
A4	-.136	<i>Gugur</i>
A5	.260	<i>Gugur</i>
A6	-.023	<i>Gugur</i>
A7	.464	<i>Valid</i>

A8	.192	<i>Gugur</i>
A9	.370	<i>Valid</i>
A10	.488	<i>Valid</i>
A11	.006	<i>Gugur</i>
A12	.398	<i>Valid</i>
A13	.679	<i>Valid</i>
A14	.658	<i>Valid</i>
A15	.388	<i>Valid</i>
A16	-.216	<i>Gugur</i>
A17	.389	<i>Valid</i>
A18	.341	<i>Valid</i>
A19	.604	<i>Valid</i>
A20	.577	<i>Valid</i>
A21	.464	<i>Valid</i>
A22	.537	<i>Valid</i>
A23	.514	<i>Valid</i>
A24	.437	<i>Valid</i>
A25	.553	<i>Valid</i>
A26	.567	<i>Valid</i>
A27	.191	<i>Gugur</i>
A28	.242	<i>Gugur</i>
A29	.437	<i>Valid</i>

A30	.205	<i>Gugur</i>
A31	.415	<i>Valid</i>
A32	.233	<i>Gugur</i>
A33	.175	<i>Gugur</i>
A34	.344	<i>Valid</i>
A35	.368	<i>Valid</i>
A36	.561	<i>Valid</i>
A37	.542	<i>Valid</i>
A38	.451	<i>Valid</i>
A39	.213	<i>Gugur</i>
A40	.388	<i>Valid</i>
A41	.118	<i>Gugur</i>
A42	.319	<i>Valid</i>

Berdasarkan table diatas, skala religiusitas awalnya berjumlah 42 aitem. Setelah diuji validitas, terdapat 14 aitem dengan nilai koefisien dibawah 0,300 yang akan dihilangkan. Berikut aitem yang dihilangkan yaitu nomor 1, 4, 5, 6, 8, 11, 16, 27, 28, 30, 32, 33, 39, dan 41. Setelah menghilangkan aitem yang memiliki nilai koefisien dibawah 0,300, maka nomor akan disusun ulang pada skala. Seperti halnya pernyataan Muhid (2019) bahwa aitem yang memiliki nilai koefisien >0,300 dapat dipakai.

Setelah selesai uji validitas, selanjutnya uji reliabilitas dapat dilakukan. Menurut Sugiyono (2019) apabila data memiliki kesamaan

dalam waktu yang berbeda maka instrument tersebut reliabel. Muhid (2019) menjelaskan bahwa pengukuran semakin reliabel apabila nilai koefisien reliabel mendekati 1,00. Berikut tabel hasil uji reliabilitas pada skala religiusitas:

Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Religiusitas

<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
.903	28

Pada tabel diatas diperoleh hasil 0,903 yang berarti bahwa skala religiusitas tersebut reliabel.

F. Analisis Data Penelitian

Analisis data dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel. Penelitian ini menggunakan teknik *korelasional product moment*. Peneliti perlu melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji linieritas sebelum melakukan analisis data.

Setelah lolos uji prasyarat, selanjutnya dapat dilakukan uji korelasi *product moment* sebagai uji hipotesis menggunakan SPSS. Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel. Adanya hubungan antara dua variable dapat diketahui apabila nilai korelasi $<0,05$. Sebaliknya, jika korelasi $>0,05$ berarti hubungannya lemah.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Sebelum penelitian dilakukan, persiapan diperlukan untuk memperkecil kesalahan dalam penelitian. Sebelum melakukan penelitian perlu dilakukan:

- a. Merumuskan masalah, tema, dan tujuan penelitian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan authentic happiness pada siswa MAN 2 Pasuruan.
- b. Mencari literatur seperti jurnal dan buku terbaru yang mendukung tema penelitian. Literatur tersebut digunakan sebagai pedoman dan penguat teori dalam penelitian.
- c. Melakukan konsultasi dengan pembimbing dalam penelitian yang dilakukan.
- d. Menyiapkan angket yang tepat.
- e. Menentukan populasi dan sampel yang akan digunakan. Seluruh siswa MAN 2 Pasuruan menjadi populasi dalam penelitian ini. Sedangkan siswa dari kelas X, XI, dan XII yang diambil secara acak menjadi sampel.
- f. Menyiapkan surat izin penelitian.

Setelah beberapa hal tersebut telah disiapkan, maka selanjutnya dapat dilakukan penelitian. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 10-16 desember 2021. Saat penelitian perlu melakukan:

- a. Mengajukan permohonan penelitian pada MAN 2 Pasuruan pada bulan desember 2021.
- b. Meminta masukan dosen pembimbing mengenai angket yang akan digunakan.
- c. Melakukan uji coba angket pada populasi sebanyak 35 siswa. Kemudian, menganalisa hasilnya.
- d. Mengambil data dengan angket yang sudah benar.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Deskripsi Subjek

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa MAN 2 Pasuruan dengan jumlah 848 siswa yang terdiri dari siswa laki-laki dan perempuan. Sampel diambil dari kelas X, XI, dan XII secara acak dengan minimal 272 siswa. Pada penelitian ini didapat sampel berjumlah 275 siswa.

Tabel 4.1 Data Jumlah Siswa MAN 2 Pasuruan Agustus TP. 2021/2022

NO	KELAS	PER KELAS		PER JURUSAN		JUMLAH
		L	P	L	P	
1	X MIA 1	38		38	75	113

2	X MIA 2		38		
3	X MIA 3		37		
4	X IIS 1	35		67	38
5	X IIS 2	32			
6	X IIS 3		38		
7	X IBB		35	0	35
8	X IKK1	31		31	32
9	X IKK2		32		
JUMLAH				136	180
10	XI MIA 1	32		32	74
11	XI MIA 2		36		
12	XI MIA3		38		
13	XI IIS 1	46		46	39
14	XI IIS 2		39		
15	XI IBB		33	0	33
16	XI IIK		34	0	34
JUMLAH				78	180
17	XII MIA 1	32		32	77
18	XII MIA 2		38		
19	XII MIA 3		39		
20	XII IIS 1	34		34	35
21	XII IIS 2		35		

22	XII IBB	30	0	30	30
23	XII IIK 1	32	32	34	66
24	XII IIK 2	34			
JUMLAH			98	176	274
TOTAL			312	536	848

Berikut adalah table gambaran umum subjek berdasarkan data demografi.

1) Subjek berdasarkan usia

Subjek penelitian berjumlah 275 siswa dimana siswa berusia 14 tahun berjumlah 2 orang dengan presentase 0,73%, siswa berusia 15 tahun berjumlah 54 orang dengan presentase 19,64%, siswa berusia 16 tahun berjumlah 106 orang dengan presentase 38,55%, siswa berusia 17 tahun berjumlah 92 orang dengan presentase 33,45%, dan siswa berusia 18 tahun berjumlah 21 orang dengan presentase 7,64%

Tabel 4.2 Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah (N)	Presentase
14 Tahun	2	0,73%
15 Tahun	54	19,64%
16 Tahun	106	38,55%
17 Tahun	92	33,54%
18 Tahun	21	7,64%

Total	275	100%
--------------	------------	-------------

2) Subjek penelitian berdasarkan kelas

Sampel berjumlah 275 siswa. Pada kelas X berjumlah 118 siswa dengan presentase 42,91%, kelas XI berjumlah 88 siswa dengan presentase 32%, kelas XII berjumlah 69 siswa dengan presentase 25,1%.

Tabel 4.3 Subjek Penelitian berdasarkan kelas

Kelas	Jumlah (N)	Presentase
X	118	42,91%
XI	88	32%
XII	69	25,1%
Total	275	100%

3) Subjek penelitian berdasarkan jurusan

Terdapat 4 jurusan yakni jurusan MIA, IIS, IIK, dan IBB. Jurusan MIA terdapat 131 siswa dengan presentase 47,64%, jurusan IIS terdapat 55 siswa dengan presentase 20%, jurusan IIK terdapat 42 siswa dengan presentase 15,27%, dan jurusan IBB terdapat 47 siswa dengan presentase 17,1%.

Tabel 4.4 Subjek Penelitian Berdasarkan Jurusan

Jurusan	Jumlah (N)	Presentase
MIA	131	47,64%

IIS	55	20%
IIK	42	15,27%
IBB	47	17,1%
Total	275	100%

4) Kategorisasi subjek penelitian berdasarkan tingkat religiusitas dan *authentic happiness*

Tabel 4.5 Kategorisasi Variabel

Variabel	Tinggi	Sedang	Rendah
<i>Happiness</i>	64,4%	35,6%	0%
Religiusitas	93,8%	6,2%	0%

Tabel diatas menunjukkan bahwa 64,4% siswa memiliki kebahagiaan tinggi, 35,6% siswa memiliki kebahagiaan sedang, dan 0% siswa memiliki kebahagiaan rendah. Sedangkan untuk religiusitas, 93,8% siswa memiliki religiusitas tinggi, 6,2% siswa memiliki religiusitas sedang, dan 0% siswa memiliki religiusitas rendah. Dari apa yang telah dipaparkan, diketahui bahwa sebagian besar siswa bahagia dan memiliki religiusitas yang tinggi.

b. Deskripsi Data

Berikut adalah hasil analisis statistik deskriptif variabel religiusitas dan *authentic happiness*:

Tabel 4.6 Uji Statistik Deskriptif

	N	Range	Min.	Max.	Mean	Standar Error	Standar Deviasi
Religiusitas	275	34,00	77,00	111,00	95,77	0,424	7,03
Happiness	275	57,00	74,00	131,00	103,28	0,686	11,37
Valid N (listwise)	275						

Tabel diatas menunjukkan bahwa nilai minimal religiusitas adalah 77,00, nilai maksimal 111,00, nilai rata-rata 95,77, dan standar deviasinya 7,03. Sedangkan nilai minimal happiness adalah 74,00, nilai maksimal 131,00, nilai rata-rata 103,28, dan standar deviasinya 11,37.

B. Pengujian Hipotesis

Sebelum dilakukan uji hipotesis, perlu dilakukan uji prasyarat. Analisis dapat dilakukan atau tidak dapat diketahui melalui uji prasyarat. Uji prasyarat dalam penelitian ini yaitu uji normalitas dan linieritas. Setelah uji prasyarat memenuhi standar dapat dilakukan uji hipotesis. Berikut uji prasyarat yang telah dilakukan:

1. Uji Normalitas

Untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak dapat menggunakan uji normalitas. Selain itu, uji normalitas juga dapat

digunakan untuk mengetahui penyimpangan dari data yang diperoleh. Pada penelitian ini, Kolmogorov-Smirnov Test digunakan dalam uji normalitas. Untuk menentukan normal atau tidaknya data dapat diketahui jika:

- a) Data berdistribusi normal jika nilai signifikansi $>0,05$
- b) Data tidak berdistribusi normal jika nilai signifikansi $<0,05$.

Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas

		<i>Unstandardized Residual</i>
<i>N</i>		275
<i>Normal</i>	<i>Mean</i>	.0000000
<i>Parameters^a</i>	<i>Std. Deviation</i>	11.26604408
<i>Most</i>	<i>Absolute</i>	.080
<i>Extreme</i>	<i>Positive</i>	.080
<i>Differences</i>	<i>Negative</i>	-.057
<i>Kolmogorov-</i>		1.319
<i>Smirnov Z</i>		
<i>Asymp. Sig.</i>		.062
<i>(2-tailed)</i>		

Tabel diatas menunjukkan bahwa variabel berdistribusi normal karena nilai signifikansi sebesar 0,062 dan lebih besar dari 0,05.

2. Uji Linearitas

Linear atau tidaknya hubungan antara dua variable dapat diketahui melalui uji lineartitas, dalam hal ini religiusitas dengan *authentic happiness*. Linear atau tidaknya dua variable dapat diketahui jika:

- a) Linear jika nilai signifikansi $>0,05$.
- b) Tidak linear jika nilai signifikansi $<0,05$.

Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y	Between	(Combined)	4227.822	24	176.159	1.412	.101
	* Groups	Linearity	648.769	1	648.769	5.199	.023
X	Deviation	from	3579.053	23	155.611	1.247	.206
		Linearity					
	Within		31198.054	250	124.792		
	Groups						
	Total		35424.876	274			

Tabel diatas menunjukkan bahwa kedua variabel liner karena nilai deviasi dari linieritas yaitu 0,206 dan lebih besar dari 0,05.

3. Uji Hipotesis

Setelah dilakukannya uji normalitas dan linearitas selanjutnya dapat dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini ialah uji

korelasi *product moment* dengan menggunakan SPSS. Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui korelasi antara religiusitas dengan *authentic happiness*. Diterima atau tidaknya hipotesis dapat diketahui jika:

- a) Kedua variabel berkorelasi jika nilai signifikansi $<0,05$.
- b) Kedua variabel tidak berkorelasi jika nilai signifikansi $>0,05$.

Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi Product Moment

		X	Y
X	Pearson	1	.135'
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		.025
	N	275	275
Y	Pearson	.135'	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	.025	
	N	275	275

Tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan yang berjumlah 275 siswa karena nilai signifikansi 0,025 dan kurang dari 0,05. Dari apa yang telah dipaparkan diketahui bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan.

Hubungan antara kedua variabel sifatnya positif karena nilai korelasi pearson yang didapat yaitu 0,135. Nilai korelasi pearson berada diantara 0,00-0,199 yang artinya tingkat korelasi bersifat sangat rendah. Semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi pula *authentic happiness*.

C. Pembahasan

Penelitian ini menggunakan uji hipotesis analisis *product moment*. Uji prasyarat perlu dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis. Uji prasyarat pada penelitian ini adalah uji normalitas dan linearitas. Dari uji normalitas yang telah dilakukan diketahui bahwa variabel berdistribusi normal karena nilai signifikansi yang didapat sebesar 0,062 dan lebih besar dari 0,05. Dari uji linearitas diketahui bahwa hubungan kedua variable linear karena didapatkan nilai deviasi sebesar 0,206 dan lebih besar dari 0,05.

Setelah uji prasyarat telah memenuhi standar maka dapat dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis yang digunakan adalah analisis *product moment*. Dari uji hipotesis diketahui bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan yang berjumlah 275 siswa karena nilai signifikansi yang didapat sebesar 0,025 dan kurang dari 0,05. Hipotesis penelitian ini ialah terdapat hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan. Berdasarkan analisis *product moment* diketahui bahwa hubungan kedua variabel sifatnya positif karena nilai korelasi pearson sebesar 0,135. Nilai korelasi pearson berada diantara 0,00-0,199 yang artinya tingkat korelasi

bersifat sangat rendah. Semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi pula *authentic happiness*.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Tekke, Mustafa, dkk (2018) yang dilakukan pada 189 Mahasiswa Muslim Sunni yang belajar di Universitas Islam Internasional di Malaysia. Hasil dari penelitian ini ditemukan hubungan kecil namun signifikan secara statistik antara religiusitas dan kebahagiaan setelah memperhitungkan jenis kelamin dan perbedaan kepribadian individu.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Nadhifah dan Wahyuni (2020) yang dilakukan pada 240 santri ponpes di Bandung. Hasil penelitian ini yaitu terdapat pengaruh yang signifikan orientasi religius, *hardiness*, dan *quality of friendship* terhadap kebahagiaan santri.

Seligman (2005) memaparkan faktor yang mempengaruhi *happiness* ada dua yaitu faktor lingkungan dan dari diri manusia. Faktor lingkungan yaitu budaya, agama (*religion*), kehidupan sosial, usia, pernikahan, uang hingga emosi yang positif. Sedangkan faktor yang berasal dari diri manusia yaitu puas akan masa lalu, optimis akan masa depan, juga kebahagiaan pada masa sekarang. Wilson (dalam seligman 2005) juga menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, yaitu: penghasilan tinggi, memiliki pendidikan yang baik, usia muda, kesehatan, pernikahan, dan religius. Pada penelitian ini faktor yang dipilih adalah religiusitas sebagai variabel x atau variabel bebas.

Kebiasaan baru saat pandemi covid 19 menciptakan penurunan kebahagiaan baik itu disebabkan oleh sulitnya pembelajaran di saat pandemi, kecemasan tertular virus, kesepian karena kebijakan tidak boleh ada kunjungan orang tua di pondok, kejenuhan di masa pandemi, atau banyaknya informasi negatif terkait pandemi. Selain itu, hal tersebut juga dapat menyebabkan stress (Rayan, 2020). Hairina & Imadduddin (2019) dalam penelitiannya yang melibatkan 1.299 remaja berusia 14-24 tahun di Kalimantan Selatan juga menjelaskan bahwa semakin tinggi seorang remaja tahu tentang Covid-19, semakin tinggi pula stress karena Covid-19 yang dialaminya. Lebih lanjut dijelaskan bahwa banyaknya informasi tentang Covid-19 yang bersifat negatif pada akhirnya membebani pikiran dan psikis pada remaja.

Meski begitu, tidak sedikit dari para siswa yang berusaha agar tetap dapat melakukan pendidikan dengan baik. Kebudayaan beragama di pesantren seperti mengkaji agama dan beribadah dapat menjadikan siswa tetap bahagia. Hal ini sesuai dengan pernyataan Seligman (2005) bahwa agama merupakan salah satu faktor kebahagiaan. Sedangkan Wilson (dalam seligman 2005) memaparkan bahwa religius dapat menjadi salah satu faktor seseorang bahagia. Religiusitas adalah salah satu yang diperlukan oleh siswa di pesantren untuk mencapai kebahagiaan. Dengan kebahagiaan siswa dapat belajar dengan lebih baik dalam pendidikan mereka. Semakin tinggi religious yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi kebahagiaan siswa.

Berdasarkan data yang telah didapat, diketahui bahwa 64,4% siswa memiliki kebahagiaan tinggi, 35,6% siswa memiliki kebahagiaan sedang, dan 0% siswa memiliki kebahagiaan rendah. Sedangkan untuk religiusitas, 93,8% siswa memiliki religiusitas tinggi, 6,2% siswa memiliki religiusitas sedang, dan 0% siswa memiliki religiusitas rendah. Sehingga dapat diketahui bahwa siswa MAN 2 Pasuruan memiliki kebahagiaan yang bagus karena persentasenya 64,4% memiliki kebahagiaan tinggi dan 35,6% memiliki kebahagiaan sedang. Sedangkan pada religiusitas, siswa memiliki religiusitas yang tinggi dengan persentase 93,8%. Berdasarkan penjelasan di atas, diketahui bahwa religiusitas memiliki hubungan dalam meningkatkan *authentic happiness*.

Kebahagiaan para siswa terjadi karena faktor religiusitas yang baik. Kegiatan-kegiatan keagamaan seperti sholat, mengaji, dan belajar agama merupakan kegiatan rutin yang dilakukan dipondok. Hal itu adalah bentuk dari religiusitas. Selain itu, usia muda juga dapat menjadi faktor lain yang dapat menciptakan kebahagiaan bagi para siswa.

Hal ini selaras dengan Al-Qur'an surah Al-Anfal ayat 2-4 tentang religiusitas:

Surah Al-Anfal ayat 2:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ
إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ

Artinya: *Sesungguhnya orang-orang yang beriman adalah mereka yang apabila disebut nama Allah gemetar hatinya, dan apabila dibacakan ayat-ayat-Nya kepada mereka, bertambah (kuat) imannya dan hanya kepada Tuhan mereka bertawakal.*

Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) menafsirkan ayat ini bahwa orang yang beriman adalah mereka yang apabila disebut nama Allah gemetar hatinya. Dan apabila dibacakan ayat-ayat-Nya maka bertambahkuat imannya. Dan hanya kepada Allah mereka bertawakal.

Surah Al-Anfal ayat 3:

ط
الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ

Artinya: *(yaitu) orang-orang yang melaksanakan sholat dan yang menginfakkan sebagian dari rezeki yang Kami berikan kepada mereka.*

Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) menafsirkan ayat ini bahwa amalan terpenting bagi orang-orang yang beriman yaitu menegakkan shalat dan berinfak di jalan Allah.

Surah Al-Anfal ayat 4:

ج
أُولَئِكَ هُمُ الْمُؤْمِنُونَ حَقًّا لَهُمْ دَرَجَاتٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَمَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ

Artinya: *Mereka itulah orang-orang yang benar-benar beriman. Mereka akan memperoleh derajat (tinggi) disisi Tuhannya dan ampunan serta rezeki (nikmat) yang mulia.*

Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) menafsirkan ayat ini bahwa orang yang memiliki sifat-sifat tersebut adalah orang yang beriman. Orang-orang mukmin sejati memperoleh derajat dan posisi disisi Allah SWT.

Al-Qur'an juga membahas tentang kebahagiaan dalam surah Ar-Ra'd ayat 29:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَىٰ لَهُمْ وَحَسَنُ مَا أَجْرُهُمْ

Artinya: *Orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, mereka mendapat kebahagiaan dan tempat kembali yang baik.*

Ibnu Katsir (dalam Al-Khalidi, 2017) menafsirkan ayat ini bahwa orang-orang beriman yang menang akan berbahagia dan memiliki tempat kembali di akhirat. Iman adalah salah satu aspek dari religiusitas. Beriman artinya percaya 6 rukun iman. Selain itu, seorang yang beriman harus memahami ilmu agama dan juga mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil uji product moment, diketahui bahwa religiusitas memiliki hubungan positif terhadap authentic happiness. Semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi pula *authentic happiness*. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan. Hasil dari penelitian ini selaras dengan beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa religiusitas memiliki hubungan dengan *authentic happiness*.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa MAN 2 Pasuruan, diketahui bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan *authentic happiness* pada siswa MAN 2 Pasuruan. Selain itu, diketahui juga bahwa semakin tinggi religiusitas pada siswa, maka semakin tinggi pula *authentic happiness*.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, peneliti menyarankan:

1. Bagi Siswa

Diharapkan dapat memiliki religiusitas yang baik dengan melakukan ibadah, belajar ilmu agama, serta mengamalkannya dalam hidup agar bisa memiliki *authentic happiness* yang tinggi, sehingga dapat selalu bahagia dalam pendidikan.

2. Bagi Pendidik

Pendidik dapat memperhatikan siswa agar siswa mencapai kebahagiaan dalam pendidikan mereka. Tindakan positif lain juga bisa dilakukan agar siswa bahagia.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat menggunakan sampel lain seperti orang dewasa karena secara mental lebih matang. Selain itu, penggunaan variabel bebas lain yang mendukung terciptanya *authentic happiness*

juga disarankan guna memperluas pengetahuan mengenai *authentic happiness*.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Zaenal. (2017). Meningkatkan Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan dengan Sabar. *Jurnal Psikologi Integratif*, 5(1).
- Aji, R. H. S. (2020). Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-I*, 7(5).
- Al-Khalidi, S. A. Fattah. (2017). *Mudah Tafsit Ibnu Katsir*. Jakarta: Maghfirah Pustaka.
- Arikunto, S. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arumugham, Packiaraj. (2018). Religiosity and Happiness among Homeless Men. *The International Journal of Humanities and Social Studies*, 6(8).
- Ba'albaki, M. (1993). *Al-Mawrid: a modern English-Arabic dictionary*. Darul Ilmi Lil-Malyen.
- Basith, Abdul. (2016). Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Authentic Happiness* pada Jama'ah Maulid Wat Ta'lim Riyadul Jannah Malang. *Skripsi Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Cambridge Dictionary Online. (2021). Spirituality. Diakses dari <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/spirituality> pada tanggal 18 November 2021 pukul 20.51 WIB.
- Carr, Alan. (2004). *Positive Psychology; The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Brunner-Routledge.
- Cooper, Donald R & Schindler, Pamela S. (2003). *Business Research Methods*. Boston: McGraw-Hill/Irwin
- Daradjat, Zakiyah. (1973). *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Darmayanti, Nefi & Daulay, Nurussakinah. (2020). Pengaruh Pelatihan Manajemen Stres terhadap Kebahagiaan Santri di Pesantren. *E-JOURNAL GAMAJPP*, 6(2).
- Eriyanda, Dian & Khairani, Maya. (2017). Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Wanita yang Bercerai di Aceh. *Psikodimensia*, 16(2).
- Fauqiyah, Eka. (2010). Hubungan Religiusitas dengan Happiness pada Remaja Panti Asuhan. *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Fitriani, Mutiara. (2021). Gambaran Stress Akademik Siswa SMP Saat Pembelajaran Daring (*Online*) di Kota Padang. *Socio Humanus*, 3(1).
- Fraenkel, J.R dan Wellen, N.E. (2008). *How to Design and Evaluate research in Education*. New York: McGraw-Hill.
- Glock and Stark. *Religion and Society in Tension*. Chicago: Rand McNally (1965) diterjemahkan oleh Ancok dan Suroso dalam karyanya yang berjudul *Psikologi Islami*.
- Hairina, Yulia & Imadduddin. (2019). *Semakin Tahu, Semakin Stress Pengetahuan Covid-19 dan Stres pada Remaja*. Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Halimah, Lilim, dkk. (2019). Sabar dan *Authentic Happiness* pada Anggota Komunitas Khuruj Fisabilillah di Bandung. *Jurnal Psikologi Islam*, 6(2).

- Handayani, Rossi & Hafil, Muhammad. (2021). Pandangan MUI Soal Pandemi Buat Orang Lebih Religius. *Diakses dari <https://www.republika.co.id/berita/qwn064430/pandangan-mui-soal-pandemi-buat-orang-lebih-religius-pada-tanggal-25-november-2021-pukul-01.39-wib>*.
- Hapsari, Dea Febri. (2015). *Hubungan Antara Religiusitas dengan Kebahagiaan pada Siswa Siswi di SMA Muhammadiyah 1 Klaten*. Naskah Publikasi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hutama, R Yoga. (2016). Pengaruh Antara Efikasi Diri Dan Religiusitas Terhadap Kebahagiaan Penderita Diabetes Tipe Ii (Rsud A.W Syahrane Samarinda). *eJournal Psikologi*, 4(3).
- Jalaluddin. (2001). *Psikologi agama*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Jatira, Yadi & Neviyarni S. (2021). Fenomena Stress dan Pembiasaan Belajar Daring Dimasa Pandemi Covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(1).
- JHU CSSE COVID-19 data. (2021). Perubahan Harian. *Diakses dari <https://www.google.com/search?q=kasus+covid+indonesia&aq=chrome.2.69i57j0i3j0i131i433j0i131i433i457j0i402l2j69i60l2.3392j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8>* pada tanggal 4 Maret 2021 pukul 00.36 WIB.
- KBBI Online. (2021). Bahagia. *Diakses dari <https://kbbi.web.id/bahagia> pada tanggal 4 September 2021 pukul 21.23 WIB*.
- Kaye, J. & Raghavan, S. K. (2000). *Spirituality in Disability and Illness: The Psychology of Religion and Coping Theory, Research, Practice*. New York: Guilford.
- Khairunnisa, Ayu. (2016). Hubungan Religiusitas Dengan Kebahagiaan Pada Pasien Hemodialisa Di Klinik Hemodialisa Muslimat Nu Cipta Husada. Universitas Gunadarma, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1).
- Kompas.com. (2020). Data Covid-19 di Indonesia. *Diakses Dari <https://www.kompas.com/covid-19> pada tanggal 4 Maret 2021 pukul 00.26 WIB*.
- Krauss, S. E., Hamzah, A. H., Juhari, R., & Hamid, J. A. (2005). The Muslim Religiosity-Personality Inventory (MRPI): toward understanding differences in the Islamic religiosity among the Malaysian youth. *Pertanika Journal of Social Science & Humanities*, 13(2).
- Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu, T. (2020). The impact of Covid-19 epidemic declaration on psychological consequences: A study on active Weibo users. *International journal of environmental research and public health*, 17(6).
- Liu, Tianyuan, dkk. (2020). Exploratory Analysis of the Relationship between Happiness and Religious Participation within China. *Religions*, 11(410).
- MAN 2 Pasuruan. (2021). Profil Sejarah MAN 2 Pasuruan. *Diakses dari https://man2pasuruan.sch.id/?page_id=723 pada 8 Maret 2021 pukul 00.39 WIB*.
- Muhid, Abdul. (2019). *Analisis Statistik*. Sidoarjo: Zifatama Jawara.

- Muhopilah, pipih, dkk. 2018. Hubungan Kualitas Puasa dan Kebahagiaan Santri Pondok Pesantren Al-Ihsan. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 1(1).
- Muslim & Nashori. (2007). *Hubungan Antara Religiusitas dengan Kebahagiaan Otentik (Authentic Happiness)*. Fakultas Psikologi dan Ilmu social budaya Universitas Islam Indonesia. Naskah Publikasi.
- Nadhifah, N. Uyun & Wahyuni, Z. Indira. (2020). Pengaruh Orientasi Religius, Hardiness, dan Quality of friendship Terhadap Kebahagiaan Santri. *TAZKIYA (Journal of Psychology)*, 8(1).
- Nisaputra, R. (2020). Tingginya Tingkat Kecemasan Masyarakat Akan Covid-19. Diakses dari <https://infobanknews.com/tingginya-tingkat-kecemasan-masyarakat-akan-covid-19/pada-tanggal-1-mei-2022-pukul-14.42-wib>.
- Palupi, T. Nathalia. (2020). Tingkat Stress pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar dalam Menjalankan Proses Belajar di Rumah Selama Pandemi Covid-19. *JP3SDM*, 9(2).
- Pontoh, Zaenab & Farid, M. (2015). Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan Pelaku Konversi Agama . Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya & Universitas Darul Ulum Jombang. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia Januari*, 4(1).
- Ranggayoni, Russy, dkk. (2020). Hubungan Religiusitas dan Persahabatan dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(1).
- Rayan, M. D. Nur. (2020). Menurunnya Tingkat Kebahagiaan Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. <https://doi.org/10.31234/osf.io/eyax5>
- Satriani. (2011). Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Kecemasan Moral Mahasiswa Ushuluddin UIN Suska Riau. *Skripsi Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*.
- Sarmadi, Sunedi. 2008. *Psikologi Positif*. Yogyakarta: Titah Surga
- Seligman, M. E. P. (2005). *Authentic Happiness; Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Seligman, M. E. P. (2013). *Beyond Authentic Happiness; Menciptakan Kebahagiaan Sempurna dengan Psikologi Positif*. Bandung: Kaifa.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness ; Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.
- Sillik, Warren J, dkk. (2016). Religiosity and happiness: A comparison of the happiness levels between the religious and the nonreligious. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 4(1).
- Sofia, Lisda, dkk. (2018). Musik Tingkilan dalam Emotional Healing Therapy Sebagai Upaya Meningkatkan Authentic Happiness. *Jurnal Psikologi*, 7(1).
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta Bandung.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Suryadi, Bambang & Hayat, Bahrul. (2021). *RELIGIUSITAS Konsep, Pengukuran, dan Implementasi di Indonesia*. Jakarta: Bibliosmia.
- Syarafina, Z Kautsar, dkk. (2017). Hubungan Ketaatan Beribadah Dengan Kebahagiaan Lansia. *10(1)*.

- Tekke, Mustafa, dkk. (2018). Religious affect and personal happiness: A replication among Sunni students in Malaysia. *Journal of Muslim Mental Health, 11*(2).
- Thohir, M. Thaib. (1986). *Ilmu Kalam*. Jakarta: Widjaya.
- Wahidin. (2017). Spiritualitas dan Happiness pada Remaja Akhir serta Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research, 1*(1).
- Widiantoro, dkk. (2017). Hubungan Kontrol Diri dengan Kebahagiaan Santri Penghafal Al-Qur'an. *Jurnal Psikologi Integratif, 5*(1).



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A