

**PENGARUH KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI
(*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*) BERBASIS TAZKIYATUN
NAFZ TERHADAP PENGENDALIAN DIRI ANGGOTA
KARANG TARUNA DESA BALUN TURI LAMONGAN
SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Tugas Akhir Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata
Satu (S1) dalam Studi Ilmu Tasawuf Dan Psikoterapi



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Oleh:

Juma'Iyah Nur Wahidah

NIM : 07010621008

**PRODI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang Bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Juma'Iyah Nur Wahidah

NIM : 07010621008

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang merujuk sumbernya.

Surabaya, 10 juni 2025

Saya yang menyatakan,



Juma'Iyah Nur Wahidah
NIM. 07010621008

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Juma'Iyah Nur Wahidah telah disetujui untuk diujikan

Surabaya, 10 Juni 2025

Pembimbing



Dr. Nasrudin, S.Pd, S.Th.I, M.A.

NIP. 197308032009011005

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Juma'Iyah Nur Wahidah Ini Dipertahankan DiDepan Tim Penguji
Skripsi

Surabaya, 18 Juni 2025

Mengesahkan

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Ushuluddin dan Filsafat



Prof. H. Abdul Kadir Riyadi, Ph.D

NIP. 197008132005011003

Tim Penguji:

Penguji I,

Dr. Nasruddin, S.Pd, S.Th.I, M.A
NIP. 197308032009011005

Penguji II,

Dr. Ahmad Khoirul Fata, Mfil.I
NIP. 198104152011011012

Penguji III,

Latifah Anwar, M.Ag.
NIP. 198806182020122004

Penguji IV,

Feryani Umi Rosidah, S.Ag, M.Fil.I
NIP. 196902081996032003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Juma'Iyah Nur Wahidah
NIM : 07010621008
Fakultas/Jurusan : Fakultas Ushuluddin dan Filsafat / Tasawuf dan Psikoterapi
E-mail address : jumaiyahnurwahidah@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 :

Pengaruh Kesejahteraan Psikologis (PPsychological Well-Being) berbasis Tazkiyatun Nafz terhadap PPengendalian Diri
Karang Taruna Desa Balun Turi Lamongan

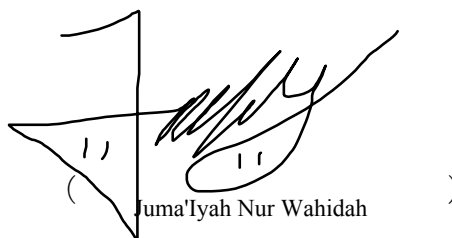
beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media 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, 25 Juni 2025

Penulis



(Juma'Iyah Nur Wahidah)

ABSTRAK

Juma'Iyah Nur Wahidah, 07010621008 “Pengaruh Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*) Berbasis *Tazkiyatun Nafz* Terhadap Pengendalian Diri Anggota Karang Taruna Desa Balun Turi Lamongan”. Tasawuf dan Psikoterapi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh kesejahteraan psikologi (*psychological well-being*) terhadap pengendalian diri anggota karang taruna Desa Balun Turi, Lamongan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan skala Ryff Psychological well-being (RPWBS). Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara kesejahteraan psikologi dengan pengendalian diri. anggota dengan RPWBS psikologi yang tinggi, seperti ARM dan NFS, menunjukkan kemampuan dalam mengelola serta meningkatkan kesejahteraan psikologi yang dimilikinya, serta mampu meningkatkan kemampuan pengendalian diri dengan baik. Sebaliknya, anggota karang taruna dengan RPWBS lebih rendah cenderung menunjukkan kurang baik dalam mengelola kesejahteraan hidupnya dengan baik dan pengendalian dirinya. Kesimpulannya, ketika memiliki kesejahteraan psikologi yang dikelola dengan baik dan stabil akan menghadirkan kemampuan dalam pengendalian dirinya. Dengan demikian, Kesejahteraan psikologi (*psychological well-being*) berperan penting dalam meningkatkan kemampuan pengendalian diri anggota karang taruna Desa Balun Turi Lamongan.

Kata Kunci : Remaja, Karang Taruna, Kesejahteraan Psikologi, *Tazkiyatun Nafz*, Pengendalian diri

ABSTRAK

Juma'Iyah Nur Wahidah, 07010621008 "The Influence of Psychological Well-Being Based on Tazkiyatun Nafz on Self-Control of Karang Taruna Members in Balun Turi Village, Lamongan". Sufism and Psychotherapy, Sunan Ampel State Islamic University, Surabaya.

This study aims to determine the influence of psychological well-being on self-control of Karang Taruna members in Balun Turi Village, Lamongan. The method used in this study is quantitative using the Ryff Psychological well-being (RPWBS) scale. The results of the study showed a significant influence between psychological well-being and self-control. Members with high psychological RPWBS, such as ARM and NFS, showed the ability to manage and improve their psychological well-being, and were able to improve their self-control abilities well. Conversely, members of Karang Taruna with lower RPWBS tended to show less good at managing their life well-being and self-control. In conclusion, when having psychological well-being that is well-managed and stable will present the ability to control themselves. Thus, psychological well-being plays an important role in improving the self-control ability of Karang Taruna members in Balun Turi Village, Lamongan.

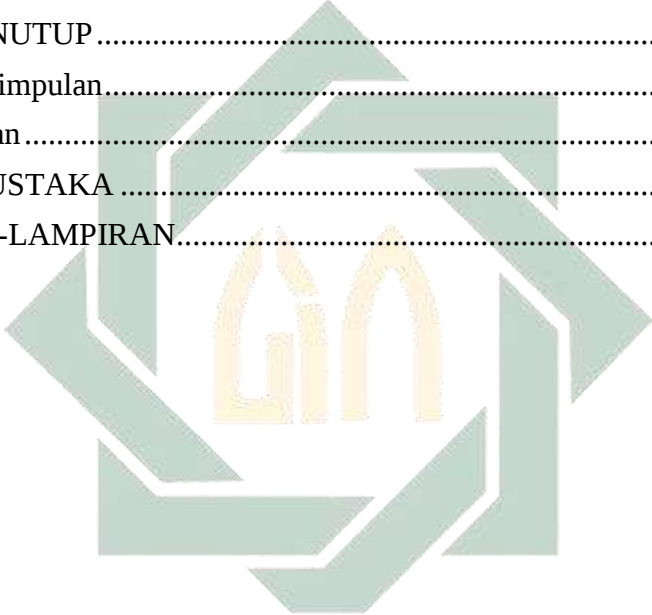
Keywords: Adolescents, Karang Taruna, Psychological Well-being, *Tazkiyatun Nafz*, Self-control

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

SAMPUL	i
HALAMAN SAMPUL	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRAK	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
PENGESAHAN SKRIPSI.....	vi
PERNYATAAN KEASLIAN.....	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Penelitian Terdahulu.....	7
F. Kebaharuan	14
G. Metode.....	14
H. Sistematika Pembahasan	20
BAB II : LANDASAN TEORI	22
A. Kesejahteraan Psikologi (Psychological Well-Being).....	22
B. Aspek Kesejahteraan Psikologi	24
C. Faktor Kesejahteraan Psikologi (<i>Psychological Well-Being</i>)	26
D. Tazkiyatun Nafz	27
E. Pengendalian Diri	31
F. Faktor Yang Mempengaruhi Pengendalin Diri	32
3. Aspek Pengendalian Diri.....	33
BAB III : PENYAJIAN DATA.....	36
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	36
B. Kesejahteraan Psikologi Anggota Karang Tarua Desa Balun.....	43
BAB IV : PEMBAHASAN.....	56

A. Analisis Pengendalian Diri Anggota Karang Taruna Desa Balun Sebelum Diterapkannya Pemenuhan Kesejahteraan Psikologi.....	56
B. Analisis Pengendalian Diri Anggota Karang Taruna Desa Balun Ketika Diterapkannya Pemenuhan Kesejahteraan Psikologi.....	60
C. Analisis Pengendalian Diri Anggota Karang Taruna Desa Balun Ketika Diterapkannya Pemenuhan Kesejahteraan Psikologi.....	66
BAB V : PENUTUP	70
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	76



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Struktur Kepengurusan Karang Taruna Desa Balun Turi Lamongan.....	42
Tabel 2 Tabel kategori Kesejahteraan Psikologi.....	44
Tabel 3 Kondisi kesejahteraan psikologi anggota karang taruna desa balun sebelum penerapan pemenuhan kesejahteraan psikologi	45
Tabel 4 Kondisi Kesejahteraan Psikologi Anggota Karang Taruna Desa Balun Ketika Penerapan Pemenuhan Kesejahteraan Psikologi	48
Tabel 5 Kesejahteraan Psikologi Responden 1	49
Tabel 6 Kesejahteraan Psikologi Responden 2	50
Tabel 7 Kesejahteraan Psikologi Responden 3	51
Tabel 8 Kesejahteraan Psikologi Responden 4	52
Tabel 9 Kondisi Kesejahteraan Psikologi Anggota Karang Taruna Desa Balun Setelah Penerapan Pemenuhan Kesejahteraan Psikologi	53
Tabel 10 Analissi Kondisi Kesejahteraan Psikologi Anggota Karang Taruna Desa Balun Sebelum Penerapan Pemenuhan Kesejahteraan Psikologi	57
Tabel 11 Analissi Kondisi Kesejahteraan Psikologi Anggota Karang Taruna Desa Balun Ketika Penerapan Pemenuhan Kesejahteraan Psikologi	61
Tabel 12 Analissi Kondisi Kesejahteraan Psikologi Anggota Karang Taruna Desa Balun Sebelum Penerapan Pemenuhan Kesejahteraan Psikologi	67

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abqorina. “well being berbasis tazkiyatun nafs (studi kasus di pondok pesantren darut tasbih kabupaten tangerang).” masterThesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2024.
<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/78640>.
- Afiyyah, Aulya Sholihatul, Budi Sarasati, dan Andreas Corsini Widya Nugraha. “Penerimaan Diri pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (Studi Kasus di Rumah Belajar Hamirah Kabupaten Bekasi),” t.t.
- Alaydrus, Ragwan Mohsen. “Membangun Kontrol Diri Remaja Melalui Pendekatan Islam Dan Neuroscience.” *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 22, no. 2 (1 Juli 2017): 15–27.
<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol22.iss2.art2>.
- “Baumeister, Forster dan Vohs pengendalian diri - Penelusuran Google.” Diakses 5 Juni 2025. h
- “Dalam penelitian eksperimen, peneliti melakukan manipulasi terhadap satu variabel (variabel independen) untuk mengetahui respon dari suatu perlakuan tertentu dapat memberikan perubahan yang signifikan terhadap variabel yang sedang diteliti (variabel dependen). - Penelusuran Google.” Diakses 5 Juni 2025.
- Deviana, Mimi, Tri Umari, dan Khairiyah Khadijah. “Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja,” t.t.
- George, Tegan. “What Is Participant Observation? | Definition & Examples.” *Scribbr* (blog), 10 Maret 2023.
<https://www.scribbr.com/methodology/participant-observation/>.
- “Hubungan kontrol diri dengan subjective well being remaja etnis Minangkabau | Agustin | Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia.” Diakses 5 Juni 2025. <https://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/980>.
- “Hubungan Stres dan Kesejahteraan (Well-being) dengan Moderasi Kebersyukuran | Manita | Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP).” Diakses 5 Juni 2025. <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajop/article/view/50121>.
- <http://digilib.uinsa.ac.id/> <http://digilib.uinsa.ac.id/> <http://digilib.uinsa.ac.id/>

- “jurnal pengendalian diri goldfried - Penelusuran Google.” Diakses 5 Juni 2025.
- “jurnal pengertian well being - Penelusuran Google.” Diakses 3 Desember 2024. h
- “jurnal tentang pengertian karang taruna - Penelusuran Google.” Diakses 5 Juni 2025.
- “Kesejahteraan Psikologis Ditinjau Dari Ketidakamanan Kerja Pada Karyawan Kontrak PT. Bank Rakyat Indonesia, Tbk Cabang Medan Thamrin | Lisa | Psikostudia : Jurnal Psikologi.” Diakses 5 Juni 2025. <https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/PSIKO/article/view/3590/0>.
- “Konsep Pemikiran Tazkiyatun Nafs oleh Ibnu Taimiyah dan Relevansinya dengan Pendidikan Karakter | Spiritualita.” Diakses 5 Juni 2025. <https://jurnalfuda.iainkediri.ac.id/index.php/spiritualita/article/view/2316>.
- “konsep tazkiyatun nafs abdul qasim - Penelusuran Google.” Diakses 5 Juni 2025.
- “Observasi Adalah: Pengertian, Tujuan, Ciri, Jenis, Contoh.” Diakses 5 Juni 2025. <https://info.populix.co/articles/observasi-adalah/>.
- Pedhu, Yoseph. “Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara.” *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 10, no. 1 (15 Juni 2022): 65. <https://doi.org/10.29210/162200>.
- “Pembinaan karang taruna diatur dalam Permensos 83/HUK/2005 tentang pedoman dasar karang taruna. Menurut tujuan dari karang taruna adalah - Penelusuran Google.” Diakses 5 Juni 2025.
- “Pengaruh Kemampuan Pengendalian Diri dan Keterampilan Sosial Terhadap Kecerdasan Emosional (Studi kasus pada Yayasan Assa’adah Al-Masduki) | Effendi | Business Management and Entrepreneurship Journal.” Diakses 5 Juni 2025. <https://jurnal.unigal.ac.id/bmej/article/view/4595>.
- “PENGERTIAN KARANG TARUNA.” Diakses 5 Juni 2025. <https://pandansari.semarangkota.go.id/pengertian-karang-taruna>.
- “Pentingnya Psychological Well Being di Masa Pandemi Covid 19.” *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman* 8, no. 02 (2020): 221–32. <https://doi.org/10.52185/kariman.v8i02.149>.

- Putri, Dievya Nurill Saghita Sahadi, Laskha Shakiera, Haris Nur Aziz, dan Fahma Mutia Wardah. "Psychological Well-Being: Penerimaan Diri Dan Penguasaan Lingkungan, Mengenali Mindfulness Dari Sikap Negatif Ke Surplus Sikap Positif Hidup." *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)* 3, no. 2 (25 Desember 2023): 416–25. <https://doi.org/10.18860/jips.v3i2.19427>.
- Putro, Khamim Zarkasih. "Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja" 17, no. 1 (2017).
- "remaja dalam masa transisi perlu peran orang tua dan lingkungan - Penelusuran Google." Diakses 8 Mei 2025. /168/161.
- "SKRIPSI HAKAM RAHMATULLOH FIXXXX.pdf." Diakses 5 Juni 2025. <https://digilib.uinkhas.ac.id/12296/1/SKRIPSI%20HAKAM%20RAHMA%20TULLOH%20FIXXXX.pdf>.
- Suryana, Ermis, Amrina Ika Hasdikurniati, Ayu Alawiya Harmayanti, dan Kasinyo Harto. "PERKEMBANGAN REMAJA AWAL, MENENGAH DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PENDIDIKAN." *Jurnal Ilmiah Mandala Education* 8, no. 3 (3 Agustus 2022). <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>.
- "Teknik Purposive Sampling: Definisi, Tujuan, dan Syarat." Diakses 5 Juni 2025. <https://www.sampoernauniversity.ac.id/id/news/purposive-sampling-adalah>.
- "wawancara dalam penelitian adalah - Penelusuran Google." Diakses 5 Juni 2025. wUSATEgQPEF6_EqWdx3qZ-
- Zhao, Guojun, Fusen Xie, Yuchen Luo, Yixuan Liu, Yuan Chong, Qi Zhang, dan Wenjie Wang. "Effects of Self-Control on Subjective Well-Being: Examining the Moderating Role of Trait and State Motivation." *Frontiers in Psychology* 12 (10 Januari 2022): 774148. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.774148>.