

Pengaruh Orientasi Religius, *Hardiness*, dan *Quality of friendship* Terhadap Kebahagiaan Santri

Noor Uyun Nadhifah, Zulfa Indira Wahyuni

Faculty of Psychology UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

Uyunnadhifah@gmail.com, zulfa.indira@uinjkt.ac.id

Abstract

Happiness is a life's goal for everyone. It also has an important role in the educational environment, especially for individuals who live in boarding schools. Happiness could escalate student's motivation especially in learning and indirectly influence student's activities while staying in boarding schools. The purpose of this study is to determine whether there are influences from religious orientation (intrinsic and extrinsic), hardiness (commitment, control, and challenge), and quality of friendship (stimulating companionship, help, intimacy, reliable alliance, self validation, and emotional security) towards the Happiness of santri. This research involved 240 students from boarding schools in Bandung. The sampling technique used in this study is non probability sampling. The questionnaires for measuring Happiness using OHI (Oxford Happiness Inventory), religious orientation using ROS (Religious orientation Scale), hardiness using hardiness Scale (how hardy are you?), and quality of friendship using MFQ FF (Mcgrill Friendship Questionnaire - Friend's Functions). Confirmatory Factor Analysis (CFA) was used to test the validity of each item in the questionnaire from LISREL8.7 software. While statistical testing using multiple regression analysis of SPSS 17 software. Based on the results of the data analysis, there was a significant influence of religious orientation, hardiness, and quality of friendship on students' Happiness.

Keywords: *Happiness, religious orientation, hardiness, quality of friendship*

Abstrak

Kebahagiaan merupakan tujuan hidup bagi semua orang. Kebahagiaan juga memiliki peran penting dalam lingkungan pendidikan khususnya bagi individu yang tinggal di pondok pesantren. Dengan adanya kebahagiaan dapat meningkatkan motivasi belajar dan secara tidak langsung dapat mempengaruhi aktivitas yang dilakukan oleh para santri selama berada di pondok pesantren. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari orientasi religius (intrinsik dan ekstrinsik), *hardiness* (*commitment, control, dan challenge*), dan *quality of friendship* (*stimulating companionship, help, intimacy, reliable alliance, self validation, dan emotional security*) terhadap kebahagiaan santri. Penelitian ini dilakukan pada 240 santri pondok pesantren modern di Bandung. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah non probability sampling. Untuk alat ukur kebahagiaan menggunakan OHI (*Oxford Happiness Inventory*), orientasi religius menggunakan ROS (*Religious orientation Scale*), *hardiness* menggunakan *hardiness Scale (how hardy are you?)*, dan *quality of friendship* menggunakan MFQ FF (*Mcgrill Friendship Questionnaire - Friend's Functions*). Uji validitas alat ukur menggunakan teknik *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dengan bantuan software LISREL8.7. Sedangkan analisis data menggunakan teknik analisis regresi berganda dengan bantuan software SPSS 17. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh kesimpulan penelitian ada pengaruh yang signifikan orientasi religius, *hardiness*, dan *quality of friendship* terhadap kebahagiaan santri.

Kata kunci: *Kebahagiaan, orientasi religius, hardiness, quality of friendship*

Pendahuluan

Semua aktivitas, kerja, dan upaya manusia pada akhirnya selalu mengarah pada upaya mencapai atau menjadi bahagia (Arif, 2016). Seperti halnya yang dikatakan oleh Franklin (2010) bahwa kebahagiaan bukan sekedar merasa baik, menjadi kaya, atau memiliki barang-barang, melainkan merupakan cara hidup yang selalu mengejar, bergerak maju, dan berkembang dengan tujuan memaksimalkan potensinya.

Menurut Seligman (2005) kebahagiaan sebagai emosi positif dan kegiatan positif tanpa unsur paksaan sama sekali dari kondisi dan kemampuan seseorang untuk merasakan emosi positif. Emosi positif terbagi dalam tiga macam: emosi yang ditujukan pada masa lalu, masa depan atau masa sekarang. Puas, bangga dan senang adalah emosi yang berorientasi pada masa lalu. Optimisme, kepercayaan, keyakinan, dan kepercayaan diri adalah emosi yang berorientasi pada masa depan. Sementara itu emosi positif pada masa sekarang dimasukkan ke dalam kegiatan positif yang dilakukan saat ini. Carr (2004) mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah kemampuan untuk menikmati diri sendiri dan orang lain yang bertujuan untuk bersenang-senang, mengekspresikan perasaan positif, dan kepuasan dalam kehidupan.

Berdasarkan studi longitudinal terhadap 2000 orang Amerika dan Meksiko yang berumur lebih dari 65 tahun, Ostir, Markides Black dan Goodwin (dalam Carr, 2004) menemukan bahwa setelah dua tahun, para subjek yang merasa bahagia terbukti dua kali lebih mungkin bertahan hidup dibandingkan dengan subjek yang tidak bahagia. Kebahagiaan akan meningkatkan motivasi belajar siswa dan secara tidak langsung akan mempengaruhi efektivitas mereka dalam proses belajar (Soleimani & Tebyanian, 2011). dan memiliki kontrol emosi yang baik serta mampu menghadapi peristiwa dalam kehidupan dengan baik, tentunya bukan dengan cara ataupun perilaku yang menyimpang (Rostiana & Nisfiannoor, 2004)., Sebaliknya menurut Nettle (2005) individu yang tidak merasa bahagia cenderung memiliki angka harapan hidup yang lebih rendah daripada individu yang merasa bahagia. Menurut Alissa dan Avin (2010) remaja yang tidak bahagia akan memiliki kesedihan dalam dirinya yang dapat mempengaruhi orang di sekitarnya dengan negatif, selain itu menjadi sulit berkonsentrasi, tidak fokus dan senang menyendiri.

Setiap orang seharusnya bahagia, termasuk santri di pondok pesantren. Khan (2013) dalam studinya mengatakan bahwa hidup di pondok pesantren dapat membuat individu menemukan ketenangan. Mendengar lantunan ayat suci Al- qur'an dan juga dapat melantunkannya disetiap ba'da shalat dapat membuat jiwa seseorang menjadi tenang. Kehidupan sehari-hari di pesantren dimanfaatkan untuk segala kebaikan diri atau melakukan hal-hal positif, seperti bangun di tengah malam ketika semua orang masih terlelap dalam tidur untuk bersujud, merundukkan wajah, dan berdo'a kepada Allah. Selain itu dalam pondok pesantren ada beberapa peraturan yang harus ditaati yang bertujuan untuk mendidik santri agar dapat menjadi seseorang yang lebih baik, lebih disiplin dalam belajar, dan disiplin dalam menggunakan waktu. Hal tersebut bertujuan agar para santri tidak hanya beriman namun juga berilmu. Namun di sisi lain, tinggal di asrama jauh dari orang tua disertai dengan berbagai peraturan dan kegiatan menuntut santri untuk dapat beradaptasi dengan pola hidup yang berbeda dengan sebelumnya. Padatnya kegiatan dan ketatnya peraturan terkadang membuat sebagian santri merasa mudah jenuh, bosan dan rentan terhadap stres, sehingga santri akan berpotensi untuk melanggar peraturan yang ada. Selain itu menurut Arifin (dalam Pritaningrum & Hendriani,

2013) bahwa kecenderungan masalah yang dihadapi santri yaitu tidak tahan dengan disiplin pondok pesantren yang terlalu ketat dan merasa jenuh dengan aktifitas di pondok pesantren. Permasalahan beberapa santri juga berkaitan dengan lingkungan sosial, misalnya masalah dengan teman dan masyarakat di lingkungan pondok pesantren, tidak betah, dikarenakan santri harus bergaul dengan orang lain yang berbeda adat istiadat di lingkungan tempat tinggalnya (Handono & Bashori, 2013). Juga kenyataan bahwa hampir 75% santri yang tinggal di pondok pesantren adalah kemauan orang tua bukan dari santri itu sendiri (Sutris, 2008)). Sedangkan hasil dari penelitian Rahmawati (2015) menjelaskan bahwa sebanyak 60,77% santri yang menunjukkan ketidakpatuhan terhadap aturan memiliki latar belakang masuk pondok pesantren karena permintaan orang tua. Akibatnya santri akan kurang memiliki keinginan untuk mematuhi aturan atau akan melanggar peraturan yang berlaku dikarenakan kurangnya kesadaran diri pada santri dan ini berakibat pada munculnya rasa tidak nyaman santri, sehingga menjadi kurang bahagia.

Pandangan yang berbeda disampaikan oleh Kuswandi (2017) bahwa hidup di pondok pesantren dapat menjadikan santri bahagia karena memiliki teman baru dari seluruh penjuru nusantara Indonesia. Selain itu, sistem pembelajaran yang mengedepankan pelajaran kepesantrenan (ma'had) dan mengedepankan syari'at Islam, menjadi faktor penyebab kebahagiaan. Kebersamaan dalam belajar dan beribadah juga menjadi faktor lain kebahagiaan mereka.

Kebahagiaan dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan adalah orientasi religius intrinsik, karena orang-orang berorientasi religius intrinsik cenderung menggambarkan reaktivitas tekanan darah rendah terhadap faktor stress dibandingkan dengan orang-orang berorientasi religius ekstrinsik (Powell, Shahabi, & Thoreson, 2003). Orientasi religius intrinsik adalah faktor pelindung terhadap penyakit jiwa, sementara orientasi religius ekstrinsik telah diklasifikasikan sebagai faktor risiko dalam hal penyakit jiwa (Hunter & Merrill, 2013).

Allport dan Ross (dalam McCormick et al., 2000) mengemukakan bahwa orientasi religius adalah motivasi dan visi psikologis yang berkenaan dengan kehidupan beragama seseorang. Seseorang yang imannya kuat walau apapun yang terjadi tidak akan mengganggu atau mempengaruhi bahkan keimanan itu akan membawa ketentraman dan kebahagiaan hati. Selain itu hasil penelitian Koenig pada tahun 1997 (dalam Jalaluddin, 2002) menemukan bahwa sebagian besar penduduk Amerika, yaitu sekitar 20- 40% mengatakan bahwa agama merupakan salah satu faktor penting yang membantu mereka mengatasi situasi hidup yang penuh stress. Ketika individu mempunyai keyakinan bahwa Allah tidak akan memberikan ujian diluar batas kemampuan hamba-Nya dan akan memberikan jalan keluar dari permasalahan yang sedang dihadapi maka individu tersebut akan mencari alternatif penyelesaian masalah yang efektif, positif dan sesuai dengan ajaran-ajaran agama Allah, sehingga tindakan negatif yang akan merugikan individu kemungkinan kecil terjadi. Keimanan seseorang juga akan mempengaruhi bagaimana dia menanggapi suatu hal yang terjadi dalam hidupnya. Untuk memperkuat iman dapat dilakukan dengan cara beribadah dalam berbagai aspek serta melakukan segala kegiatan yang didasari oleh ketulusan atau kesadaran dalam diri. Perilaku ini dapat kita jumpai pada wadah yang menjadikan religiusitas sebagai topik utama dalam segala aspek kehidupan serta kegiatannya, yaitu pondok pesantren. Namun, terkadang perilaku beribadah dan segala kegiatan keagamaan, ternyata tidak menjamin kebahagiaan pada diri individu yang ada di dalamnya.

Faktor yang mempengaruhi kebahagiaan selanjutnya adalah *hardiness*. *Hardiness* adalah suatu konstalasi karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil, dan optimis dalam menghadapi stress dan mengurangi efek negatif yang dihadapi (Kobasa, 1982). Studi telah melaporkan bahwa individu yang tinggi dalam sifat *hardiness* lebih mungkin melaporkan kebahagiaan, kepuasan kerja, kepuasan hidup, dan kesehatan mental dan fisik (Cunningham & De La Rosa 2008, Delahajj et al., 2010, Schreurs et al., 2010). Studi lain menunjukkan menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *hardiness* dan kebahagiaan (Walker 2006, Erbes et al., 2011, Nayyeri & Aubi 2011, Zhang 2011). Sebaliknya bahwa individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang rendah lebih mungkin melaporkan gangguan mental, seperti depresi, kecemasan, dan stres (Eschleman et al., 2010).

Hardiness juga telah terbukti berhubungan dengan penggunaan strategi *coping* individu yang aktif dan berfokus pada masalah untuk menghadapi kejadian stress (Gentry & Kobasa, 1984; Kobasa, 1982). Kedua mekanisme ini, pada gilirannya, dihipotesiskan mengurangi jumlah tekanan psikologis yang dialami dan memberi kontribusi pada kesejahteraan psikologis jangka panjang individu. Individu dengan *hardiness* yang baik akan dapat merasakan kebahagiaan. Sebab, situasi yang menekan merupakan bagian dalam dinamika kehidupan manusia yang mempunyai konsekuensinya stress, sehingga dibutuhkan kemampuan untuk beradaptasi dengan melakukan cara-cara coping yang efektif akan membantu individu mencapai suatu kehidupan yang bahagia serta sehat secara psikologis (Sarafino, 1997; Desjarlais et al., 1995; Kahn, 1981). *Hardiness* berkembang pada anak usia dini dan muncul sebagai akibat dari kekayaan, keragaman, dan menghargai pengalaman hidup (Maddi & Kobasa, 1984). Menurut Kobasa (1979), efek dari *hardiness* terhadap kesehatan mental dimediasi oleh penilaian kognitif individu terhadap strategi penanganan situasi yang penuh tekanan dan sandiwara. Schultz dan Schultz (1990) menambahkan bahwa individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi memiliki sikap yang membuat mereka lebih mampu dalam melawan stress. Mereka akan lebih tenang menghadapi masalah sehingga mereka akan lebih bisa merasakan kebahagiaan.

Selain itu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan selanjutnya adalah *quality of friendship*. *Quality of friendship* itu sendiri menurut Mendelson dan Aboud (dalam Brendgen et.al., 2001) adalah suatu proses fungsi persahabatan (hubungan pertemanan, pertolongan, keintiman, kualitas hubungan yang dapat diandalkan, pengakuan diri, rasa aman secara emosional) yang terpuaskan. Menurut Santrock (2003) persahabatan merupakan hubungan antar individu, yang ditandai keakraban, saling percaya, menerima satu dengan yang lain, mau berbagi perasaan, pemikiran dan pengalaman, serta kadang melakukan aktivitas bersama.

Penelitian yang dilakukan oleh Demir (2007) menunjukkan bahwa seseorang akan lebih bahagia saat mengalami persahabatan dengan kualitas yang tinggi dengan sahabat. Seseorang yang menjalin persahabatan tidak terlepas dari aktivitas yang dilakukan bersama dengan sahabatnya seperti pembicaraan yang mendalam, pemberian pertolongan satu sama lain, serta sejumlah kegiatan bersama yaitu makan bersama, menonton film, berbelanja dan berolahraga bersama. Pada sebuah penelitian, remaja, menghabiskan waktu rata-rata 103 menit per hari untuk interaksi yang berarti dengan sahabat dibandingkan dengan hanya 28 menit per hari dengan orang tua (Santrock, 2003).

Sedangkan teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut. Kebahagiaan menurut Seligman (2005) adalah suatu keadaan yang ingin dicapai oleh individu berdasarkan penilaian subyektifnya mengenai emosi dan kegiatan positif yang meliputi kepuasan pada masa lalu, optimisme di masa depan, dan kesenangan dan keterlibatan dalam aktivitas pada masa sekarang (Seligman, 2005). Orientasi Religius adalah sistem cara pandang individu mengenai kedudukan agama dalam hidupnya, yakni bagaimana agama berperan dalam kehidupan seseorang (Allport & Ross, dalam McCormick et.al., 2000). *Hardiness* adalah onstalisasi karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil, dan optimis dalam menghadapi stress dan mengurangi efek negatif yang dihadapi (Kobasa, 1982). *Quality of friendship* adalah suatu proses fungsi persahabatan (hubungan pertemanan, pertolongan, keintiman, kualitas hubungan yang dapat diandalkan, pengakuan diri, rasa aman secara emosional) yang terpuaskan (Mendelson & Aboud, dalam Brendgen et.al., 2001). Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas, membuat penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai orientasi religius, *hardiness*, dan *quality of friendship* terhadap kebahagiaan santri.

Metode

Populasi dalam penelitian ini adalah 356 santri yang berusia 12 sampai dengan 16 tahun di daerah Bandung. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 240 santri. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik non probability sampling. Teknik ini penulis pilih karena satuan sampling dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu dengan tujuan untuk memperoleh sampel dengan karakteristik yang sesuai.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan berupa kuesione. Kusioner yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk skala model likert, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Subjek diminta untuk memilih salah satu dari pilihan jawaban yang masing-masing jawaban menunjukkan kesesuaian pernyataan yang diberikan dengan keadaan yang dirasakan oleh subjek.

1. Alat Ukur Kebahagiaan

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah OHI (*Oxford Happiness Inventory*). Alat ukur ini dikembangkan oleh Argyle, Martin, dan Crossland (1989) berdasarkan teori dari Seligman yang membagi kebahagiaan menjadi tiga dimensi (emosi positif terhadap kepuasan masa lalu, emosi positif terhadap optimis masa depan, dan emosi positif pada masa sekarang), alat ukur ini terdiri dari 29 item (Argyle et.al., 1989).

2. Alat Ukur Orientasi Religius

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah ROS (*Religious orientation Scale*) yang dibuat oleh Allport – Ross (1967), terdiri dari dua dimensi yaitu orientasi religius intrinsik dan orientasi religius ekstrinsik.

3. Alat Ukur *Hardiness*

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Hardiness Scale* yang diterbitkan oleh *American Health* pada tahun 2007 dengan judul *how hardy are you?* alat ukur ini mengukur tiga dimensi *hardiness* yang dikembangkan Kobasa (1984) yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan.

Hasil Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah santri pondok pesantren modern berusia 12 sampai 16 tahun. Gambaran umum responden penelitian ini diuraikan secara rinci di bawah ini yaitu berdasarkan usia, jenis kelamin, kelas, jumlah uang saku bulanan, alasan masuk pesantren, dan teman dekat.

Tabel 1. Gambaran subjek penelitian

Gambaran Umum	Subjek Penelitian	N = 240	Persentase (%)
Usia	12 tahun	55	22.92%
	13 tahun	94	39.17%
	14 tahun	59	24.58%
	15 tahun	29	12.08%
	16 tahun	3	1.25%
Jenis kelamin	Laki-laki	139	57.92%
	Perempuan	101	42.08%
Kelas	1 Mts	134	55.83%
	2 Mts	67	27.92%
	3 Mts	39	16.25%
Jumlah uang saku bulanan	Rp. 50.000 – Rp. 499.999	140	58.33%
	Rp. 500.000 – Rp. 1.000.000	98	40.83%
	> Rp. 1.000.000	2	0.83%
Alasan masuk pesantren	Kemauan sendiri dan orang tua	32	13.33%
	Kemauan sendiri	147	61.25%
	Kemauan orang tua	61	25.42%
Teman dekat	Ada	229	95.42%
	Tidak	11	4.58%

Responden dalam penelitian ini adalah santri pondok pesantren modern berusia 12 sampai 16 tahun. Gambaran umum responden penelitian ini diuraikan secara rinci di bawah ini yaitu berdasarkan usia, jenis kelamin, kelas, jumlah uang saku bulanan, alasan masuk pesantren, dan teman dekat.

Dari tabel 1 tersebut dapat dilihat bahwa responden yang berusia 12 tahun sebanyak 55 orang (22.92%), sementara yang berusia 13 tahun sebanyak 94 orang (39.17%), yang berusia 14 tahun sebanyak 59 orang (24.58%), yang berusia 15 tahun sebanyak 29 orang (12.08%), dan yang berusia 16 tahun sebanyak 3 orang (1.25%). Selanjutnya, berdasarkan jenis kelamin, berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki lebih banyak dari responden dengan jenis kelamin perempuan. Jumlah responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 139 orang (57.92%), sementara responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 101 orang (42.08%).

Berdasarkan tingkatan kelas jumlah responden yang ada di kelas 1 Mts sebanyak 134 orang (55.83%), sedangkan yang ada di kelas 2 Mts sebanyak 67 orang (27.92%), dan yang ada di kelas 3 Mts sebanyak 39 orang (16.25%). Selanjutnya, berdasarkan jumlah uang saku bulanan, berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa responden dengan uang saku sebesar Rp. 50.000 – Rp. 499.999 sebanyak 140 orang (58.33%), responden dengan uang saku sebesar Rp. 500.000 – Rp. 1.000.000 sebanyak 98 orang (40.83%), dan responden dengan uang saku > Rp. 1.000.000 sebanyak 2 orang (0.83%). Berdasarkan alasan masuk pesantren, responden dengan alasan kemauan sendiri dan orang tua sebanyak 32 orang (13.33%), sedangkan responden dengan alasan kemauan sendiri sebanyak 147 orang (61.25%), dan responden dengan alasan kemauan orang tua sebanyak 61 orang (25.42%). Kemudian, berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa responden yang mempunyai teman dekat sebanyak 229 orang (95.42%), dan yang tidak mempunyai teman dekat sebanyak 11 orang (4.58%).

Selanjutnya, pada tahap ini penulis menguji hipotesis dengan teknik analisis regresi berganda dengan menggunakan *software* SPSS 17.0.

Tabel 2. R Square

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Error of the Estimate
1	.644a	.414	.389	7.25107

Selanjutnya, pada tahap ini penulis menguji hipotesis dengan teknik analisis regresi berganda dengan menggunakan *software* SPSS 17.0. Berdasarkan data tabel 2 dapat dilihat bahwa perolehan *R square* sebesar 0.414 atau 41.4%. Artinya proporsi varians dari kebahagiaan yang dijelaskan oleh variabel orientasi religius (ekstrinsik dan intrinsik), *hardiness* (*commitment dan challenge*), dan *quality of friendship* (*stimulating companionship, help, intimacy, reliable alliance, self validation, dan emotional security*) terhadap kebahagiaan adalah sebesar 41.4%. Sedangkan 58.6% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Tabel 3. Anova

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	8519.237	10	851.924	16.203	.000a
Residual	12040.381	229	52.578		
Total	20559.618	239			

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat perolehan uji F terhadap R² bahwa pengaruh orientasi religius, *hardiness*, dan *quality of friendship* terhadap kebahagiaan signifikan yaitu 0.000 ($p < 0.05$). Hal ini menolak hipotesis nihil (mayor) yang berbunyi “Tidak ada pengaruh yang signifikan dari dimensi orientasi religius (ekstrinsik dan intrinsik), *hardiness* (*commitment* dan *challenge*), dan *quality of friendship* (*stimulating companionship*, *help*, *intimacy*, *reliable alliance*, *self validation*, dan *emotional security*) terhadap kebahagiaan. Artinya ada pengaruh orientasi religius (ekstrinsik dan intrinsik), *hardiness* (*commitment* dan *challenge*), dan *quality of friendship* (*stimulating companionship*, *help*, *intimacy*, *reliable alliance*, *self-validation*, dan *emotional security*) terhadap kebahagiaan.

Selanjutnya, penulis menguji regresi dari masing-masing independen variabel untuk mengetahui signifikan atau tidaknya koefisien regresi yang dihasilkan, dapat dilihat melalui kolom *Sig* (kolom ke enam). Jika *Sig*, $<0,05$ maka koefisien regresi yang dihasilkan signifikan pengaruhnya terhadap *work-family conflict*, begitupun sebaliknya. Adapun besarnya koefisien regresi dari masing-masing independen variabel terhadap *work-family conflict* dapat dilihat pada tabel berikut:

$$\text{Kebahagiaan} = 10.760 + 0.045 (\text{OREKS}) + 0.351 (\text{ORINT})^* + 0.311 (\text{HCOMM})^* + 0.014 (\text{HCHALL}) + 0.007 (\text{QSC}) + 0.119 (\text{QH}) - 0.181 (\text{QI})^* - 0.081 (\text{QRA}) + 0.251 (\text{QSV})^* - 0.052 (\text{QES})$$

Dari hasil koefisien regresi di bawah terdapat empat *independent variable* yang signifikan pengaruhnya terhadap kebahagiaan, yaitu orientasi religius intrinsik, *commitment*, *intimacy*, dan *self validation*.

Tabel 4. Koefisien Regresi

Model	Unstandardized		Standardized	T	Sig.
	Coefficients		Coefficients		
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	10.760	4.403		2.444	.015
OREKS	.045	.075	.038	.601	.548
ORINT	.351	.063	.340	5.566	.000
HCOMM	.311	.052	.335	5.964	.000
HCHALL	.014	.049	.015	.292	.771
QSC	.007	.091	.008	.082	.935
QH	.119	.112	.119	1.057	.292
QI	-.181	.088	-.184	-2.053	.041
QRA	-.081	.083	-.081	-.975	.331
QSV	.251	.098	.241	2.559	.011
QES	-.052	.096	-.052	-.543	.588

Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian dan didapatkan hasil yang kemudian dianalisis oleh penulis, didapatkan kesimpulan yang juga merupakan jawaban dari permasalahan penelitian. Berdasarkan analisis data penelitian maka kesimpulan yang didapat adalah terdapat pengaruh orientasi religius, *hardiness*, dan *quality of friendship* terhadap kebahagiaan santri. Selanjutnya, berdasarkan hasil uji hipotesis yang menguji signifikansi masing-masing koefisien regresi terhadap *dependent variable*, dapat diketahui bahwa terdapat empat variabel yang nilai koefisien regresinya signifikan, yaitu; intrinsik, *commitment*, *intimacy*, dan *self validation*. Sementara enam variabel lain tidak signifikan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan dipengaruhi oleh satu dimensi dari orientasi religius yaitu intrinsik, satu dimensi dari *hardiness* yaitu *commitment* dan dua dimensi dari *quality of friendship* yaitu *intimacy* dan *self-validation*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh orientasi religius, *hardiness*, dan *quality of friendship* terhadap kebahagiaan pada santri. Beberapa variabel yang diduga berpengaruh terhadap kebahagiaan adalah orientasi religius yang terdiri dari dimensi intrinsik, *hardiness* yang terdiri dari

dimensi *commitment* dan *challenge*, dan *quality of friendship* yang terdiri dari dimensi *intimacy* dan *self validation*.

Variabel pertama yang akan dibahas yaitu orientasi religius. Berdasarkan kesimpulan yang telah diambil, satu dimensi dari orientasi religius yaitu intrinsik berpengaruh secara signifikan terhadap kebahagiaan pada santri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Moltafet et.al. (2010) yang mengatakan bahwa orientasi religius intrinsik merupakan prediktor positif dari kebahagiaan. Kebahagiaan individu sedikit banyak dipengaruhi oleh orientasi agamanya. Individu dengan orientasi religius intrinsik lebih bahagia daripada individu dengan orientasi ekstrinsik. Oleh karena itu, direkomendasikan bahwa landasan untuk mengalami orientasi religius yang lebih intrinsik harus dilakukan untuk individu. Berdasarkan nilai koefisien regresi, intrinsik memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap kebahagiaan santri. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi intrinsik, maka semakin tinggi pula kebahagiaan pada santri.

Sedangkan dimensi ekstrinsik tidak berpengaruh secara signifikan terhadap kebahagiaan pada santri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Moltafet et.al., (2010) yang mengatakan bahwa ekstrinsik tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan. Thaha dan Rustan (2017) dalam penelitiannya mengatakan, orang yang memiliki orientasi religius ekstrinsik akan memandang agama dalam rangka kegunaan untuk berbagai hal, antara lain untuk memperoleh rasa aman, hiburan, membenaran diri, memperbaiki status, dan bertahan melawan kenyataan atau memberi sanksi pada suatu cara hidup. Bagi mereka, keyakinan yang dipeluknya cenderung dianut atau dilambungkan secara selektif agar cocok dengan kebutuhan-kebutuhannya yang lebih primer. Individu dengan orientasi ini cenderung memanfaatkan agamanya demi kepentingan sendiri. Sehingga mungkin saat apa yang diinginkan tidak tercapai atau kepentingan yang dibutuhkan tidak bisa di dapatkan itu akan membuat individu kecewa sehingga mereka merasa tidak bahagia.

Variabel kedua yaitu *hardiness*. Berdasarkan kesimpulan yang telah diambil, satu dimensi dari *hardiness* yaitu *commitment* berpengaruh secara signifikan terhadap kebahagiaan pada santri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Abdollahi et.al. (2014) yang mengatakan bahwa penelitian tersebut menunjukkan sifat *hardiness* sebagai faktor pelindung terhadap stres yang dirasakan dan faktor pendorong kebahagiaan. Selain itu, sejumlah penelitian telah menyimpulkan bahwa individu yang *hardy* lebih bahagia daripada individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang rendah. Berdasarkan nilai koefisien regresi, *commitment* memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap kebahagiaan santri. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi *commitment*, maka semakin tinggi pula kebahagiaan pada santri.

Berikutnya dimensi *control* dan *challenge* pada variabel *hardiness*. Dimensi *control* dan *challenge* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap kebahagiaan pada santri. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Abdollahi et.al. (2014) yang mengatakan bahwa dimensi *control* dan *challenge* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan. *Control* didefinisikan sebagai seseorang yang percaya bahwa mereka dapat mengendalikan atau memengaruhi pengalaman hidup mereka. Dia dapat membuat keputusan dalam hidupnya dan mengendalikan hidup dan acara mereka sendiri. Sedangkan *challenge* didefinisikan sebagai seseorang yang memandang dunia sebagai peluang untuk berkembang, serta menjadi pembelajar yang baik (Khoshaba & Maddi, dalam Abdollahi, 2014). Mungkin dalam mengendalikan hidup dan acara, para santri sudah terbiasa dengan

adanya peraturan yang ada di pesantren. Apapun yang mereka kerjakan sudah terjadwal sehingga mereka akan menjalankannya sesuai dengan jadwal dan peraturan yang ada. Begitu juga dengan *challenge*, mungkin para santri merasa bahwa tinggal di pondok pesantren bukanlah suatu hal yang menantang.

Variabel ketiga yaitu *quality of friendship*. Berdasarkan kesimpulan yang telah diambil, dua dimensi dari *quality of friendship* yaitu *intimacy* dan *self validation* berpengaruh secara signifikan terhadap kebahagiaan pada santri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Demir et.al. (2007) yang mengungkapkan bahwa *quality of friendship* terbaik adalah satu- satunya prediktor kebahagiaan yang signifikan; namun, individu lebih bahagia ketika mereka mengalami persahabatan pertemanan pertama yang berkualitas tinggi dalam hubungannya dengan persahabatan terbaik yang berkualitas tinggi. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Demir dan Weitekamp (dalam Demir, 2007) analisis tambahan mengungkapkan bahwa fitur persahabatan dan *self validation* dari *quality of friendship* adalah prediksi kebahagiaan. Namun, hasil dari dimensi *intimacy* dalam penelitian ini secara signifikan berpengaruh negatif terhadap kebahagiaan, yang artinya semakin tinggi tingkat *intimacy*, maka akan semakin rendah kebahagiaan pada santri. Hal ini kemungkinan disebabkan karena pengaruh dari sifat manusia yang berbeda-beda. Ada yang kurang suka atau merasa risi jika ada teman atau sahabat yang ter lalu dekat dengannya. Merasa tidak nyaman dan merasa privasinya dapat terancam.

Daftar Pustaka

- Abdollahi, A., Talib, M. A., Yaacob, S. N., & Ismail, Z. (2014). *Hardiness* as a mediator between perceived stress and *Happiness* in nurses. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 21, 789–796.
- Alissa, & Avin. (2013). Syukur dan Harga Diri dengan Kebahagiaan Remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 5 (2).
- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal *Religious orientation* and Prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5 (4), 432-443.
- Allred, K. D., & Smith, T. W. (1989). The hardy personality: cognitive and physiological responses to evaluative threat. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2), 257-266.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1978). *Social Indicator.s of well-being*. New York.
- Argyle, M., Martin, M., & Crossland, G. (1988). *Happiness* as a function of Personality and Social Encounters. *Journal of Social Psychology: An International Perspective*, 189-203.
- Arif, I. S. (2016). *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta, Indonesia: Gramedia Pustaka Utama.
- Berhm, S. S. (2001). *Intimate Relationships Third Edition*. New York: Mc Graw Hill.
- Berndt, T. J. (2002). Friendship Quality and Social Development. *Journal of Current Directions in Psychological Science*, 11 (7), 1-10.

- Brendgen, M., Vitaro, F., Tremblay, R. E., & Lavoie, F. (2001). Reactive and Proactive Aggression: Predictions to Physical Violence in Different Contexts and Moderating Effects of Parental Monitoring and Caregiving Behavior. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 29 (4), 293–304.
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*. New York: Brunner Routledge.
- Demir, M., Ozdemir, M., & Weitekamp, L. (2007). Looking to Happy Tomorrows with Friends: Best and Close Friendships as They Predict *Happiness*. *Journal of Happiness Studies*, 8, 243 - 271. doi:10.1007/s10902-006-9025-2
- Desjarlais, R., Eisenberg, L., Good, B., & Kleinman, A. (1995). *World Mental Health*. New York: Oxford University Pres.
- Eschleman, K. J., Bowling, N. A., & Alarcon, G. M. (2010). A Meta-Analytic Examination of *Hardiness*. *International Journal of Stress Management*, 17 (4), 277–307.
- Febriana, R. (2015). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Pass (Procrastination Assessment Scale For Student) Dengan Metode *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 3(4), 267-277.
- Franklin, S. S. (2010). The Psychology of *Happiness*: A Good. *Journal of Social Work Values and Ethics*, 7 (2), 12.
- Froh, J. J., Bono, G., & Emmons, R. (2010). Being grateful is beyond good manners: Gratitude and motivation to contribute to society among early adolescents. *Motivation and Emotion*, 34, 144-157. doi:10.1007/s11031-010-9163-z
- Gentry, W. D., & Kobasa, S. C. (1984). Social and psychological resources mediating stress- illness relationships in humans. In W. D. Gentry (Ed.). In *Handbook of behavioral medicine* (pp. 87-116). New York: Guilford Press.
- Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). Hubungan Antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Lingkungan Pada Santri Baru. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 1 (2), 79-89.
- Hunter, B. D., & Merrill, R. M. (2013). *Religious orientation* and Health among Active Older. *Journal of Religion and Health*, 52, 851–863. doi:10.1007/s10943-011-9530-4
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (5 ed.). Jakarta: Erlangga.
- Kahn, M. W. (1981). *Basics Methods for Mental Health Practitioners*. . Cambridge, Massachusettes: Winthrop Publishers, Inc.
- Kobasa, S. C. (1979). Personality and Resistance to Illness. *American Journal of Community Psychology*, 7 (4), 413-423.
- Kobasa, S. C. (1982). Commitment and coping in stress resistance among lawyers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42 (1), 168-177.

- Kreitner, R., & Kinicki, A. (2005). *Perilaku Organisasi (Organizational Behavior)*. Jakarta: Salemba Empat.
- Kuswandi, I. (2017). Logika Kebahagiaan Mahasantri di Pesantren (Studi Kasus di Kampus IDIA). *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 2 (2), 201.
- Kuyel, N., Cesur, S., & Ellison, C. G. (2012). *Religious orientation and Mental Health: A Study with Turkish University Student*. *Journal of Psychological Reports*, 110 (2), 535-546.
- Lucas, R. E., & Diener, E. (2009). Personality and subjective well-being. In E. Diener (Ed.). In *Social indicators research series: The science of well-being: The collected works of Ed Diener* (Vol. 37, pp. 75-102). New York, NY, US: Springer Science + Business Media.
- Maddi, S.R., & Kobasa, S. C. (1984) *The hardy executive: Health under stress* (Vol. 18). Homewood, IL: Dow Jones-Irwin.
- Masters, K. S., & Knestel, A. (2011). *Religious orientation Among a Random Sample of Community-Dwelling Adults: Relations With Health Status and Health Relevant Behaviors*. *International Journal for the Psychology of Religion*, 21, 63-76.
- Mathur, R., & Berndt, T. J. (2006). Relations of Friends' Activities to Friendship Quality. *The Journal of Early Adolescence*, 26 (3), 365-388.
- McCormick, J., Hoekman, C. S., & Denis. (2000). *Religious orientation & Locus of Control in an Australian Open Enrolment Christian School*. Publikasi online. Retrieved from <https://www.aare.edu.au/data/publications/2000/mcc00072.pdf>
- Mendelson, M. J., & Aboud, F. (2012). McGill Friendship Questionnaire – Respondent's affection (MFQ-RA). *Measurement Instrument Database for the Social Science*.
- Mendelson, M. J., & Aboud, F. E. (1999). Measuring friendship quality in late adolescents and young adults: McGill Friendship Questionnaires. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, 31 (2), 130-132.
- Moltafet, G., Mazidi, M., & Somayeh, S. (2010). Personality traits, *religious orientation and Happiness*. *Journal of Procedia Social and Behavioral Sciences*, 9, 63-69. doi:10.1016/j.sbspro.2010.12.116
- Nettle, D. (2005). *Happiness (The Science Behind Your Smile)*. New York: Oxford: University Press Inc.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993). Friendship and Friendship Quality in Middle Childhood: Links With Peer Group Acceptance and Feelings of Loneliness and Social Dissatisfaction. *Journal of Developmental Psychology*, 29 (4), 611-621.
- Powell, L. H., Shahabi, L., & Thoresen, d. C. (2003). Religion and Spirituality: Linkages to Physical Health. *Journal of American Psychologist*, 58 (1), 36-52.

- Pritaningrum, M., & Hendriani, W. (2013). Penyesuaian Diri Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama. *Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2 (3), 134-143.
- Rahmawati, A. D. (2015). *Kepatuhan santri terhadap aturan di pondok pesantren modern*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Riggio, R. (2003). *Introduction to Industrial / Organizational Psychology* (4 ed.). New Jersey: Prentice Hall.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069-1081. Santrock, J. (2002). *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup) Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja* (6 ed.). Jakarta: Erlangga. Sarafino, E. P. (1997). *Health Psychology, Biopsychosocial Interaction*, 3rd. New York: Joh Wilwy & Sons, Inc.
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (1990). *Psychology and Industry Today (An Introduction to Industrial and Organizational Psychology)* (5 ed.). New York: Macmillan Publishing Company.
- Schultz, D., & Schultz, S. E. (2002). *Psychology and Work Today* (8 ed.). New Jersey: Prentice Hall.
- Seligman, M. (2005). Authentic *Happiness: Using The New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. *Journal of American Psychologist*, 60 (5), 410–421.
- Soleimani, N., & Tebyanian, E. (2011). A study of the relationship between principals' creativity and degree of environmental *Happiness* in Semnan high schools. *Journal of Social and Behavioral Sciences*, 29, 1869 – 1876. doi:10.1016/j.sbspro.2011.11.436
- Thaha, H., & Rustan, E. (2017). Orientasi Religiusitas dan Efikasi Diri dalam Hubungannya dengan Kebermaknaan Pendidikan Agama Islam pada Mahasiswa IAIN Palopo. *Jurnal Studi Agama dan Masyarakat*, 13 (2), 163-179.
- Wahidin. (2017). Spiritualitas dan *Happiness* Pada Remaja Akhir Serta Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 1 (1), 57-66.
- Weiten, W., Hammer, E. Y., & Dunn, D. S. (2012). *Psychology and Contemporary Life: Human Adjustment*. China: Wadsworth Cengage Learning.
- Widjanarko, M. (1997). Hubungan Sikap Religius Dengan Rasa Bersalah. *Jurnal Psikologika*, (3), 47-50.
- Wulff, D. M. (1997). *Psychology of Religion Classic & Contemporary* (2 ed.). USA: Wiley & Sons, Inc.