

SKRIPSI

HUBUNGAN TAWADHU DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA GURU YANG MENGAJAR DI SEKOLAH BERBASIS ISLAM DI SIAK SRI INDRAPURA

*Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Mendapatkan Derajat Sarjana
Psikologi*



Disusun Oleh :

TRI PUTRI ISLAMIANA

NPM : 168110186

**FAKULTAS PSIKOLOGI
JURUSAN ILMU PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU
2020**

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN TAWADHU DENGAN PSYCHOLOGICAL
WELL-BEING PADA GURU YANG MENGAJAR DI
SEKOLAH BERBASIS ISLAM DI SIAK SRI INDRAPURA

TRI PUTRI ISLAMIANA
168110186

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada Tanggal
03 September 2020

DEWAN PENGUJI

Ahmad Hidayat, S.Psi., S.Th.I., M.Psi., Psikolog

Yulia Herawati, S.Psi., MA.

Juliarni Siregar, S.Psi., M.Psi., Psikolog

TANDA TANGAN



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Sarjana Psikologi

Pekanbaru, 23 Desember 2020

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



Yanwar Arief, M.Psi Psikolog

PERSEMBAHAN

...Atas izin Allah SWT...

Kupersembahkan karya ini untuk :

Kedua orang tua ku terhebat yang selalu mendoakan ku serta selalu berusaha memberikan yang terbaik untuk anaknya, kini tiba saatnya saya

“Tri Putri Islamiana”

Mempersembahkan hasil kerja keras saya untuk ayah dan ibu tercinta :

DELIANA & MARIDIN

Salam dari anakmu, yang tak dapat berbuat apapun tanpa campur tangan Allah dan doa darimu.

Kasih dan sayang kalian tiada henti

Semoga dengan segala hasil kerja kerasku ini dapat membanggakan keluarga.

KATA PENGANTAR

Asslamualaikum, wr.wb

Alhamdulillah rabbil'alamin, segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat, karunia dan hidayahnya kepada penulis dan atas izin-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul '**Hubungan Tawadhu Dengan *Psychological Well-being* Pada Guru Yang Mengajar di Sekolah Berbasis Islam di Siak Sri Indrapura**'. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana program studi strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari bantuan pihak manapun baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi SH., MLC, selaku rektor Universitas Islam Riau
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi, M.Si selaku wakil dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku wakil dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
5. Ibu Yulia Herawaty, M.A selaku wakil dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi.,Psikolog selaku kepala Prodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah memberikan berbagai informasi dan masukan positif kepada penulis
7. Bapak Didik Widiatoro selaku sekretaris prodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
8. Bapak Ahmad Hidayat, M.Psi., Psikolog sebagai pembimbing yang telah memberikan banyak ilmu dan juga semangat kepada peneliti demi terselesaikannya skripsi ini
9. Bapak/ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih atas ilmu yang diberikan selama ini kepada penulis, semoga jasa para bapak dan ibu dibalas oleh Allah SWT
10. Segenap pengurus karyawan TU Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Terimakasih atas bantuan dan pelayanan yang diberikan selama ini kepada penulis
11. Bapak Maridin dan ibu Deliana selaku orang tua penulis yang penulis cintai dan sayangi. Terimakasih telah memberikan segala bentuk usaha dan segala doa yang dicurahkan serta kasih sayang dan dorongan semangat kepada penulis sehingga penulis dapat sampai ke tahap ini

12. Terimakasih kepada kepala sekolah dan guru MI As-sidiqiyah Siak Sri Indrapura, MTsN Siak Sri Indrapura dan MAN 1 Siak Sri Indrapura yang telah memberikan izin penelitian kepada peneliti serta memberikan waktu luang dan dorongan semangat serta ilmu dan pengalaman yang bermanfaat mengenai dunia kerja kepada peneliti
13. Bapak Drs. Muharam, ibu Dra. Rasmida, ibu Asniwati serta abang, kakak dan adik-adik tercinta Dian Pauza, S.Sos, Yuspausi, S.Pd.I, M. Said Agil Al-Farouq dan Sri Mutya Ratu yang selalu meberikan dorongan, semangat, nasehat, serta kasih sayang yang tiada henti kepada peneliti ketika peneliti mulai merasakan sesuatu hal yang gagal. Terimakasih kasih atas kasih sayang dan rasa peduli yang diberikan kepada peneliti sampai saat ini
14. Sahabat ku Wiwin Cahyani Putri dan Ridhaka Wulan Dari. Terimakasih selama ini telah bersedia menjadi tempat peneliti untuk bertukar pikiran dan selalu meberikan semangat dan dorongan tiada henti yang diberi kepada peneliti hingga saat ini
15. Terimakasih kepada teman kuliah, Dian Ananda, Angel Mistia Yontri, Tania Melisa, Annisha Novalya Dewi, Welly Iskandar, Elsa Lividia Azroom, Mira Athila Dayanti, Fachrorozi, M Arief Sukma, Afrianda, Aulia Oktavianti, Rahmi Agustiarini, Allatifu Iing Patriamin, Nani Nadila, Evi Idriyani, Rika Pratiwi, Khairunnisa Afrilita, Faramia Karunia Asmed, yang selalu memberikan motivasi dan selalu bersedia menjadi teman diskusi peneliti

16. Kepada seluruh teman-teman angkatan 2016 dan kelas B yang tidak bisa di sebutkan satu persatu. Terimakasih untuk kebersamaan dan rasa kekeluargaan selama ini
17. Kepada abang Herman, kakak Kusma Sugewi sebagai tempat bercerita dan bertukar pikiran, adik Novita Apriyantika dan Dila Fadhilah dan ponakan Raihan dan Rafa. Terimakasih atas semangat, dorongan, rasa peduli dan nasehat yang selalu diberikan kepada peneliti hingga saat ini
18. Kepada teman ku Rahmi Aulia dan Putri Handayani terimakasih telah memberikan masukan yang positif kepada penulis
19. Kepada anggota sanggar senam ku, Kak Mesra Rahmi, ante Nelly Nst, Ante Ria, Mama Laura, Kak Febbi, Kak Ira, Kak Wiwid, Kak Lisa, Mermaid (Gewi), Mumu dan anggota lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih atas keceriaan dan rasa kekeluargaan selama ini yang diberikan kepada peneliti, bersedia menghibur serta memotivasi peneliti, semoga keceriaan ini selalu ada sampai kapanpun.
20. Kepada semua pihak yang telah bersedia membantu proses penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Penulis mengucapkan ribuan kata terimakasih atas bantuan, dukungan dan motivasi yang telah diberikan kepada peneliti. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata kesempurnaa, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang positif demi kesempurnaan skripsi ini.

Pekanbaru, Agustus 2020

Tri Putri Islamiana



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

MOTTO

Apapun yang terjadi tetaplah menjadi diri sendiri, jangan menentang keadaan yang ada, berusaha semaksimal mungkin, restu orang tua begitu penting dan jadikan Allah SWT sebagai tempat utama bergantung dan berkeluh kesah, karena semua yang terjadi dalam hidup ini datang dari Allah SWT dan kembali kepada Allah SWT.

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	
HALAMAN PERNYATAAN	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	14
1.3 Tujuan Penelitian	14
1.4 Manfaat Penelitian	14
A. Manfaat Teoritis.....	14
B. Manfaat Praktis	15
1. Bagi Mahasiswa	15
2. Bagi Guru.....	15
BAB II LANDASAN TEORI	16
2.1 Tawadhu	16
2.1.1 Aspek Tawadhu.....	18
2.2 Psychological Well Being	23
2.2.1 Aspek-aspek <i>Psychological Well Being</i>	25
2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well Being</i>	27
2.3 Dinamika Psikologis	28

2.4 Kerangka Berpikir.....	33
2.5 Hipotesis.....	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
3.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	35
3.2 Defenisi Operasional.....	35
3.2.1 <i>Psychological Well Being</i>	35
3.2.2 Tawadhu.....	36
3.3 Subjek Penelitian.....	36
3.3.1 Populasi Penelitian.....	36
3.3.2 Sampel Penelitian.....	37
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	38
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	39
3.4.1 Skala Tawadhu.....	40
3.4.2 Skala <i>Psychological Well Being</i>	41
3.5 Validitas dan Realibilitas.....	42
3.5.1 Validitas.....	42
3.5.2 Realibilitas.....	42
3.6 Metode Analisis Data.....	43
3.6.1 Uji Asumsi.....	44
1. Uji Normalitas.....	44
2. Uji Linearitas.....	44
3. Uji Hipotesis.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45

4.1	Persiapan Penelitian	45
4.1.1	Proses Perizinan.....	45
4.1.2	Pelaksanaan Uji Coba.....	46
4.1.3	Hasil Uji Coba	46
a.	Tawadhu.....	47
b.	<i>Psychological Well Being</i>	48
4.2	Pelaksanaan Penelitian.....	49
4.3	Hasil Analisis Data.....	50
4.3.1	Data Demografi.....	50
4.3.2	Deskripsi Data Penelitian.....	50
4.4	Uji Asumsi	53
1.	Uji Normalitas.....	53
2.	Uji Linearitas	54
4.5	Uji Hipotesis	55
4.6	Pembahasan.....	57
BAB V	PENUTUP.....	61
A.	Kesimpulan	61
B.	Saran.....	61
1.	Untuk Guru-Guru Yang Mengajar Di Sekolah Berbasis Islam	61
2.	Untuk Peneliti	62

Daftar Pustaka

**HUBUNGAN TAWADHU DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
PADA GURU YANG MENGAJAR DI SEKOLAH BERBASIS ISLAM DI**

SIAK SRI INDRAPURA

TRI PUTRI ISLAMIANA

168110186

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRAK

Psikologi islam sangat menarik untuk dikaji, salah satunya adalah sifat tawadhu. Tawadhu merupakan sifat rendah hati. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tawadhu dengan *Psychological Well-being* pada guru yang mengajar di sekolah berbasis islam. Sampel dari penelitian ini yaitu guru yang mengajar di sekolah berbasis islam di Siak Sri Indrapura sebanyak 150 orang. Proses pengumpulan data menggunakan skala tawadhu yang dikembangkan oleh peneliti sendiri dan skala *Psychological Well-being* yang dikembangkan oleh Carol Ryff (1989) dan sudah diadaptasi oleh Tengku Nila Fadhlia . Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu simple random sampling dengan jumlah subjek 105 orang. Sedangkan analisa statistik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan SPSS versi 22.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara tawadhu dengan *Psychological Well Being* dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai korelasi yang diperoleh yaitu sebesar (R) 0,555. Adapun nilai kontribusi yang diberikan yaitu R^2 0,308 yang berarti 30,8 %. Hal ini menunjukkan bahwa besar hubungan tawadhu dengan *Psychological Well-being* pada guru yang mengajar di sekolah berbasis islam di Siak Sri Indrapura yaitu sebesar 30,8 %. Berdasarkan hal tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci : Tawadhu, *Psychological Well-being*

**TAWADHU RELATIONSHIP WITH PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF
TEACHERS TEACHING ISLAMIC-BASED SCHOOLS IN SIAK SRI
INDRAPURA**

TRI PUTRI ISLAMIANA
168110186

**FACULTY OF PSYCHOLOGY
ISLAMIC UNIVERSITY OF RIAU**

ABSTRACT

Islamic psychology is very interesting to study, one of which is the nature of tawadhu. Tawadhu is a quality of humility. This study aims to determine the relationship between tawadhu and Psychological Well-being in teachers who teach Islamic-based schools. The sample of this study is 150 teachers who teach Islamic-based schools in Siak Sri Indrapura. The data collection process uses the tawadhu scale developed by the researcher himself and the Psychological Well-being scale developed by Carol Ryff (1989) and has been adapted by Tengku Nila Fadhlia. The sampling technique used in this study was simple random sampling with 105 subjects. While the statistical analysis used in this study is using SPSS version 22.0 for windows. The results showed that there was a significant positive relationship between tawadhu and Psychological Well Being with a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$) and the correlation value obtained was (R) 0.555. The contribution value given is R^2 0.308, which means 30.8%. This shows that the size of the relationship between tawadhu and Psychological Well-being in teachers who teach Islamic-based schools in Siak Sri Indrapura is 30.8%. Based on this, the hypothesis in this study is accepted.

Keywords : Tawadhu, Psychological Well-Being

علاقة التواضع مع النفسية الرفاهية لمعلمي الذين يعلّمون في المدارس المستند إلى الإسلام في سيّاك سري إندرافورا

تري بوتري إسلاميانا

168110186

كلية علم النفس

الجامعة الإسلامية الرياوية

الملخص

علم النفس الإسلامية هي مثيرة جدا للاهتمام للدراسة، واحدة منها هي طبيعة التواضع. التواضع صفة من صفة عفيفة. يهدف هذا البحث إلى علاقة التواضع مع النفسية الرفاهية لمعلمي الذين يعلّمون في المدارس المستند إلى الإسلام. عينة هذا البحث هي 150 معلّمًا يقومون بتدريس مدارس إسلامية في سيّاك سري إندرابورا. تستخدم عملية جمع البيانات مقياس التواضع الذي طوره الباحث نفسه ومقياس الرفاه النفسي الذي طوره كارول ريف (1989) وتم تكييفه بواسطة تينكو نيلا فاضلة. كانت تقنية أخذ العينات المستخدمة في هذا البحث هي أخذ عينات عشوائية بسيطة من 105 شخص. بينما التحليل الإحصائي المستخدم في هذا البحث يستخدم برنامج الإحصاء للعلوم الاجتماعية الإصدار 0,22 لنظام الوندوش. أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة معنوية بين التواضع والرفاهية النفسية بقيمة $b = 0,000$ ($b > 0,05$) وقيمة الارتباط التي تم الحصول عليها (ر) 0,555. قيمة مساهمة بالنظر إلى أن $r^2 = 0,308$ ، وهو ما يعني 8,30%. وهذا يدل على أن حجم العلاقة بين التواضع والرفاهية النفسية في المعلمين الذين يقومون بتدريس المدارس الإسلامية في سيّاك سري إندرابورا هو 8,30%. بناءً على ذلك، تم قبول الفرضية في هذا البحث.

الكلمات الرئيسية: التواضع، الرفاهية النفسية

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

Setiap manusia atau individu berhak untuk mendapatkan kebahagiaan hidup. Menurut Diener (2009), kebahagiaan merupakan sesuatu yang dinilai sebagai komponen kehidupan yang baik. Seseorang yang memiliki rasa kebahagiaan yang tinggi akan selalu berfikir positif dan optimis pada tujuan hidupnya sehingga berdampak pada kesejahteraan psikologisnya. Kesejahteraan psikologis yang biasa disebut *Psychological wellbeing* adalah suatu keadaan yang menggambarkan individu dalam memfungsikan dan mengarahkan cara berfikir dalam rangka mengoptimalkan potensi yang positif dalam diri yang dimiliki untuk menjalani kehidupannya (Diener, 2009). Hal ini yang akan menjadi dasar bahwa setiap manusia membutuhkan kesejahteraan psikologis di dalam dirinya, tidak terkecuali juga pada seorang guru.

Penelitian yang dilakukan oleh Bordbar (2011) bahwa seseorang yang memiliki *psychological well-being* yang baik cenderung terhindar dari depresi dan stress sehingga orang tersebut dapat mengembangkan kemampuannya lebih optimal di lingkungannya. Hal yang sama diteliti juga oleh Jannah (2014) menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan menurunkan tingkat stress yang dimiliki dan akan terhindar dari depresi. Ryff (1989) berpendapat bahwa

tanda-tanda dari *Psychological Well-being* yang tinggi yaitu terhindar dari tekanan dan masalah psikologis, adanya nilai positif terhadap diri sendiri, mampu bertindak secara mandiri dan tidak hanyut dengan pengaruh lingkungannya tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang mempunyai *Psychological wellbeing* yang tinggi yaitu, rendahnya tingkat stress, terhindar dari depresi, mempunyai performasi akademik yang baik dan terhindar dari permasalahan-permasalahan psikologis lainnya. Jika seorang sudah mempunyai tingkat kesejahteraan psikologis tinggi maka akan memudahkannya dalam segala segi terutama dalam hal bekerja. Pekerjaan mendefenisikan bahwa individu secara mendasar (Hudson, 2008). Pekerjaan dapat mempengaruhi kondisi finansial, kondisi dan lokasi rumah, bagaimana cara untuk meluangkan waktu, sahabat-sahabat dan kesehatan yang dimiliki (Hudson,2009). Beberapa individu dapat memperoleh identitasnya melalui pekerjaan. Pekerjaan mampu menciptakan suatu struktur dan ritme dalam hidup individu yang sering kali hilang jika individu tidak bekerja selama periode waktu tertentu. Ada banyak individu yang mengalami stress emosi dan rendah diri karena tidak mampu bekerja.

Tingkat *Psychological well-being* seseorang berkaitan dengan tingkat pemfungsian positif yang terjadi dalam hidup seseorang tersebut (Ryff, 1989). Dengan kata lain *Psychological well-being* berkaitan dengan *Psychological functioning* atau kemampuan berfungsi secara psikologis

orang tersebut dalam menjalankan kehidupannya. Ketika individu memiliki *Psychological wellbeing* yang baik maka seseorang itu akan mampu berfungsi secara psikologis dengan baik. Dengan demikian, akan mampu optimal dalam bekerja sebagai bentuk tanggung jawab seorang individu serta memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, dapat berpegang pada keyakinannya, dapat menangani lingkungan sekitarnya, dan secara umum seseorang itu mampu menjadi manusia yang lebih baik dalam hidupnya. Apabila hal ini sudah ada dalam diri individu tersebut dan dispesifikasikan dengan dunia pekerjaan, maka tingkat *Psychological wellbeing* yang dimiliki oleh individu tersebut akan berguna dan memiliki komitmen individu, produktivitas kerja individu, target-target dalam pekerjaan, hubungan dengan rekan kerja, serta penguasaan lingkungan kerja (Horn, 2004).

Secara umum, individu yang memiliki *Psychological wellbeing* yang tinggi adalah individu yang mendapatkan dukungan sosial yang baik, lingkungan yang positif, tingkat spiritual yang tinggi mempunyai penghasilan yang tinggi dan berada pada tingkatan social yang baik (Richter, 2006; Grossbaum & Bates, 2002) Mengetahui keadaan *Psychological wellbeing* dari para guru sangat penting. Guru yang memiliki *Psychological wellbeing* yang tinggi akan memiliki kemampuan untuk berfungsi secara penuh sebagai seorang individu. Dengan mengetahui *Psychological wellbeing* para guru tersebut, maka dapat dilakukan tindak lanjut maupun mempertahankan kondisi *Psychological*

wellbeing para guru tersebut, agar menjadi salah satu tolak ukur tercapainya tujuan dari pendidikan.

Menjadi seorang guru merupakan profesi yang paling mulia. Guru merupakan fasilitator untuk mencerdaskan kehidupan bangsa serta menentukan nasib bangsa dan Negara kedepannya. Dialah yang diharapkan mampu membentuk kepribadian, karakter, moralitas dan kapabilitas intelektual muda yang ada dalam bangsa dan Negara tersebut. Dalam sebuah proses pendidikan, guru merupakan salah satu komponen yang sangat penting, selain komponen lainnya seperti tujuan pendidikan, kurikulum yang digunakan, metode pembelajaran, sarana dan prasarana, serta lingkungan sekolah. Guru dianggap paling penting karena guru tersebut yang memahami, mendalami, melaksanakan dan mencapai tujuan pembelajaran.

Seorang guru harus mempunyai kesabaran yang tinggi dalam mendidik dan mengajar anak muridnya. Karena kesabaran merupakan modal utama bagi seorang guru dalam hal layanan pendidikan. Untuk menjadi seorang guru bukanlah suatu hal yang mudah, banyak hal yang harus dikuasai oleh seorang guru demi tercapainya tujuan dari pembelajaran yang telah ditetapkan sebelum proses pembelajaran dilaksanakan. Tugas seorang guru tidak hanya mengajar mengenai pelajaran, akan tetapi guru juga membentuk karakter anak didik agar menjadi lebih baik sesuai dengan visi dan misi yang telah ditetapkan oleh sekolah tersebut guna untuk menghadapi perkembangan zaman

kedepannya. Seorang guru juga harus mempunyai moral yang baik, sebab anak didik akan menjadikan guru sebagai cerminan atau contoh bagi anak didiknya (Ulfiatul,2018).

Guru atau tenaga pendidik harus bisa memberikan santapan jiwa dengan ilmu, pembinaan akhlak yang mulia, mempunyai kesabaran dan manajemen waktu yang baik. Oleh sebab itu, guru atau tenaga pendidik diletakkan di kedudukan yang tinggi, sesuai dengan hadist dari nabi Muhammad SAW, *“tinta seorang ilmuwan (ulama) lebih berharga ketimbang darah para syuhada”*. Guru mempunyai tanggung jawab yang berat baik di dunia maupun diakhirat. Seorang guru harus bisa menjadi panutan bagi anak didiknya baik secara lahir maupun bathin dan juga guru wajib mengamalkan ilmu yang dimiliki dan diajarinya, tidak boleh mendustakan ucapannya, lahiriah tidak boleh bertentangan dengan bathinnya, semua harus seimbang dan berjalan lurus. Guru merupakan orang yang pertama melakukan apa yang telah diajarkan kepada anak didiknya maupun orang lain dan meninggalkan apa yang dilarangnya. Dengan hal tersebut, perubahan yang baik untuk generasi suatu bangsa akan tercapai (Mulia,2011)

Berdasarkan hasil wawancara singkat antara peneliti dengan kepala sekolah MTsN 1 Siak Sri Indrapura, ibu Dra. Rasmida, ia mengungkapkan bahwa banyak guru yang mengeluh dengan menggunakan system *full day*. Guru terkadang kehilangan kesabaran dalam mendidik anak didik, tidak bisa mengontrol emosi sehingga menyebabkan hilangnya hubungan positif

anantara sesama guru, kurang mampu mengelola keadaan, apalagi ketika mau dilaksanakan ujian, semua guru sibuk mempersiapkannya terkadang guru kurang bisa menangani lingkungan yang ada.

Kemudian selain itu, Guru yang diharapkan memiliki dedikasi tinggi dalam setiap pekerjaannya dalam beberapa kali saat peneliti melakukan observasi beberapa guru lebih cepat pulang kerumah dengan alasan bahwa tidak ada kerjaan di sekolah padahal pada saat itu tepat jam 01.00 akan di adakan rapat mengenai kinerja guru sekolah. Hal tersebut tentunya akan berdampak pada nama baik sekolah.

Oleh karena itu bagi umat islam, keteladanan yang paling baik dan utama yaitu ada pada diri Rasulullah SAW, sebagaimana difirmankan Allah SWT didalam surat Al-Ahzab ayat 21 yang artinya : “ *sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri tauladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah* ” (QS. Al-Ahzab ayat 21).

Rasulullah mempunyai kepribadian yang sangat terpuji dan menjadi suri tauladan bagi semua umat dan harus dicontoh oleh siapapun, apalagi oleh seorang guru atau tenaga pendidik. Suri tauladannya apabila kita lakukan akan mengantarkan kita kepada keselamatan dan kesejahteraan baik hidup di dunia maupu hidup di akhirat. Seorang guru hendaknya mempunyai sifat yang sama dengan Rasulullah SAW selaku tenaga pendidik yang mengajar seseorang dari tidak tahu menjadi tahu, agar tujuan pendidikan tersebut dapat tercapai sesuai aturan islam.

Meskipun kita tidak bisa persis sama dengan Rasulullah SAW, akan tetapi sikap dan sifat Rasulullah tersebut dapat dijadikan contoh dalam dunia pendidikan guna untuk membentuk karakter anak bangsa (Bunga, 2012).

Dapat dilihat secara bersama, sejauh mana guru dapat memberikan teladan kepada anak didiknya, sejauh itu pula keberhasilan yang diperoleh oleh guru dalam hal mendidik. Keberhasilan dalam hal mendidik sangat dipengaruhi juga oleh professional yang dimiliki oleh seorang tenaga didik. Guru yang professional bukan hanya guru yang dapat mendidik anak murid saja akan tetapi diiringi dengan akhlak mulia yang akan dicontohkan oleh anak didiknya nanti serta mempunyai sifat sabar yang tinggi dan juga sifat rendah hati (Khaid,20011). Dalam pandangan islam, seorang guru haruslah seorang yang bertaqwa yaitu harus beriman, berakhlak yang baik, sehingga tidak bisa saja untuk mengajar akan tetapi juga mendidik. Karena mendidik dengan keteladanan akan lebih susah dibandingkan mendidik dengan perkataan, akan tetapi hasil yang diperoleh pun juga akan berbeda (Khaid,20011).

Oleh sebab itu, guru harus bisa memahami sifat atau karakter muridnya. Karena guru akan menjadi teman belajar yang cukup lama bagi anak didikannya, tergantung jenjangnya. Seperti orang tua dirumah, guru harus menguasai sifat, kemampuan, ciri fisik, kelebihan dan kelemahan yang dimiliki oleh anak didikannya. Guru sebaiknya meluangkan waktu untuk menguasai hal tersebut dengan tujuan supaya ada pendekatan yang

baik antara guru dengan anak murid, baik pendekatan secara fisik, social, spiritual, emosional dan intelektualnya.

Apabila sudah terjalin ikatan yang positif antara guru dengan anak murid, tentu merupakan peluang yang signifikan demi tercapainya tujuan dari pendidikan. Sebenarnya tidak ada hal yang tidak diinginkan seperti guru yang berkata kasar dengan anak didiknya maupun anak didik yang memukul gurunya. Hal tersebut terjadi karena kurangnya keharmonisan antara guru dengan muridnya, sehingga hal-hal negatif yang dilarang oleh agama terjadi.

Sifat tawadhu atau rendah hati juga memudahkan individu untuk memaafkan orang lain yang menyakiti diri individu tersebut (Nashori, 2016). Orang yang memiliki sifat tawadhu akan lebih mudah membuka diri dalam berbagai hal. Selain itu, dengan kerendahan hati seseorang lebih mudah memahami masalah yang terjadi. Apabila masalah dapat dipahami dengan sebaik-baiknya, maka pemaafan juga akan mudah diberikan kepada orang yang menyakiti. Sifat tawadhu atau merasa rendah hati harus ditanamkan oleh seorang tenaga pendidik di hatinya. Meskipun mempunyai gelar yang tinggi, akan tetapi itu semua tidak ada artinya di mata Allah SWT jika manusia tersebut sombong, merasa dirinya yang paling benar dan sering takabur. Secara istilah tawadhu adalah menampakkan atau memunculkan kerendahan hati kepada sesuatu yang diagungkan. Bahkan, ada juga yang mengartikan tawadhu sebagai tindakan yang mengagungkan orang karena keutamaannya dan menerima kebenarannya (Cardak, 2013).

Tawadhu menurut Al-Ghozali (2012) yaitu mengeluarkan kedudukanmu dan menganggap orang lain lebih utama dari pada kita. Tawadhu menurut Ahmad Athoilah yaitu sesuatu yang timbul karena melihat dan merasakan kebesaran Allah, dan tersadarnya diri sendiri akan sifat-sifat Allah yang begitu mulia (dalam Karimi, 2012).

Begitu mulianya sifat tawadhu ini jika sudah melekat pada diri seorang pendidik, karena sifat tawadhu ini juga dimiliki oleh Rasulullah SAW dan di aplikasikan dalam kehidupannya. Beliau lebih mengutamakan orang lain, menyayangi yang kecil dan menghormati yang tua.

Khauf dan tawadhu merupakan dua sifat positif yang diperoleh oleh kaum sufi dan merupakan rahmat daripada Allah SWT. Keduanya menjadi inti daripada kepribadian manusia. Perasaan kahuf (takut) kepada Allah SWT yang dimiliki oleh sufi melebihi segalanya. Dia merasa khawatir atas amalannya diterima atau tidak. Lebih dari itu, khauf adalah tempat persinggahan hati dan menjadi pengawal hati menuju Tuhan nya, hasrat dan fikiran negatif dapat dibuang dalam menuju kebaikan dan aturan ilahi. Perasaan tawadhu (rendah hati) yang hadir dari sanubari seorang sufi mengalahkan kesombongan dan keangkuhan yang muncul daripada *nafs syaitanniyah*. Tawadhu sendiri adalah merupakan ketundukan terhadap kebenaran dan kekuasaan Allah SWT. Seorang sufi yang lari dari sifat tercela, seperti kembali pada ketawadhuan nya sehingga akan melahirkan integrasi diri, kelegaan dan ketentraman. (Khalid, 2011)

Sifat khauf ataupun tawadhu (kerendahan hati) secara metodelis dapat membentuk psikologi insaniah yang baik dan terpuji. Kehadiran dua sifat utama tersebut dan tinggal dalam diri seorang sufi, dapat membentuknya menjadi terhormat dimata zahir manusia dan dekat dengan tuhan (Shihab,2009) Apabila sifat khauf dan tawadhu melekat erat pada diri seorang sufi maka kedua-duanya dapat berfungsi *takhalli*, *tajalli*, dan *tahalli* yang membentuk metode pencegahan (preventive), pengobatan (curative), dan pembinaan (constructive).

Fungsi terapi khauf dan tawadhu dalam *takhali* menurut Dzakiyah Darajat, (1995) adalah mengeneipkan sifat-sifat yang berlawanan dengan kedua-duanya. Pupusnya sifat tercela angkuh dan sombong pada diri sufi dan kembali kepada fungsi *tajjal*, mengisinya dengan sifat khauf dan tawadhu akan mewujudkan rasa ketenangan, ketentraman dan sufi dengan khauf dan tawadhunya serta menjaga kondisinya yang baik dan positif, merupakan pembinaan yang dapat direalisasikan dengan amal saleh dan melakukan amalan-amalan utama dan baik (*Fadha'il al-'amal*). Proses terapi dalam hal ini menjadikan pasien itu senantiasa dalam khauf dan tawadhu dalam menjalani hidup seharinya

Jika tenaga pendidik maupun anak didiknya mudah untuk memaafkan, akan terjalin hubungan baik, maka tidak akan ada siapa yang merasa paling benar. Tenaga pendidik dan anak didik yang mempunyai fikiran terbuka dan mau mengakui kesalahannya. Tidak hanya kesalahan pada anak didik, kesalahan juga sering terjadi kepada tenaga didik, karena

guru hanyalah manusia biasa yang masih mempunyai kesalahan dan kebenaran hanya milik Allah semata. Semua harus menerima dengan berlapang dada, baik guru dan anak murid saling mengingatkan dan tidak ada yang merasa benar (Hepi, 2017).

Guru yang stress melihat tingkah laku anak muridnya, anak murid yang malas sekolah sehingga menurunnya prestasi belajarnya, guru yang tidak ramah maupun sombong, tidak adanya kedekatan antara anak murid dengan gurunya sehingga tidak terjalinnya hubungan harmonis dan kerukunan dan kedamaian antara guru dan siswa. Dengan adanya hal sedemikian rupa, tentu saja kesejahteraan psikologis guru maupun siswa terganggu. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan terhindar dari depresi dan menurunnya tingkat stress (Goldstein dalam Anggraeni, 2014).

Diener (2009) berpendapat kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan yang menggambarkan individu dalam memfungsikan dan mengarahkan cara berfikirnya dalam mengoptimalkan potensi positif yang dimiliki untuk menjalani kehidupannya. Hal ini yang mendasari bahwa setiap manusia membutuhkan kesejahteraan psikologis, tidak terkecuali guru atau tenaga pendidik.

Dalam usaha mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi, pastinya terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi antara lain dukungan sosial, status sosial ekonomi, relasi sosial, umur, jenis kelamin, status pernikahan, pekerjaan, pernikahan, kondisi masa lalu seseorang

terutama pola asuh keluarga, kesejahteraan ekonomi, pendidikan, kesehatan dan fungsi fisik serta kepercayaan dan emosi. Kerendahan hati tidak hanya menyiratkan penilaian akurat terhadap diri sendiri, Namun juga memerlukan nilai melupakan diri sendiri. Dalam proses menjadi “*unselved*” secara signifikan berpengaruh yang positif terhadap psikologis maupu fisik individu (Mirowsky & Ross, 2010).

Seperti yang digambarkan oleh As Baumeister (dalam Tangney, 2000) bahwa banyak keuntungan yang didapatkan dari usaha untuk melarikan diri (*escaping self*) maksudnya bahwa tidak terlalu fokus dengan nilai diri, yaitu merasa lega dengan hal-hal yang membebani diri dan keharusan untuk terlalu mempertahankan serangan dari diri sendiri. Bahkan dari perspektif kesehatan fisik, beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa fokus terhadap diri secara berlebihan akan beresiko terserang penyakit jantung koroner (Scherwitz & Canic dalam Tagney, 2000).

Adanya hubungan antara religiusitas yang termasuk juga di dalamnya yaitu sifat tawadhu dan *Psychological wellbeing* mendukung teori Ellison (Maulina, 2012) yang menemukan adanya korelasi antara religiusitas dengan *Psychological wellbeing*, dimana pada individu yang memiliki religiusitas yang sangat kuat, maka akan memiliki lebih tinggi *Psychological wellbeing* nya dan semakin sedikit pula hal negatif yang dirasakan terhadap suatu peristiwa traumatik dalam kehidupan. Penelitian lain yang mendukung hal ini yaitu dilakukan juga oleh Lovi nget dab

Spero (dalam Maulina, 2012) yang menjelaskan bahwa komitmen religiusitas memiliki hubungan dengan salah satu diantara dimensi *Psychological wellbeing* yaitu hubungan positif dengan orang lain. Semakin baik komitmen religius seseorang ataupun individu maka akan semakin baik pula tingkat hubungan dengan lingkungan sekitarnya karena dengan beragam aktivitas keagamaan mampu meningkatkan rasa solidaritas dengan berbagai orang maupun kelompok dan semakin mempererat hubungan kekeluargaan.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti kerendahan hati melalui konsep keislaman yaitu tawadhu, yang banyak disebut didalam Al Quran dan Hadits. Peneliti memberi judul penelitian ini yaitu **“Hubungan Tawadhu Dengan *Psychological Wellbeing* Pada Guru Yang Mengajar Disekolah Berbasis Islam Di Siak Sri Indrapura”**.

1.2 Rumusan Masalah

Terkait dengan kasus yang telah dijelaskan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada hubungan tawadhu dengan *Psychological wellbeing* pada guru yang mengajar disekolah yang berbasis islam.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara tawadhu dengan *psychological wellbeing* pada guru yang menagajr disekolah berbasis islam dan mengetahui besar sumbangan efektif dari variabel tawadhu terhadap *Psychological Well-being*.

1.4 Manfaat Penelitian

A. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah khasanah ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi pendidikan, psikologi Islam, psikologi positif, dan psikologi klinis dengan mengetahui hubungan keterkaitan antara tawadhu dan kesejahteraan psikologis pada guru dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya.

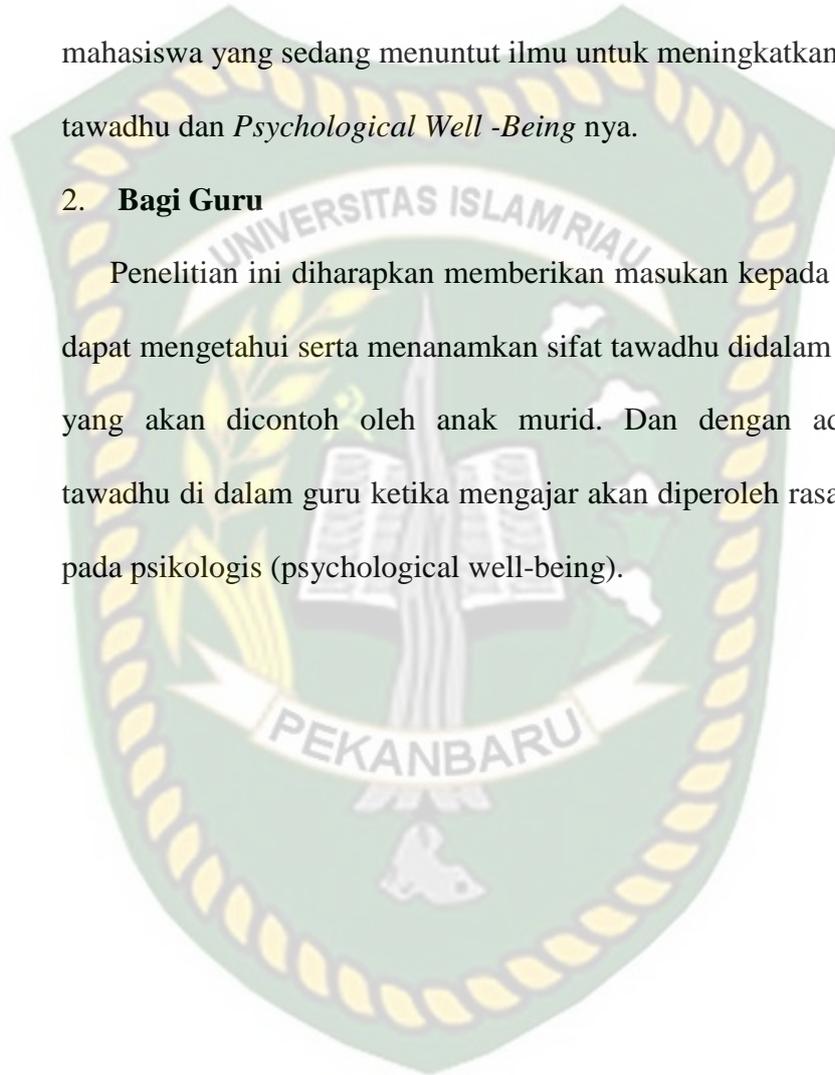
B. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Dari penelitian ini, diharapkan memberikan masukan kepada mahasiswa yang sedang menuntut ilmu untuk meningkatkan sifat tawadhu dan *Psychological Well -Being* nya.

2. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan memberikan masukan kepada guru untuk dapat mengetahui serta menanamkan sifat tawadhu didalam diri sendiri yang akan dicontoh oleh anak murid. Dan dengan adanya sifat tawadhu di dalam guru ketika mengajar akan diperoleh rasa sejahterah pada psikologis (*psychological well-being*).



BAB II

LANDASAN TEORI

2.1.Tawadhu

Kata tawadhu berasal dari kata wadh'a yang berarti merendahkan, serta juga berasal dari kata "ittadha'a" dengan arti merendahkan diri. Disamping itu, kata tawadhu juga diartikan dengan rendah terhadap sesuatu. Sedangkan secara istilah, tawadhu adalah menampakkan kerendahan hati kepada sesuatu yang diagungkan. Bahkan, ada juga yang mengartikan tawadhu sebagai tindakan berupa mengagungkan orang karena keutamaannya, menerima kebenaran dan seterusnya (dalam Karimi, 2012).

Pengertian tawadhu secara terminology yaitu rendah hati, lawan dari sombong atau takabur. Tawadhu menurut Al-Ghozali yaitu mengeluarkan kedudukanmu dan menganggap orang lain lebih utama daripada kita. Sementara tawadhu menurut Ahmad Athoilah hakekat tawadhu itu adalah sesuatu yang timbul karena melihat dan merasakan kebesaran Allah, dan tersadarnya diri sendiri akan sifat-sifat Allah yang begitu mulia (dalam Karimi, 2012)

Sedangkan secara istilah, tawadhu adalah menampakkan atau memunculkan kerendahan hati kepada sesuatu yang diagungkan. Bahkan, ada juga yang mengartikan tawadhu sebagai tindakan yang mengagungkan orang karena keutamaannya dan menerima kebenarannya. Tawadhu' menurut Al-Ghozali (2012) adalah mengeluarkan kedudukanmu atau kita

dan menganggap orang lain lebih utama dari pada kita. Tawadhu' menurut Ahmad Athoilah hakekat tawadhu' itu adalah sesuatu yang timbul karena melihat dan takjub akan kebesaran Allah, dan terbukanya sifat- sifat Allah. Sikap Tawadhu' juga menunjukkan rasa rendah diri dan santun terhadap sesama manusia tanpa memandang kasta dan harta yang dimiliki karena sesungguhnya Allah akan meningkatkan derajat manusia dengan akhlakul karimah yang dimilikinya (dalam Karimi, 2012)

Pendapat lain tentang tawadhu yaitu disampaikan oleh Al Huft (1978) menjelaskan bahwa tawadhu merupakan merendahkan diri tanpa menghinakannya atau meremehkan harga diri, sehingga timbul rasa persamaan, toleransi, saling menghargai, cinta terhadap keadilan, rasa saling mengasihi satu dengan yang lainnya. Sifat ini akan mendekatkan kita kepada Allah SWT berdasarkan kepada Al-Quran surat Al Acaff: 56 *“Sesungguhnya rahmat Allah amat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik”*.

Menurut Hawwa (2006) yaitu bentuk sebuah pelayanan diri terhadap orang lain sekaligus sarana untuk mensucikan jiwa dan pikiran yang mampu menjauhkan dari keangkuhan dan akan dapat mencapai kesejahteraan hidup.

Ilyas (2001) mengungkapkan tawdhu berbeda dengan rendah diri karena rendah diri merupakan kehilangan kepercayaan diri. Dalam prakteknya orang yang rendah hati biasanya cenderung merendahkan dirinya di hadapan orang lain, dengan maksud bukan berarti dirinya tidak

mempunyai kepercayaan diri, melainkan rasa hormat dan mengharga orang lain.

Mujib (2006) menjelaskan bahwa tawadhu merupakan sebagai sikap Qalbu yang tenang, lemah lembut, mempunyai wibawa, rendah hati, tanpa adanya arasa jahat dengan tujuan ingin merendahkan orang lain serta rasa congkak dan sombong. Karakter orang yang tawadhu yaitu bukan berarti menunjukkan kebodohan orang lain melainkan menunjukkan sikap kedewasaan pada dirinya.

2.1.1. Aspek Tawadhu

Menurut Saproni (2019), aspek tawadhu yaitu :

1. Lemah lembut terhadap orang lain,

Lemah lembut merupakan sifat yang terpuji di hadapan Allah *subhanahu wa ta'ala* dan Rasul-Nya bahkan di hadapan seluruh manusia. Fitrah manusia yaitu mencintai kelembutan sebagai wujud kasih sayang. Dalam kehidupan sehari-hari, tentu kita menemukan bermacam jenis orang yang memiliki sifat dan karakter yang berbeda-beda.

Ada di antara mereka mempunyai sifat yang kasar, ada pula yang memiliki rasa tidak mau tahu, dan ada juga yang bertabiat lemah lembut. Semua ini adalah pemberian dari Allah SWT yang patut kita mengkaji hikmah di dalamnya. Dengan beragamnya tabiat dan watak itu, kita dituntut oleh agama untuk menjadi yang terbaik dan yang terpuji, menjadi orang

yang lemah lembut dalam segala hal. Lemah lembut dalam sikap, tabiat, watak, dalam ucapan, tingkah laku, dan sebagainya

2. Mendahulukan kepentingan orang lain

Hal ini merupakan sikap yang amat mulia dalam pandangan Islam, bahkan dalam pandangan semua agama. Dalam salah satu hadis Rasulullah SAW bersabda, "Siapa yang melepaskan kesusahan seorang mukmin di dunia niscaya Allah akan melepaskan kesusahannya di akhirat. Siapa yang memudahkan orang yang kesusahan, niscaya Allah akan memudahkan (urusannya) didunia dan di akhirat. Siapa yang menutupi (aib) seorang muslim, niscaya Allah akan menutupi (aibnya) di dunia dan di akhirat. Dan Allah selalu menolong hamba-Nya jika hamba tersebut menolong saudaranya." (HR Muslim).

3. Tidak berlebihan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari

Dalam agama islam menjelaskan agar manusia mengkonsumsi barang sesuai kebutuhannya dan tidak berlebihan dalam mengkonsumsi barang tersebut. Karena sesuatu yang berlebihan pasti mendatangkan hal yang mubazir atau terbuang sia-sia dan hal ini sangat disukai oleh setan

4. Suka menolong

Menolong berarti membantu untuk meringankan beban (penderitaan, kesukaran, dsb), membantu dalam melakukan sesuatu, yaitu dapat berupa bantuan tenaga, waktu, ataupun dana.

5. Menunjukkan kemandirian

Suatu sikap yang memungkinkan seseorang untuk melakukan sesuatu atas dorongan diri sendiri untuk kebutuhan sendiri, mengejar prestasi, melakukan pekerjaan dengan penuh ketekunan, serta berkeinginan untuk melakukan sesuatu tanpa bantuan orang lain, mampu berpikir dan bertindak original, kreatif dan penuh inisiatif, mampu mempengaruhi lingkungannya sendiri, mempunyai rasa percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri, menghargai kemampuan diri sendiri, dan memperoleh kepuasan dari apa yang telah diusahakannya.

6. Sabar dalam menghadapi persoalan

Suatu sikap menahan emosi dan keinginan, serta bertahan dalam situasi sulit dengan tidak mengeluh. sabar merupakan kemampuan mengendalikan diri yang juga dipandang sebagai sikap yang mempunyai nilai tinggi dan mencerminkan kekokohan jiwa orang yang memilikinya. Semakin tinggi kesabaran yang seseorang miliki maka semakin kokoh juga ia

dalam menghadapi segala macam masalah yang terjadi dalam kehidupan.

7. Mengakui kebesaran Allah

Keyakinan bahwa Allah Maha Esa dalam hal mencipta, mengatur, dan menguasai alam semesta. Umat manusia pada dasarnya telah mengakui hal ini dalam lubuk hati mereka, bahkan mereka yang musyrik dan kafir sekali pun mengakui hal ini. Jika mereka ditanya, siapa yang menciptakan langit dan bumi, mereka pasti menjawab Allah. Jika mereka ditanya siapa yang memberi rezeki, mereka menjawab Allah.

8. Saling menghormati dan menghargai sesama

Dalam kehidupan sehari-hari sikap menghormati ini sangat penting karena merupakan akhlak yang baik bagi manusia sebagai makhluk sosial. Dimana kita harus berinteraksi dengan baik kepada sesama. Selain itu, menghormati berarti melayani dengan penuh sopan, menjunjung tinggi, memuliakan, menerima dan mematuhi.

Sikap saling menghormati sesama manusia ini bertujuan untuk memelihara hubungan yang baik, karena sebagai makhluk individu kita ingin memenuhi kebutuhan dan kehendak masing-masing. Dalam arti lain manusia memiliki kemampuan untuk mengembangkan dirinya.

9. Murah hati

Cara untuk melakukan perbuatan baik. Arti dari murah hati adalah suka memberi, tdk pelit, suka menolong, dan baik hati.

10. Mampu berbuat adil

Meletakkan sesuatu pada tempatnya atau dapat diartikan tidak berat sebelah, tidak memihak dengan kata lain berlaku adil adalah memperlakukan hak dan berpegang pada kebenaran.

Sedangkan menurut Ilyas (2001) ada beberapa bentuk aspek dari tawadhu diantaranya:

- a. Tidak menonjolkan diri dari orang yang level atau statusnya sama, kecuali apabila sikap tersebut menimbulkan kerugian bagi agama atau umat Islam
- b. Berdiri dari tempat duduknya dalam satu majelis untuk menyambut kedatangan orang yang lebih mulia dan lebih berilmu daripada dirinya dan mengantarkan ke pintu keluar ketika hendak meninggalkan majelis.
- c. Bergaul dengan orang yang awam dengan ramah dan tidak memandang dirinya lebih dari mereka.
- d. Bersedia mengunjungi orang lain sekalipun status sosialnya lebih rendah
- e. Bersedia duduk bersama dengan fakir miskin, orang cacat tubuh, kaum dhuafa serta memenuhi undangan yang diberikan.

- f. Tidak makan dan minum secara berlebihan dan memakai pakaian yang menunjukkan kemegahan dan kesombongan.

Kemudian menurut Mishri (Nashruddin, 2015) terdapat tiga indikator tawadhu diantaranya :

- a. .Mengecilkan diri karena mengetahui akan aib dan kekurangan
- b. Menghargai orang lain sebagai bentuk penghargaan terhadap diri.
- c. Mau menerima kebenaran dan nasihat dari siapapun

2.2 *Psychological Well-being* (Kesejahteraan Psikologis)

Menurut Diener (2009) *Psychological Well-being* merupakan suatu keadaan yang menggambarkan bahwa individu mampu memfungsikan kapasitas-kapasitas yang dimilikinya secara optimal dalam menjalankan serta mengarahkan kehidupannya. Diener (2009) berpendapat bahwa *Psychological Well-being* berbeda dengan kesejahteraan subjektif yang mana kesejahteraan subjektif mengarah terhadap proses evaluasi individu terhadap kehidupannya sedangkan *Psychological Well-being* yaitu lebih mengarah kepada cara berfikir seseorang untuk mampu optimal dan efektif dalam merealisasikan potensi yang dipunya.

Ryff dan Singer (2008) menjelaskan bawa kesejahteraan psikologis lebih dari sekedar perasaan senang ataupun puas seseorang dengan kehidupan yang dimilikinya, tidak adanya emosi negatif, mampu mengelola tantangan ataupun hambatan serta kesulitan hidup ataupun pengalaman hidup yang lainnya.

Ryan dan Deci (2001) mendefinisikan bahwa *Psychological Well-being* sebagai suatu kondisi dimana seseorang dalam memfungsikan secara penuh kehidupan dengan mampu merealisasikan potensi dirinya untuk mencapai kehidupan yang bermakna. Kesejahteraan individu dapat dijelaskan dengan dua perspektif yaitu perspektif *hedonic* maupun perspektif *eudaimonia* (Waterman, 1993). Pendekatan *hedonic* berfokus kepada kesenangan dan keinginan kuat kepada sesuatu yang bersifat lahiriah (Ryan dan Deci, 2001). Hasil yang spesifik berkaitan dengan pencapaian terhadap pengaruh positif bagi kehidupannya tanpa adanya kesengsaraan dalam prosesnya (Ryan, dkk, 2008).

Pendekatan ini digunakan untuk mengasesmen pengalaman yang menyenangkan untuk dapat mencapai kesejahteraan subjektif (Diener dan Lucas dalam Ryan dan Deci, 2001). Sedangkan pendekatan *eudaimonia* berfokus kepada sesuatu yang secara instrinsik dapat diyakini sebagai sesuatu yang berharga dalam usaha mengembangkan hal terbaik dari dalam dirinya (Ryan dan Deci, 2001). Ryan, dkk (2008) juga mengungkapkan bahwa *eudaimonia* juga bisa berfokus pada konten hidup dan proses seseorang dalam mendapatkan kehidupan yang lebih baik. Dalam pernyataan lain Ryan dan Deci (2001) menjelaskan bahwa *eudaimonia* kehidupan seseorang yang kongruen atau dilaksanakan dengan bermakna dan totalitas keterlibatan penuh yang dilakukan sebagai indikasi kesejahteraan psikologis seseorang.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologis yaitu kondisi dimana individu dalam mengoptimalkan potensi-potensi positif yang dimilikinya sebagai sesuatu yang utuh dan menerima diri apa adanya sehingga dapat melakukan hubungan yang positif pula dengan orang lain, kelompok dan lingkungan sekitar dalam rangka mencapai kehidupan yang penuh makna.

2.2.1 Aspek-aspek *psychological well-being*

Menurut Ryff (dalam Pappalia, 2002) aspek-aspek yang menyusun *psychological well-being* antara lain:

a. Penerimaan diri (*Self acceptance*)

Seseorang yang memiliki *Psychological Well-being* yang baik akan memiliki sikap yang positif pada dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek positif maupun negatif yang ada dalam dirinya dan perasaan positif mengenai hidupnya pada masa lalu.

b. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relations with others*)

Komponen untuk mencintai dianggap sebagai komponen yang utama dalam kesehatan mental. Jika *Psychological Well-being* seseorang tinggi maka mampu bersikap hangat dan percaya dalam berinteraksi dan berhubungan dengan orang lain memiliki

empati, afeksi dan keintiman yang kuat serta dapat memahami pemberian dan penerimaan dalam sebuah hubungan.

c. Kemandirian (*Autonomy*)

Kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri, mampu melawan tekanan sosial dalam hal berpikir dan bagaimana bersikap yang benar, berperilaku standar sesuai dengan nilai-nilai individu itu sendiri dan mengevaluasi diri secara personal.

d. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*)

Mampu dan berkompetisi dalam mengatur lingkungan, menyusun kontrol yang kompleks terhadap kegiatan eksternal, menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan dan mampu memilih serta menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri.

e. Tujuan hidup (*Purpose in life*)

Kesehatan mental mencakup kepercayaan-kepercayaan yang memberikan individu suatu perasaan bahwa hidup ini mempunyai tujuan dan makna. Individu yang berfungsi secara positif mempunyai tujuan, arah, misi yang membuat hidupnya memiliki makna.

f. Pengembangan pribadi (*Personal growth*)

Perasaan mampu dalam melalui tahap-tahap perkembangan, menyadari potensi yang ada dalam dirinya, terbuka dalam hal yang baru dan melakukan perbaikan dalam kehidupannya setiap waktu.

2.2.2 Faktor-Faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-being* menurut Wells (2010) yaitu sebagai berikut :

a. Usia

Seiring berjalannya waktu persepsi individu akan berubah terhadap dirinya. Semua persepsi yang terbentuk disetiap tahapan perkembangan berperan begitu penting dalam proses pemahaman kesejahteraan psikologis. Perubahan hidup yang signifikan berawal dari evaluasi diri dari masa lalu, saat ini dan masa yang akan datang.

b. Gender

Gender memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis, tetapi pada sisi lain tidak berpengaruh. Hal tersebut tergantung pada konteks yang akan diteliti. Jika dihungkan dengan *self esteem* dapat perbedaan antara kesejahteraan psikologis pada laki-laki dan perempuan .

c. Status pernikahan

Hubungan yang baik dengan pasangan akan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Hal ini berkaitan dengan pengambilan keputusan bersama yang berdampak terciptanay interaksi dan hubungan yang baik antar pasangan.

d. Dukungan sosial

Dukungan sosial dari orang yang bermakna dalam kehidupan seseorang akan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang. Dukungan sosial yang diberikan bertujuan untuk memberikan dukungan dalam proses mencapai kesejahteraan hidup.

e. Status sosial ekonomi

Diener menyatakan bahwa sosial-ekonomi menjadi faktor yang penting dalam kesejahteraan psikologis, yang mencakup kondisi keuangan keluarga, tingkat pendidikan, kesehatan kesuksesasn pekerjaan dan status sosial di masyarakat.

f. Relasi sosial

Relasi yang baik dengan menjaga kualitas hubungan sosial dengan lingkungan yang akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan akan mengurangi munculnya konflik.

2.3 Dinamika Psikologis

Psychological Well-being merupakan suatu keadaan dimana individu dapat memfungsikan kapasitas-kapasitas yang ada pada dirinya secara optimal untuk menjalani kehidupan (Diener, 2009). Religiusitas menjadi akar dari kepribadian rendah hati (Aghababei, dkk., 2011). Individu yang rendah hati menyadari bahwa manusia tidak memiliki hak untuk memanipulasi, mengeksploitasi orang lain dan bergantung kepada hal-hal yang bersifat material (Aghababei, dkk., 2015).

Hubungan hangat dan saling mendukung akan menumbuhkan pandangan penuh kasih sayang serta memandang kekurangan orang lain sebagai bahan pembelajaran diri. Kasih sayang akan melahirkan rasa cinta, keharmonisan dan keserasian dalam menjalin hubungan dengan orang lain dengan lemah lembut. Al-Bugha, dkk (2012) menyatakan bahwa sikap lemah lembut dan mudah bergaul akan merekatkan hubungan. Hal tersebut menjadi sangat penting ketika guru yang dihadapkan dengan kondisi penuh tekanan dengan berbagai tuntutan akademik maupun non akademik. Sehingga, dukungan orang lain sangat diperlukan agar terhindar dari depresi atau hal-hal yang menurunkan kesejahteraan psikologis. Hubungan saling mendukung juga tercermin dalam surat Al Hjr: 88. Shihab (2009) menafsirkan bahwa kandungan surat tersebut adalah anjuran untuk menjalin hubungan yang harmonis dan merendahkan sayap mu yaitu bersikap rendah hati kepada kaum mukmin dengan memberikan perlindungan dan ketabahan bersama kaum mukmin yang lain ketika kondisi sulit dan krisis. Imam Asy-Syafi'i (Khalid, 2006) mengatakan bahwa barang siapa yang mengetahui dirinya pasti ia akan bersikap tawadhu kepada Allah.

Dalam sebuah kalimat sufi disebutkan bahwa ketika seseorang mengenal dirinya maka ia juga telah mengenal Tuhan-Nya. Begitu pula disebutkan oleh Khalid (2006) tentang cara mencapai sikap tawadhu yaitu dengan mengenali Rabb-Nya dan perlu direnungi bahwa ke-Mahakayaan-Nya karena kemiskinan kita, kekuatan-Nya karena kelemahan kita dan

keperkasaan-Nya karena kehinaan kita. Hal tersebut perlu menjadi renungan sebagai sarana mengenali diri kita tentang posisi kita sebagai seorang hamba yang sangat kecil yang tidak patut untuk sedikitpun menyombongkan diri dihadapan Allah maupun dihadapan sesama. Begitu pula dengan kelebihan yang dimiliki pada hakikatnya merupakan karunia yang Allah berikan sebagai sarana menebarkan manfaat kepada orang lain yang tidak memiliki kelebihan tersebut. Pengenalan diri berkaitan dengan aspek kesejahteraan psikologis yaitu aspek penerimaan diri (Diener, 2009) terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Clark (Tagney, 2000) menambahkan bahwa rendah hati mampu menumbuhkan rasa penerimaan diri tentang ketidak sempurnaan manusia sehingga akan timbul rasa menghargai diri dan orang lain melalui proses yang panjang. Seperti halnya yang disampaikan oleh Wells (2010) bahwa penerimaan diri merupakan suatu proses evaluasi jangka panjang agar mampu berdamai dengan segala sesuatu yang dimiliki menjadi bagian dari diri individu.

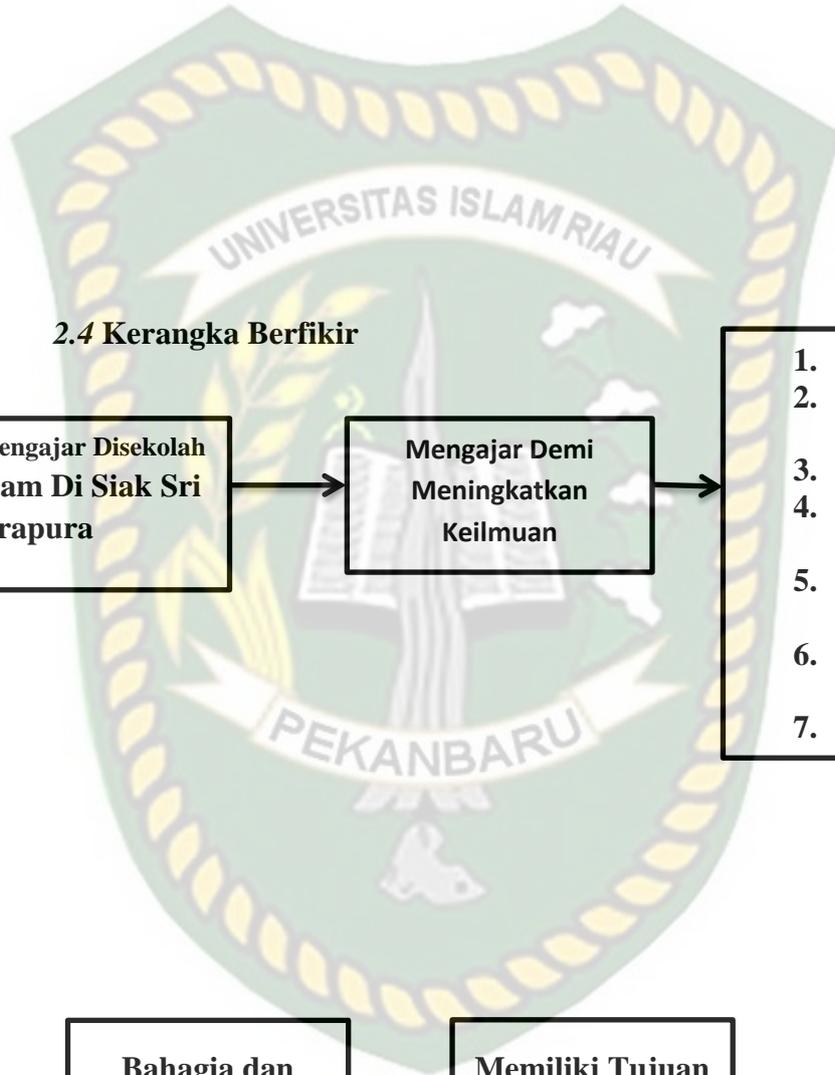
Lawan dari sifat tawadhu adalah sombong, dan Allah sangat membenci orang yang bersikap sombong. Allah menjelaskan di dalam QS. Luqman: 18, dimana menurut Shihab (2009), ayat tersebut berisi larangan memalingkan muka penuh penghinaan dan kesombongan kepada siapapun namun berjalan dengan penuh wibawa sebagai bentuk kerendahan hati. Kerendahan hati memiliki lebih banyak kesamaan dengan harga diri yang tinggi (Ryandalam Elliot 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Triwayuningsih (2017) menunjukkan bahwa semakin tinggi self esteem

maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis seseorang. Kesombongan dan harga diri yang rendah menyebabkan seseorang enggan untuk mengevaluasi kehidupan diri, sementara individu yang memiliki kerendahan hati dan self esteem yang tinggi lebih terbuka dengan kritikan dari orang lain sebagai sarana untuk introspeksi diri terhadap kehidupannya.

Kandungan hadits yang diriwayatkan oleh Imam Muslim no : 2588 (Baqi, 2010) adalah menggambarkan penghargaan yang tinggi dari Allah dengan mengangkat derajatnya bagi individu yang tawadhu. Penghargaan dari orang lain menjadi suatu susunan dari hierarki needs atau kebutuhan manusia untuk mencapai aktualisasi diri (Maslow dalam Diener, 2009). Penghargaan tersebut tentunya harus didasari ikhlas karena Allah dan semata-mata mengharapkan Ridho dari Allah. Hal tersebut berkaitan dengan aspek kesejahteraan psikologis yaitu aspek penghargaan dari orang lain (Diener, 2009). Pernyataan tersebut dipertegas oleh Ilyas (2001) bahwa sikap tawadhu tidak akan membuat derajat seseorang menjadi rendah namun justru akan dihormati dan dihargai orang lain karena kontribusi kita. Bentuk-bentuk ketawadhuan yang Rasulullah contohkan antara lain membantu siapapun tanpa memandang strata (HR. Bukhari dan HR. Muslim no: 2326); hidup sederhana; tidak rakus akan jabatan yang ditawarkan; mengerjakan pekerjaan rumah secara mandiri (HR. Ahmadno:24176). Kandungan hadits tersebut menunjukkan ketawadhuan beliau dalam mengayomi seluruh manusia tanpa memandang strata

sosial,walaupun dengan orang miskin sekalipun karena semua manusia pada hakikatnya adalah sama di mata Allah Subhanahu wa Ta'ala.

Bergaul dengan strata berbeda tidak membuat rendah diri kita melainkan bentuk rendah hati kita kepada orang lain. Kerendahan hati bukan berarti melihat diri negatif, dan juga bukan mencela diri sendiri(Tangney, 2000), kerendahan hati sebagai suatu kebajikan yang berbeda dengan penghinaan. Emmons (Elliott, 2010) menyatakan bahwa menjadi rendah hati tidak berarti memandang rendah diri sendiri, melainkan memiliki penilaian diri yang akurat. Selain itu juga bentuk kontribusi untuk membantu orang lain dalam mencapai tujuan yang hendak dicapai. Hal tersebut senada dengan aspek kesejahteraan psikologis berupa kontribusi terhadap kesejahteraan orang lain. Seperti pernyataan dari Dunn (Diener, 2009), bahwa orang yang banyak memberikan kebermanfaatan atas orang lain akan memperoleh sesuatu lebih banyak dari pada yang diberikan sebelumnya. Kebermanfaatan terhadap kesejahteraan maupun kebahagiaan orang lain berkaitan erat dengan kesehatan psikologis (Brown, Nesse, Vinokur & Smith dalam Diener, 2009). Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa tawadhu memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis.



2.4 Kerangka Berfikir



2.5 Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas, maka penelitian ini terdapat hubungan antara tawadhu dengan *psychological well-being* pada guru yang mengajar disekolah berbasis islam. Yang mana kerendahan hati dapat mensejahterahkan psikologis pada guru yang mengajar disekolah berbasis islam karena seseorang yang rendah hatinya sudah pasti memiliki hubungan positif dengan orang lain dan memiliki tingkat stress yang tinggi. Dalam penelitian ini hipotesis yang dirumuskan yaitu :

1. H₀ : Tidak Ada hubungan antara tawadhu dengan *psychological well-being* pada guru yang mengajar disekolah berbasis islam.
2. H₁ : Ada hubungan antara tawadhu dengan *psychological well-being* pada guru yang mengajar disekolah berbasis islam.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah gejala variabel yang bervariasi yaitu faktor-faktor yang dapat berubah-ubah ataupun dapat diubah untuk tujuan penelitian. Variabel perlu ditentukan dengan jelas supaya alur hubungan variabel dalam penelitian dapat dicari dan dianalisa (Bungin, 2010).

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y).

1. Variabel Terikat (Y) : *Psychological wellbeing*
2. Variabel Bebas (X) : Tawadhu

3.2 Defenisi Operasional

3.2.1 *Psychological wellbeing* (kesejahteraan psikologis)

Menurut Ryff (2008) kesejahteraan psikologis lebih dari sekedar perasaan senang ataupun puas seseorang dengan kehidupan yang dimilikinya, tidak adanya emosi negatif, mampu mengelola tantangan ataupun hambatan serta kesulitan hidup ataupun pengalaman hidup yang lainnya. *Psychological wellbeing* atau kesejahteraan psikologis diukur menggunakan skala kesejahteraan psikologis disusun berdasarkan teori Ryff (dalam Pappalia, 2009) dengan aspek : penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan

diri. Semakin tinggi skor skala yang menunjukkan semakin tinggi pula *Psychological Well-being* seseorang dan begitu juga sebaliknya

3.2.2 Tawadhu

Menurut Ilyas (2001) tawadhu merupakan sikap rendah hati yang sangat terpuji dimana seseorang bisa mengendalikan perasaan dan emosinya, tidak sombong dan tidak takabur selalu mendahulukan orang lain dalam setiap urusan. Orang yang tawadhu berjalan dengan penuh ketenangan, keteguhan hati serta tidak membanggakan diri dan tidak sombong. Tawadhu diukur dengan menggunakan skala tawadhu yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek tawadhu yang dikemukakan oleh Saproni (2019). Semakin tinggi skor skala menunjukkan semakin tawadhu seseorang dan begitu juga sebaliknya.

3.3 Subjek Penelitian

3.3.1 Populasi Penelitian

Populasi berasal dari bahasa Inggris yaitu *population* yang berarti jumlah penduduk. Dalam hal penelitian, kata populasi digunakan untuk menyebutkan serumpun ataupun sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian. Oleh karena hal tersebut, populasi penelitian merupakan keseluruhan dari objek penelitian yang berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, dan sebagainya sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data penelitian (Bungin, 2010).

Populasi dalam penelitian ini yaitu guru yang mengajar disekolah berbasis islam seperti MI (Madrasah Ibtidaiyah), MTs (Madrasah Tsanawiyah), MA (Madrasah Aliyah) yang ada di kabupaten Siak Sri Indrapura sebanyak 150 Guru.

3.3.2 Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari populasi (Bungin, 2005). Sampel yaitu sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Sampel dianggap adalah hal yang penting untuk mendukung penelitian (Sugiyono, 2002). Dalam hal ini peneliti menggunakan jenis sampel teknik *accidental sampling*.

Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu mengacu kepada tabel jumlah sampel yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael, dimana jumlah populasi pada penelitian ini yaitu 150 dan peneliti mengambil taraf kesalahan sebanyak 5%, maka banyaknya sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 105 sampel. Untuk menentukan ukuran sampel dalam penelitian, peneliti menggunakan sumus slovin untuk perhitungan sampel sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot (e)^2}$$

$$n = \frac{150}{1 + 150 \cdot (0,05)^2}$$

$$n = \frac{150}{9,05}$$

$$n = 105$$

Keterangan :

n = Jumlah Sample

N = Jumlah Populasi

e = Error

3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel

Terdapat teknik dalam pengambilan sampel untuk melakukan hal penelitian, menurut Sugiyono (2002) menjelaskan bahwa teknik sampel adalah cara atau teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam sebuah penelitian, terdapat beberapa cara atau teknik pengambilan sampel yang digunakan. Teknik sampling dibagi menjadi dua kelompok yaitu probability sampling dan non probability sampling.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik probability sampling. Menurut Sugiyono (2015) “probability sampling merupakan teknik atau cara pengambilan sampel yang memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *accidental sampling*.”

3.4 Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif. Metode kuantitatif yang digunakan adalah skala. Skala yaitu perangkat yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut (dalam Azwar, 2015).

Bentuk skala yang digunakan adalah skala likert karena skala likert adalah skala yang dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang tentang suatu objek atau fenomena tertentu (Siregar, 2014). Skala mempunyai lima alternatif jawaban menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. *Unfavorable* yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), Netral (N) setuju (S), dan sangat setuju (SS). Dan *favorable* sangat setuju (SS), setuju (S), Netral (N) tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS).

Untuk mendapatkan data peneliti melakukan penyebaran skala berupa skala kepada responden. Skala sikap berupa kumpulan pernyataan mengenai suatu objek sikap (Azwar, 2013). Setiap respon yang diberikan oleh responden dapat memberikan kesimpulan mengenai arah dan intensitas dari sikap individu.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 2 skala yaitu skala Tawadhu yang dikembangkan oleh putri, dkk (2019) dan skala *Psychological Well-being* yang dikembangkan oleh Ryff (1989) bentuk medium yang sudah banyak diterjemahkan ke berbagai bahasa.

3.4.1 Skala Tawadhu

Skala tawadhu yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala yang disusun oleh putri, dkk (2019). Skala tawadhu ini merupakan skala yang dikembangkan oleh peneliti dengan aspek (Saproni, 2019) yang terdiri dari 10 yaitu : lemah lembut terhadap orang lain, mendahulukan kepentingan orang lain, tidak berlebihan, suka menolong, menunjukkan kemandirian, sabar dalam menghadapi persoalan, mengakui kebesaran Allah SWT, saling menghormati, murah hati dan mampu berbuat adil.

Tabel 3.1
Blue Print Tawadhu sebelum Try Out

Aspek	Nomor Aitem		Total
	Favorable	Unfavorable	
Lemah Lembut Terhadap Orang Lain	3, 16, 45	33, 44	5
Mendahulukan Kepentingan Orang Lain	4, 23, 34	35, 46	5
Tidak Berlebihan	6, 24, 36, 48	15	5
Suka Menolong	5, 14, 22	37, 47	5
Menunjukkan Kemandirian	2, 39, 43	13, 25	5
Sabar Dalam Menghadapi Persoalan	1, 12, 26	21, 38	5
Mengakui Kebesaran Allah	10, 27, 32	9, 20	5
Saling Menghormati	11, 19	28, 31, 40	5
Murah Hati	8, 42, 49	18, 29	5
Mampu Berbuat Adil	17, 30, 50	7, 41	5
Jumlah	30	20	50

3.4.2 Skala *Psychological Well-being*

Skala *Psychological Well-being* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala yang disusun berdasarkan teori Ryff (1989) dengan aspek-aspek sebagai berikut : penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*), penguasaan lingkungan (*encirontmental mastery*), otonomi (*autonomy*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pengembangan pribadi (*personal growth*).

Tabel 3.2
Blue Print Psychological Well-being sebelum Try Out

Aspek	No Aitem		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Penerimaan Diri	46, 47, 48, 51, 52,53	49, 50, 54	9
Hubungan Positif Dengan Orang Lain	28, 29, 33, 34, 35, 36	30, 31, 32	9
Otonomi	1, 2, 4, 6, 9	3, 5, 7, 8	9
Tujuan Hidup	37, 38, 42, 45	39, 40, 41, 43, 44	9
Pertumbuhan Pribadi	19, 21, 23	20, 22, 24, 25, 26, 27	9
Penguasaan Lingkungan	11, 15, 17	10, 12, 13, 14, 16, 18	9
Jumlah	27	27	54

3.5 Validitas & Reliabilitas

3.5.1 Validitas

Menurut Azwar (2012) validitas digunakan untuk mengetahui apakah skala mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya. Substansi yang terpenting dalam validasi skala psikologi adalah membuktikan bahwa struktur seluruh aspek berperilaku, indikator berperilaku, dan aitem-aitemnya memang membentuk suatu konstruk yang akurat bagi atribut yang diukur.

Jenis validitas dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengukuran terhadap isi tes dengan analisis rasional atau *professional judgment*. Azwar (2009) dalam hal ini, *professional judgment* dilakukan oleh dosen pembimbing dan narasumber seminar.

3.5.2 Reliabilitas

Menurut Azwar (2012) reliabilitas mengacu kepada kepercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Pengukuran dikatakan tidak normal bila *error* pengukurannya terjadi secara random. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka dari 0 sampai 1.00, sekalipun bila koefisien reliabilitas semakin tinggi mendekati angka 1.00 berarti pengukuran semakin reliabel

Dalam aplikasinya, reliabilitas dinyatakan oleh nilai koefisien reliabilitas yang angkanya berada pada rentang 0-1,00. Semakin tinggi nilai koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00, maka semakin baik pula reliabilitasnya. Sebaliknya, semakin rendah nilai koefisien reliabilitasnya mendekati angka nol, berarti semakin rendah pula reliabilitasnya (Azwar, 2009). Analisis statistic menggunakan bantuan *Statistical Product And Service Solution (SPSS) 22 For Windows*. Perhitungan reliabilitas dihitung dengan menggunakan program komputer *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 22 for windows*.

3.6 Metode Analisis Data

Penelitian ini termasuk kedalam penelitian analisis statistic korelasional, dimana dalam penelitian ini ingin mengetahui hubungan antara tawadhu dengan *psychological wellbeing* pada guru yang mengajar disekolah berbasis islam. Namun sebelum pengujian hipotesis tersebut, terlebih dahulu dilakukan uji deskripsi data, dan uji asumsi. Data akan dianalisis menggunakan bantuan program computer yaitu SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).

3.6.1 Uji Asumsi

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data peneliti. Adapun metode yang

digunakan dalam uji normalitas ini yaitu metode *Kolmogorov-Smirnov*. Berdasarkan hal tersebut data dikatakan normal jika $p > 0,05$ dan sebaliknya data dikatakan tidak normal apabila $p < 0,05$ (Azwar, 2010).

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan bertujuan untuk melihat bentuk hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikatnya. Uji linearitas pada penelitian ini yaitu terhadap variabel tawadhu dengan variabel *Psychological Well-being* apakah linear atau tidak. Data dikatakan linear jika nilai $p < 0,05$ dan sebaliknya jika nilai $p > 0,05$ maka data tidak linear (Azwar, 2010)

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan setelah uji normalitas dengan linearitas untuk menentukan analisis apa yang digunakan. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS 22.0 for windows dengan tujuan untuk melihat nilai korelasi atau hubungan yang dihasilkan dari kedua variabel.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 PERSIAPAN PENELITIAN

4.1.1 Proses Perizinan

Sebelum melaksanakan penelitian, persiapan yang dilakukan peneliti yaitu mengajukan surat izin penelitian yang dibantu dengan sebuah aplikasi yaitu Siap UIR pada tanggal 14 Juli 2020 dan mengambilnya ke bagian Tata Usaha Fakultas Psikologi pada tanggal 16 Juli 2020. Pada tanggal 20 Juli peneliti melakukan konfirmasi sebelumnya kepada Kakan Kemenag Siak Sri Indrapura untuk menanyakan sekolah mana saja yang boleh dilaksanakan penelitian ini. Adapun sekolah yang disarankan untuk melakukan penelitian ini yaitu MI-Assidiqiyah Siak Sri Indrapura beralamat di Jl. Sutomo Siak, MTsN 1 Siak Sri Indrapura beralamat di Jl. Raja Kecil Siak dan MAN 1 Siak Sri Indrapura beralamat di Jl. Sutomo. Pada tanggal 21 Juli 2020 peneliti melakukan konfirmasi dulu ke tiga sekolah yang sudah disarankan dan menghadap kepala sekolah tersebut untuk melaksanakan izin penelitian. Peneliti dijadwalkan untuk melaksanakan penelitian pada tanggal 22 Juli 2020.

4.1.2 Pelaksanaan Uji Coba

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti terlebih dahulu mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian. Proses yang menentukan keberhasilan penelitian psikologi yang

menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melaksanakan uji coba dahulu terhadap alat ukur yang digunakan dalam penelitian untuk mengetahui aitem-aitem yang valid dan dapat digunakan dalam penelitian sebagai alat ukur. Penelitian ini menggunakan dua skala alat ukur yaitu skala tawadhu dengan skala *psychological well-being*.

Uji coba penelitian dilakukan pada guru MI As-sidiqiyah Siak Sri Indrapura dengan guru MTsN 1 Siak Sri Indrapura yang berjumlah 60 orang. Uji coba dilakukan selama 2 hari yaitu 22 Juni 2020 sampai dengan 23 Juni 2020. Skala diberikan kepada guru pada tanggal 22 Juni 2020 dan diambil kembali pada tanggal 23 Juni 2020.

4.1.3 Hasil Uji Coba

Suatu alat ukur sebelum digunakan harus dilakukan uji coba terlebih dahulu untuk mengetahui ketepatan dan kecermatannya dalam fungsi ukur (Azwar, 2020). Hal ini dikenal dengan validitas dan reliabilitas. Reliabilitas merupakan sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya guna mengetahui sejauh mana alat ukur mempunyai konsistensi relatif jika dilakukan pengukuran ulang terhadap subjek yang sama. Semakin tinggi koefisien korelasi berarti menunjukkan reliabilitas tinggi (Azwar, 2020). Reliabilitas alat ukur dapat dilihat pada nilai *AlphaCronbach's* dengan bantuan perangkat lunak *Program for social science* seri 22,0 *for windows* (*SPSS 22,0 for windows*).

a) Tawadhu

Setelah dilakukan seleksi butir aitem dan aitem nomor 49 digugurkan maka didapatkan hasil reliabilitas sebesar 0,885. Hasil seleksi butir aitem setelah uji coba dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.1
Blue Print Skala Tawadhu untuk penelitian
(Setelah *Try Out*)

Aspek	Nomor Aitem		Total
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Lemah lembut terhadap orang lain	3, 16, 45	33, 44	5
Mendahulukan kepentingan orang lain	4, 23, 34	35, 46	5
Tidak berlebihan	6, 24, 36, 48	15	5
Suka menolong	5, 14, 22	37, 47	5
Menunjukkan kemandirian	2, 39, 43	13, 25	5
Sabar dalam menghadapi persoalan	1, 12, 26	21, 38	5
Mengakui kebesaran Allah	10, 27, 32	9, 20	5
Saling menghormati	11, 19	28, 31, 40	5
Murah hati	8, 42	18, 29	5
Mampu berbuat adil	17, 30, 49	7, 41	5
Jumlah	29	20	49

b). **Psychological Well-being**

Berdasarkan hasil uji coba pada skala *Psychological Well-being* didapatkan hasil daya diskriminasi aitem pada *Psychological Well-being* dari 54 butir aitem terdapat 32 butir aitem yang diterima dan 22 butir aitem yang gugur yaitu pada aitem 1, 2, 4, 6, 11, 15, 19, 31, 33, 35, 36, 37, 44, 45,

48, 52, 53, 54. Setelah dilakukan seleksi butir aitem di dapatkan nilai reliabilitas sebesar 0,829. Hasil seleksi butir aitem setelah uji coba dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2
Blue Print Skala Psychological Well-being
(Setelah Try Out)

Aspek	Nomor Aitem		Total
	Favorable	Unfavorable	
Penerimaan diri	29, 30	31, 32	4
Hubungan positif dengan orang lain	19, 22	20, 21	3
Otonomi	5	1, 2, 3, 4	6
Tujuan hidup	23	24, 25, 26, 27, 28	6
Pertumbuhan pribadi	14	13, 15, 16, 17, 18	6
Penguasaan lingkungan	11	7, 8, 9, 10, 12	6
Jumlah	8	24	32

4.2 PELAKSANAAN PENELITIAN

Pada tanggal 20 Juli 2020 sebelum melakukan penelitian terlebih dahulu peneliti harus minta izin dan melakukan penkonfirmasi terlebih dahulu kepada Kakan Kemenag Siak Sri Indrapura sesuai dengan peraturan di daerah setempat. Setelah itu, peneliti diberikan rekomendasi sekolah sebanyak tiga tingkatan untuk diteliti yaitu MI As-sidiqiyah Siak Sri Indrapura yang beralamat di Jl. Sutomo, MTsN 1 Siak Sri Indrapura

yang beralamat di di Jl. Raja Kecik dan MAN 1 Siak Sri Indrapura yang beralamt di Jl. Sutomo.

Pada tanggal 21 Juli 2020 peneliti mengkonfirmasi serta meminta izin kepada kepala sekolah masing-masing instansi yang sudah disarankan sebelumnya. Peneliti menyiapkan skala sebanyak 105 butir skala yang satu angketnya terdiri dari dua skala yaitu skala 1 (Tawadhu) dan skala 2 (*Psychological Well-being*). skala diambil kembali oleh peneliti pada tanggal 23 Juli 2020.

4.3 HASIL ANALISIS DATA

4.3.1 Data Demografi

Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan peneliti mendapatkan jumlah respon identitas subjek. Adapun informasi dari data demografi dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 4.3 Respon Identitas Diri Subjek

Identitas Diri	F	Persentase	Jumlah
-----------------------	----------	-------------------	---------------

Jenis Kelamin			100
1. Laki-laki	39	37,1	
2. Perempuan	66	62,9	
Usia			
1. 23-35 Tahun	57	54,3	100
2. 36-53 Tahun	48	45,7	

Dapat dilihat dari tabel diatas, jumlah responden terbanyak yaitu pada jenis kelamin perempuan sebanyak 66 responden dengan persentase 62,9 dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 39 responden dengan persentase 37,1. Pada usia dapat dilihat pada rentang usia 23-55 tahun ada sebanyak 57 responden dengan persentase 54,3 dan rentang usia 36-53 tahun ada sebanyak 48 responden dengan persentase 45,7.

4.3.2. Deskripsi Data Penelitian

Hasil penelitian lapangan tentang hubungan tawadhu dengan *Psychological Well-being* setelah dilakukan skoring dan diolah dengan *statistical product dan service solution (SPSS) 22.0 for windows*. Diperoleh gambaran pada tabel 4.4 berikut:

Tabel 4.4 Rentang Skor Penelitian

Variabel Penelitian	Skor x yang diperoleh (empirik)				Skor x yang dimungkinkan (hipotetik)			
	X Max	X Min	Rata-Rata	SD	X Max	X Min	Rata-Rata	SD
Tawadhu	225	152	193,66	15,194	160	232	96	21,3

<i>Psychological Well-being</i>	137	79	114,18	9,734	240	49	147	33
---------------------------------	-----	----	--------	-------	-----	----	-----	----

Pada tabel 4.4 diatas secara umum menggambarkan bahwa tawadhu dan *Psychological Well-being* sangat bervariasi berdasarkan skor yang diperoleh (empirik). Pada variabel Tawadhu rentang skor yang diperoleh yaitu bergerak dari 152 hingga 225. Pada variabel *Psychological Well-Being* rentang skor yang diperoleh bergerak antara 79 hingga 137. Hasil deskripsi data penelitian tersebut selanjutnya digunakan untuk kategorisasi skala, kategorisasi ditetapkan berdasarkan nilai mean dan standar deviasi hipotetik dari masing-masing skala. Hasil deskriptif juga memberikan perbandingan antara skor yang diperoleh (empirik) subjek dan skor yang memungkinkan diperoleh (hipotetik). Pada variabel Tawadhu mean hipotetik 96 dibawah mean empirik 193,66 dan variabel *Psychological Well-being* mean hipotetik 147 dibawah mean empirik 114,18.

Berdasarkan hasil deskripsi diatas, selanjutnya akan dibyut kategorisasi untuk masing-masing variabel penelitian. Kategorisasi yang dibuat berdasarkan rerata empirik. Kategorisasi dibagi menjadi limakategori yaitu :

- Sangat tinggi : $X \geq M + 1,5 SD$
- Tinggi : $M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
- Sedang : $M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$

Rendah : $M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$

Sangat rendah : $X \leq M - 1,5 SD$

Keterangan :

M : Mean Empirik

SD : Standar Deviasi

Berdasarkan dari paparan rumus diatas, maka diperoleh hasil untuk masing-masing variabel data penelitian sebagai berikut :

Tabel 4.5 Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Partisipan

Skala Tawadhu

Rentang Nilai	Kategorisasi	F	%
$X \geq 216$	Sangat tinggi	3	2,9
$201 \leq X < 217$	Tinggi	34	32,4
$186 \leq X < 202$	Sedang	38	36,2
$171 \leq X < 187$	Rendah	17	16,2
$X \leq 172$	Sangat rendah	13	12,4
Jumlah		108	100

Dapat dilihat pada tabel 4.5 diatas menunjukkan bahwa kriteria Tawadhu terbanyak dengan jumlah frekuensi 38 dari 105 dengan persentase 36,3 dan berada pada rentang skor 186-202 yang termasuk pada kategori sedang.

Selanjutnya kategorisasi *Psychological Well-being* dapat dilihat pada tabel 4.6 berikut :

Tabel 4.6 Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Partisipan Skala *Psychological Well-being*

Rentang Nilai	Kategorisasi	F	%
$X \geq 129$	Sangat Tinggi	3	2,9
$119 \leq X < 130$	Tinggi	19	18,1
$109 \leq X < 120$	Sedang	55	52,4
$100 \leq X < 110$	Rendah	20	19,0
$X \leq 101$	Sangat Rendah	8	7,6
Jumlah		105	100

Berdasarkan tabel 4.6 diatas menunjukkan menunjukkan bahwa kriteria *Psychological Well-being* terbanyak pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 55 dan persentase 52,54 dan berada pada rentang skor 109-120.

4.4 UJI ASUMSI

Uji asumsi yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan pada masing-masing variabel dengan menggunakan bantuan *SPSS 22.0 for windows*. Adapun kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidak data jika $p > 0,05$ maka

sebaran normal dan sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebaran data tidak normal (Azwar, 2010).

Berdasarkan perhitungan data yang dilakukan dengan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Maka diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 4.7 Hasil Uji Asumsi Normalitas
One Sample Kolmogorov-Smirnov Test.**

Variabel	Skor K-SZ	P	Keterangan
Tawadhu	0,874	0,429	Normal
<i>Psychological Well-being</i>	0,1078	0,195	Normal

Berdasarkan tabel 4.7 diatas, menunjukkan data terdistribusi normal. Hal ini ditunjukkan dengan nilai K-SZ untuk variabel tawadhu yaitu 0,874 dengan signifikansi 0,429 ($p > 0,05$). Sedangkan variabel *Psychological Well-being* mempunyai nilai K-SZ yaitu 0,1078 dengan signifikansi 0,195 ($p > 0,05$). Dari hasil tersebut dikatakan data terdistribusi secara normal dengan melihat nilai signifikansi $> 0,05$.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui linearitas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Apabila memiliki nilai $p > 0,05$ maka kedua variabel dikatakan linear dan sebaliknya jika $p < 0,05$ maka kedua variabel dikatakan tidak linear (Azwar, 2010).

Hasil uji linear dapat dilihat pada tabel 4.8 dibawah berikut ini :

Tabel 4.8 Hasil Uji Asumsi Linearitas

Variabel	F	P	Keterangan
Tawadhu* <i>Psychological Well-being</i>	54,660	0,000	<i>Linear</i>

Berdasarkan tabel 4.8 diatas dapat dilihat hasil uji asumsi linearitas terhadap variabel tawadhu dengan *Psychological Well-being* yaitu didapatkan nilai F sebesar 54,660 dengan nilai *P* sebesar 0,000 ($P > 0,05$) . hasil uji asumsi linearitas tersebut membuktikan bahwa kedua variabel adalah *linear*.

4.5 UJI HIPOTESIS

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan tawadhu dengan *Psychological Well-being* pada guru yang mengajar disekolah berbasis islam di Siak Sri Indrapura. Selanjutnya silakukan analisis data bertujuan untuk mengetahui apakah hipotesis diterima atau ditolak. Adapun teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik analisis korelasi *Pearson Product Moment* dengan dibantu oleh program *SPSS 22.0 for Windows* yang berguna untuk mengetahui derajat hubungan dan kontribusi antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Hal ini dilakukan karena data yang dikumpulkan berdistribusi normal. Berikut tabel 4.8 yang menunjukkan hasil korleasi dari kedua variabel.

Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis Tawadhu dengan *Psychological Well-being*

Tawadhu	<i>Psychological Well-</i>
---------	----------------------------

				<i>being</i>
Tawadhu	<i>Pearson Correlation</i>	1		0,555
	<i>Sig. (2-tailed)</i>			0,000
	<i>N</i>	105		105
<i>Psychological Well-being</i>	<i>Pearson Correlation</i>	0,555		
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,000		
	<i>N</i>	105		105

Berdasarkan tabel 4.8 diatas dapat diketahui koefesien korelasi (r) sebesar 0,555 dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,000$). Sehingga hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima. Nilai korelasi (r) sebesar 0,555 dalam penelitian ini yang menunjukkan bahwa hubungan variabel cukup. Oleh karena itu berdasarkan hasil tersebut hipotesis dalam penelitian ini diterima. Dibawah ini tabel 4.9 yaitu tabel interpretasi kekuatan hubungan dan korelasi menurut Siregar (2014).

Tabel 4.10
Tingkat Kekuatan Hubungan dan Korelasi

Nilai Korelasi (r)	Tingkat Hubungan
0,00 - 0,199	Sangat Lemah
0,20 – 0,399	Lemah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 0,100	Sangat Kuat

Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel *independent* (Tawadhu) dengan variabel *dependent* (*Psychological Well-being*), berdasarkan hasil analisis yang dilakukan diketahui nilai R^2 sebesar 0,308. Hal tersebut menunjukkan bahwa Tawadhu memiliki sumbangan efektif sebesar 30,8 % terhadap *Psychological Well-being* dan 69,2% lainnya disebabkan oleh faktor lain.

4.3 PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil analisis yang sudah dilakukan dengan teknik *Pearson Product Moment* disimpulkan bahwa terdapat hubungan tawadhu dengan *Psychological Well-being* pada guru yang mengajar disekolah berbasis islam di Siak Sri Indrapura, karena diperoleh nilai korelasi sebesar 0,555 dengan nilai p 0,000 ($> 0,05$) hal ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara tawadhu dengan *Psychological Well-being* pada guru yang mengajar di sekolah berbasis islam di Siak Sri Indrapura, yang artinya semakin tinggi tawadhu semakin tinggi pula *Psychological well-being* pada guru tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulfatul dan Hepi (2017) yang menguji hubungan tawadhu dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri, dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan antara tawadhu dengan kesejahteraan psikologis hal tersebut menandakan bahwa semakin baik tawadhu pada seseorang maka akan berdampak *Psychological Well-being* yang semakin meningkat sehingga menjadikan individu lebih produktif, aktif dan positif dalam lingkungannya

Menurut Short, Kasper dan Wetterneck (2014) menyatakan bahwa Tawadhu mampu menurunkan sikap negatif yang menghasilkan fungsi dan masalah pada kesejahteraan psikologis. Berarti semakin tinggi sikap tawadhu yang dimiliki oleh seseorang, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang ada pada dirinya. Selain untuk kesejahteraan psikologis begitu banyak hal yang bisa dipengaruhi oleh tawadhu. Contoh lainnya yaitu tawadhu dapat berpengaruh kepada rasa bersyukur individu, hal ini merupakan pendapat dari Wood, Joseph, dan Maltby (2009).

Sebagaimana yang telah disebutkan oleh Sechmit dan Fuller (2015) individu yang religiusitasnya mempunyai kinerja yang baik didalam berorganisasi mampu menjalin kerja sama dengan orang lain maupun kelompok. Berarti semakin religiusitas seseorang, semakin banyak membuat relasi dengan orang lain karena didalam dirinya sudah banyak terdapat sikap-sikap positif yang membuat orang lain senang dengan dirinya.

Penelitian terkait yang juga mendukung penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Aghababaei, dkk (2015) yang meneliti kerendah hatian dan struktur HEXACO dari segi religiusitas dan kesejahteraan psikologis, diaman hasil penelitiannya menunjukkan bahwa kerendah hatian seseorang berakar dari religiusitas. Secara umum kerendah hatian seseorang berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis yang ditunjukkan bahwa manusia yang religiusitas tidak memiliki hak dan kesempatan untuk memanipulasi, mengeksploitasi orang lain serta tidak berhak kepada sesuatu yang bersifat kebendaan atau melihat

materi orang lain. Nilai tersebut akan berpengaruh baik dalam pencapaian hal-hal yang baik pula terhadap diri sendiri maupun orang lain, sikap terhindar dari menyakiti diri ataupun orang lain bahkan lebih baik untuk menjalani kehidupan yang mempunyai makna kehidupan yang religius.

Mengacu kepada firman Allah SWT (*QS. Al-Furqan :63*) Bahwa kasih sayang dalam menjalin hubungan dengan orang lain akan melahirkan rasa cinta, harmonis, skeserasian dalam menjalin hubungan dan berkomunikasi dengan orang lain yang bersifat lemah lembut. Al-Bugha, dkk (2012) juga menyatakan bahwa sikap lemah lembut dan mudah bergaul dengan orang lain tanpa memperhatikan status sosial akan merekatkan hubungan dengan semua orang. Pernyataan senada yang juga dikemukakan oleh Diener (2009) yaitu bahwa hubungan yang hangat akan berdampak yang positif pada hubungan kesejahteraan psikologis.

Psychological well-being merupakan suatu kondisi individu yang sejahtera secara psikologis dimana keadaan individu tersebut ditandai dengan mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan social, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan hidup, serta mampu mengembangkan potensi dirinya.

Dalam al-Qur'an, bahasan tentang *psychological well-being* disebutkan dalam ayat berikut ini:

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.” (QS. Ar-Radu, 13: 28)

Ayat di atas menggambarkan bahwa bahwasanya hati akan menjadi tenang ketika kita mengingat Allah. Hati yang tenang disini tentunya memiliki kesamaan dengan pengertian Tawadhu, dimana suatu kondisi yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Hal diatas sejalan dengan Ilyas (2001) Tawadhu merupakan sikap rendah hati yang sangat terpuji dimana seseorang bisa mengendalikan perasaan dan emosinya, tidak sombong dan tidak takabur selalu mendahulukan orang lain dalam setiap urusan. Orang yang selalu bertawadhu dan menggingat allah akan berjalan dengan penuh ketenangan hati dan rendah hati menjadikan seseorang tersebut leih banyak bersyukur sehingga *psychological well-being* dalam dirinya meningkat.

Dengan demikian, semakin tinggi tingkat sifat religiusitas seseorang yang dimana terdapat sifat tawadhu didalam nya maka akan semakin tinggi pula rasa kesejahteraan psikologis atau *Psychological Well-being* seseorang. Dimana orang tersebut akan bisa menerima diri, terjalinnya hubungan positif dengan orang lain, adanya tujuan hidup yang pasti dan dapat diterima oleh lingkungan sekitar ataupun lingkungan kelompok.

Kelemahan dari penelitian ini yaitu terkait dengan metode *sampling accidental* dan populasinya terbatas hanya terdapat pada guru yang mengajar di sekolah islam.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tawadhu dengan *Psychological Well-being*. Hasil analisis menunjukkan jika semakin tinggi tawadhu maka akan semakin tinggi pula *Psychological Well-being* pada guru yang mengajar di sekolah berbasis islam. Hal tersebut telah dibuktikan oleh nilai korelasi (hubungan) yang signifikan dari aspek-aspek tawadhu dengan *Psychological Well-being*.

B. Saran

1. Untuk Guru-guru yang mengajar di sekolah berbasis islam

Tawadhu dan *Psychological Well-being* termasuk dalam kategori sedang, maka guru-guru perlu lagi untuk memperbaiki dan mengamalkan serta meningkatkan nilai tawadhu berupa selalu mengingat Allah (Zikir, shalat berjamaah dan bersholawat). Karena guru merupakan contoh oleh anak muridnya, guru perlu menunjukkan sifat tawadhu kepada anak muridnya agar bisa diikuti oleh anak muridnya yang akan menjadi penerus selanjutnya.

2. Untuk Peneliti

Kepada peneliti selanjutnya meneliti variabel yang berbeda yang berkaitan dengan unsur Islam. Usaha tersebut bertujuan untuk mengangkat kembali ilmu pengetahuan Islam yang dulu pernah berjaya pada masanya serta mengubah pandangan para penuntut ilmu bahwa ilmu pengetahuan tidak terlepas dari konsep agama atau sekuler.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Aghababei. N., Agata, B., Akram, A., Masoud, C., Mustafa, T., dan Alireza, F.M (2011). *Honesty- humility and the HEXACO structure of religiosity and well being*. Now York: Springer Science. Diunduh pada 12 Januari 2020.
- Al Huft, A.M (2015). *Akhlak Nabi Muhammad SAW (keluhuran dan kemuliaannya)*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Al-Ghozali, 2012. *Ihya Ullumudin*, jilid III, terj. Muh Zuhri, Semarang: CV. As-Syifa
- Anggraeni, T.P., & Jannah, M.S (2014). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan kepribadian *hardiness* dengan *stress* pada petugas *port security*. *Character 3(1)* diunduh pada 12 Januari 2020.
- Azwar, S (2010). *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka pelajar
- Azwar, S (2015). *Penyusunan Skala Psikologi (edisi ke 2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bordbar, F.T., Malihe, N., Fatane, Y., & Ahmad, A. (2011). Comparing the psychological well-being level of the student of Shiraz Payame Noor University in view of demographic and academic performance variabls. *Procedia, Social adn Behavioral Science* 29, 663-669. Diunduh pada 16 Januari 2020.
- Bungin, B., (2005). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, ekonomi dan kebijakan public serta ilmu-ilmu sosial lainnya*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Cardak, M. (2013). The Relationship between Forgiveness and Humility: A Case Study for University Students. *Educatioanl Research and reviews*, 8(8). 425-430

- Dararajat, Z. 1995. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta : Bulan Bintang
- Diener, R. (2009). *New measures of well-being*. London New York : Springer.
Diunduh pada 20 Januari 2020.
- Hawwa, S. (2006). *Tzakiyatun Nafs : Intisari Ihya Ulumuddin*. Jakarta Selatan : Pena Pundi Aksara
- Ilyas, Y. (2001). *Kuliah Akhlak*. Yogyakarta : Lembaga Pengkajian dan Pengamalan Islam (LPPI)
- Mirowsky, J., dan Ross, C. E. (2010) *A handbook for the study of mental health*. New York : Cambridge University Press. Diunduh pada 20 Januari 2020
- Mujib, A. (2006). *Kepribadian dalam psikologi islam*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Papalia, D, E. (2009). *Human development*. Jakarta. Salemba Humanika.
- Richter, R.J (2006). *Correlation of Psychological Wellbeing and Christian Spiritual Wellbeing at a Small Christian Liberal Arts College in the Urban Midwest*. Diunduh pada 2 Maret 2020.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L (2001). On happiness and human potential : A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Psychology*, 52, 141-166. Diunduh pada 2 Maret 2020.
- Ryff, C. D. (1989), Happiness is everything, or is it? : Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727. Diunduh pada 4 Maret 2020
- Ryff. C. D., & Singer. B. H. (2008). Know the self and become what you are : A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies* 9, 13-39. Diunduh pada 3 maret 2020.
- Siregar, S. (2014). *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta

Tangney, J.P. (2000). Humility: Theoretical Perspectives, empirical findings and directions for future research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1).

Ulfatul & Hedi. Hubungan Tawadhu dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Santri. Yogyakarta. Diunduh pada 7 Juni 2019.

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Jurnal of Personality and Social Psychology*, 64 (4), 678-691. Diunduh pada 13 Maret 2020.

Wells, E. I. (2010). *Psychological well-being*. New York : Nova Science Publisher. Diunduh pada 18 Maret 2020.

