

**HUBUNGAN ANTARA KEIKHLASAN DENGAN KEBAHAGIAAN
PADA BURUH HARIAN LEPAS**



**Disusun oleh :
Al Zikra Karissa
Nim. 11561200713**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUSKA RIAU
2020**

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KEIKHLASAN DAN KEBAHAGIAAN PADA
BURUH HARIAN LEPAS**

Disusun Oleh:

**Al zikra karissa
NIM: 11561200713**

SKRIPSI

Telah Diterima dan Disetujui untuk Dimunaqasyahkan
dalam Siding Panitia Ujian Strata Satu (S1)
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, September 2020



**Dr. Khairil Anwar, MA
NIP.1074071320080110110**

MOTTO

“Jangan katakan pada Allah aku punya masalah besar, katakan pada masalah aku punya Allah Yang Maha Besar”

(Ali bin Abi Thalib)

"Cara terbaik untuk meramalkan masa depan ialah dengan cara menciptakannya."

(Abraham Lincoln)

“Allah has perfect plans for believers. Put trust in Allah and say Alhamdulillah for every single thing”

(Al zikra karissa)

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan tulisan ini kepada kedua orang tua (Alm Syahrial Mansur dan Fauziah Anwar) beserta saudara serahim (Ezza dan Edo).

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahkim

Alhamdulillah, puji syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat dan karunia-Nya setiap saat, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara Keikhlasan Dengan Kebahagiaan Pada Buruh Harian Lepas Di Kota Pekanbaru**”. Shalawat beriring salam semoga senantiasa tercurah kepada tunjungan umat muslim Nabi Muhammad SAW, atas segala perjuangannya sehingga dapat merasakan indahnya hidup di bawah naungan Islam.

Dengan segala kerendahan hati peneliti sampaikan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini. Peneliti menyadari tanpa bantuan dan partisipasi berbagai pihak, peneliti tidak akan mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. Yasmaruddin Bardansyah, Lc. MA selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Dra. Zulhidah, M.Pd selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Dra. Hj. Nurhasnawati, M.Pd selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Ibu Reni susanti, M, Psi, Psikolog. selaku Penasehat Akademik. Terimakasih atas masukan dan saran yang telah diberikan demi kemajuan skripsi ini, memberikan

nasehat yang tidak hanya dalam bidang akademik, dan selalu memotivasi agar menjadi individu yang lebih baik.

4. Bapak Dr. Khairil Anwar, M.A, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan yang sangat berarti dengan segenap kesabarannya, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan maksimal.
5. Ibu Dr Zuriatul Khairil M.Ag, M.Si, selaku penguji I, terima kasih atas kesediaannya meluangkan waktu untuk memberikan masukan serta saran untuk perbaikan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau yang telah banyak memberi bantuan, bimbingan, dan ilmu yang sangat bermanfaat bagi peneliti selama masa perkuliahan dan untuk masa yang akan datang.
7. Seluruh masyarakat Kelurahan Tanah Datar Kota Pekanbaru selaku tempat penelitian dan responden penelitian. Terima kasih karena telah memberikan izin dan membantu untuk Penelitian.
8. Keluarga tercinta, Mama, Papa, kak ica, dan bang edo selalu memberikan kasih sayang, doa serta dukungan moril dan materil, kepada penulis hingga skripsi ini terselesaikan
9. Keponakan mimi tersayang Raina, Fatimah dan Hamka yang telah menjadi penghibur dan semangat mimi menyelesaikan tugas-tugas dan skripsi ini.
10. Untuk adik-adikku Vira, Amoy dan Tifa terima kasih untuk semua hal yang telah kita lewati bersama, selalu ada di saat senang maupun susah.

11. Kepada sahabat-sahabat tersayang penulis Widya Adhana, Nely Aldriani, Astrid Laura, dan Dhita Pertiwi, untuk selalu menemani dan membantu penulis menyelesaikan skripsi ini
12. Teman-teman Psikologi C angkatan 2015 serta seluruh teman-teman 2015 Program Studi S1 Psikologi UIN Suska Riau terimakasih atas pengalaman dan kebersamaannya dalam masa perkuliahan. Semoga kita menjadi orang-orang yang sukses. Aamiin.
13. Dan seluruh pihak yang membantu penulis yang tidak dapat dituliskan satu persatu.

Sesungguhnya kesempurnaan hanya milik Allah SWT. Meskipun skripsi ini dibuat dengan segenap daya dan upaya, tentunya masih ada kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti menerima kemungkinan adanya segala kritik dan saran dari pembaca. Akhirnya sekali lagi peneliti sampaikan rasa terimakasih kepada semua pihak yang membantu, memberi semangat, perhatian, maupun motivasi bagi peneliti, sehingga peneliti mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.

Pekanbaru, Juni 2020

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	
MOTTO	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRACT	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	11
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Keaslian Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian.....	14
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kebahagiaan	15
1. Definisi Kebahagiaan	15
2. Aspek-aspek Kebahagiaan.....	17
3. Faktor-Faktor Kebahagiaan	19
B. Keikhlasan	22
1. Definisi Keikhlasan	22
2. Aspek-aspek Keikhlasan.....	25
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keikhlasan.....	28
C. Kerangka Berpikir.....	30
D. Hipotesis.....	33
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	34
B. Variabel Penelitian	34
C. Definisi Operasional	34
1. Kebahagiaan	35
2. Keikhlasan	35
D. Subjek Penelitian	35
1. Populasi Penelitian	35
2. Sampel Penelitian	36
E. Teknik Pengumpulan Data	37

1. Skala kebahagiaan	37
2. Skala keikhlasan	39
F. Validitas dan Realibilitas.....	41
1. Uji Coba Alat Ukur.....	41
2. Validitas.....	41
3. Daya Diskriminasi Aitem	32
4. Reliabilitas	46
G. Teknik Analisis Data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Pelaksanaan Penelitian	47
B. Hasil Penelitian.....	48
1. Gambaran Umum Subjek Penelitian	48
2. Uji Asumsi.....	49
3. Uji Hipotesis	51
4. Deskripsi Kategorisasi Data	52
C. Analisis tambahan	55
1. Analisis perbedaan jenis kelamin.....	55
2. Analisis variabel	55
D. Pembahasan	58
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Kebahagiaan	38
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Keikhlasan.....	40
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> Skala Kebahagiaan (Setelah <i>Try Out</i>)	43
Tabel 3.4 <i>Blue Print</i> Skala Kebahagiaan (Penelitian).....	44
Tabel 3.5 <i>Blue Print</i> Skala Keikhlasan (Setelah <i>Try Out</i>)	45
Tabel 3.6 <i>Blue Print</i> Skala Keikhlasan (Penelitian).....	45
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas	48
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Berdasar Usia.....	48
Tabel 4.2 Deskripsi Subjek Berdasar Jenis Kelamin	49
Tabel 4.3 Uji Normalitas.....	50
Tabel 4.4 Uji Hipotesis	52
Tabel 4.5 Uji Korelasi	52
Tabel 4.6 Norma Kategorisasi.....	53
Tabel 4.7 Gambaran Hipotetik Dan Empiris Variabel Keikhlasan.....	53
Tabel 4.8 Kategorisasi Variabel Keikhlasan	54
Tabel 4.9 Gambaran Hipotetik Dan Empiris Variabel Kebahagiaan.....	54
Tabel 4.10 Kategorisasi Variabel Kebahagiaan.....	55
Tabel 4.11 analisis perbedaan berdasarkan jenis kelamin	56
Tabel 4.12 Analisis keikhlasan per-aspek terhadap kebahagiaan	57
Tabel 4.13 sumbangan efektif keikhlasan terhadap kebahagiaan	57

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran A : Lembar Validasi Alat Ukur
- Lampiran B : Skala Try Out
- Lampiran C : Tabulasi Data Try Out
- Lampiran D : Uji Reliabilitas
- Lampiran E : Skala Penelitian
- Lampiran F : Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran G : Data Subjek Penelitian
- Lampiran H : Analisis Data Penelitian
- Lampiran I : Guide dan Verbatim Wawancara
- Lampiran J : Surat-surat Penelitian

RELATIONSHIP BETWEEN PLEASURE AND HAPPINESS IN THE DAILY LABORERS

Al Zikra Karissa

(Email: rarakarissa@gmail.com)

Faculty of Psychology UIN Suska Riau

ABSTRACT

This study aims to observe at the relationship between ikhlas and happiness in daily laborers. The research hypothesis that there is a relationship between ikhlas and happiness in daily laborers. This study uses a quantitative correlation design, with the subjects are totaling 106 daily laborers that taken by using simple random sampling in Tanah Datar District of Pekanbaru City. Measuring instruments in this study used an ikhlas scale and a happiness scale as variable. Based on the analysis of the product-moment correlation coefficient technique, a correlation coefficient of 0.600 is obtained with a sig of 0.000 ($0.000 < 0.1$). This prove that the hypothesis was accepted. There is a relationship between ikhlas and happiness. Therefore, the high sense of ikhlas in daily laborore will increase their happiness

Key words: happiness, and ikhlas and daily laborers

HUBUNGAN ANTARA KEIKHLASAN DENGAN KEBAHAGIAAN PADA BURUH HARIAN LEPAS

Al Zikra Karissa
(Email: rarakarissa@gmail.com)
Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara keikhlasan dengan kebahagiaan pada buruh harian lepas. Hipotesis penelitian adalah terdapat hubungan antara keikhlasan dan kebahagiaan pada buruh harian lepas. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional, dengan subjek para buru harian lepas sebanyak 106 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling* di Kelurahan Tanah Datar Kota Pekanbaru. Alat ukur penelitian ini menggunakan skala keikhlasan dan skala kebahagiaan. Berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment*, diperoleh koefisiensi korelasi sebesar 0,600 dengan sig sebesar 0.000 ($0,000 < 0,1$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesi diterima. Terdapat hubungan pada keikhlasan dengan kebahagiaan. Dengan demikian, tingginya rasa keikhlasan pada diri buruh harian lepas akan meningkatkan kebahagiaan pada buruh harian lepas

Kata kunci: kebahagiaan, keikhlasan dan buruh harian lepas

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu pasti ingin merasakan kebahagiaan hadir dalam kehidupannya, sebab tujuan dalam kehidupan ini adalah untuk mencapai kebahagiaan, dan setiap orang akan berusaha mencari kiat-kiat untuk mendapatkan kebahagiaan. Manusia yang merasa bahagia maka emosi-emosi positif akan selalu berada dalam dirinya, seperti berpikir positif akan mempengaruhi aktifitas kerjanya, selalu memiliki harapan-harapan besar untuk masa depan dirinya dan orang-orang disekitarnya, serta orang yang merasakan kebahagiaan cenderung melakukan kebaikan atau hal-hal yang bersifat positif.

Carr (2004) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa individu yang bahagia memiliki kemampuan yang lebih baik dalam membuat keputusan mengenai rencana hidup, memiliki umur panjang, kesehatan yang lebih baik, kreatifitas yang lebih tinggi, serta kemampuan menyelesaikan masalah yang lebih baik. Kehidupan yang baik adalah kehidupan yang bahagia dan tenang, yaitu kondisi jiwa yang terdiri atas perasaan tenang, damai, ridha terhadap diri sendiri, dan puas dengan ketetapan Allah SWT, sehingga yang bersangkutan tidak merasa takut atau kesedihan yang berlarut-larut dan melampaui batas karena selalu menyadari bahwa pilihan Allah SWT adalah yang terbaik, dan akan dibalas di hari

pembalasan kelak (Al-Qu'ayyid, 2004). Sebagaimana Allah sudah menjanjikan balasanya bagi orang-orang yang berbuat baik pada ayatnya yang berbunyi:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً

وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ - ٩٧

Artinya: “Barang siapa mengerjakan kebajikan, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka pasti akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan akan Kami beri balasan dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan.” (QS, An-Nahl 16:97)

Diener (2004) menyebutkan kebahagiaan dengan istilah *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif. Manusia dikatakan sejahtera ketika seluruh kebutuhannya dapat terpenuhi. Pada dasarnya kebutuhan utama atau kebutuhan primer manusia yaitu sandang, pangan, dan papan atau kebutuhan akan pakaian, makanan, dan tempat tinggal, tetapi banyak orang beranggapan bahwa dengan finansial yang baik dan mudahnya fasilitas hidup akibat kemajuan teknologi modern sekarang ini, manusia akan mendapatkan kehidupan yang sempurna dan kebahagiaan hidup. Tetapi anggapan ini tidak sepenuhnya benar, bahkan penyakit gangguan kejiwaan akibat implikasi dunia modern semakin banyak.

Shaw Acor (2010) dalam bukunya yang berjudul “*The Happiness Advantage*” menyebutkan bahwa kebahagiaanlah yang menyebabkan kesuksesan dan bukanlah sukses yang menyebabkan kebahagiaan. Dari kalimat ini dapat

diketahui bahwa seseorang yang bahagia, maka kesuksesan akan selalu menyertainya, bukan karena sukses yang menyebabkan seseorang itu bahagia. Kalimat ini sesuai dengan kasus tewasnya aktor sekaligus komedian *hollywood* Robbin Williams yang tewas dengan cara bunuh diri. Dalam sebuah artikel yang diterbitkan oleh bbc.com (30/6) menyebutkan bahwa Robin merasa tidak cukup lucu untuk menjadi seorang pelawak sebelum akhirnya ia memutuskan untuk mengakhiri hidupnya, dan diketahui pula bahwa Robbin mengalami depresi. Sebagaimana kita tahu, Robbin sangat sukses dalam berakting yang mendapat penghasilan yang fantastis serta guyonannya mampu membuat penontonya tertawa. Dari kasus ini, dapat dilihat bahwa kesuksesan dan kekayaan belum tentu dapat menjamin kebahagiaan hidupnya serta jauh dari tekanan.

Pada umumnya, jika dicermati ukuran kebahagiaan memang sangatlah relatif tergantung dari bagaimana cara melihat dan siapa yang menjalaninya. Bahkan sebagian besar setuju bahwa tingkat kebahagiaan lebih banyak dipengaruhi dua hal, yaitu berkaitan dengan materi dan keduniawian. Dari contoh kasus diatas dapat dilihat kekayaan dan kesuksesan belum tentu membuat bahagia, tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa ekonomi menjadi salah satu faktor dalam menentukan kebahagiaan. Uang memang tidak dapat membeli kebahagiaan, akan tetapi uang dapat membeli kebutuhan hidup seseorang seperti makanan, pakaian dan tempat untuk berteduh. Jika kebutuhan hidup seseorang tidak terpenuhi maka itu dapat mempengaruhi kebahagiaanya.

Menurut Carr (2004) Dalam kehidupan ini adanya delapan domain kehidupan untuk memperoleh kebahagiaan salah satunya adalah, untuk mendapatkan penghasilan dalam memenuhi kebutuhan hidup di butuhnya pekerjaan yang merupakan salah satu dari domain kehidupan. Akan tetapi, antara individu yang satu dengan yang lain mempunyai cara yang berbeda dalam memaknai suatu pekerjaan (Putri, 2011). Individu yang bekerja dengan rasa bahagia adalah individu yang memiliki perasaan positif disetiap waktu, karena individu tersebut yang paling tahu bagaimana mengelola dan mempengaruhi dunia kerjanya sehingga memaksimalkan kinerja dan memberikan kepuasan dalam bekerja. Karyawan atau pekerja yang bahagia di tempat kerja akan total dalam bekerja dan uang bukan merupakan hal utama (Siska, 2014).

Berdasarkan data yang dilansir dari (BPS) Badan Pusat Statistik (30/6) diperoleh bahwa mereka yang berpendidikan rendah cenderung mau menerima pekerjaan apa saja, dapat dilihat dari tingkat pendidikan yaitu sebesar 2,65 % dan sebanyak 6,82 juta orang menganggur. Dari data tersebut membuktikan keterbatasan lapangan kerja saat ini dan kurangnya keahlian yang dimiliki membuat sebagian orang memilih untuk bekerja apa saja agar mendapatkan penghasilan dan memenuhi kebutuhan keluarga. Salah satunya menjadi Buruh Harian Lepas, sebagian besar yang menjadi Buruh Harian Lepas ini adalah orang-orang yang berpendidikan rendah, tak jarang beberapa dari mereka masih ada yang buta huruf sehingga mereka tidak bisa melamar untuk pekerjaan yang lebih baik secara upah karena tidak memenuhi standar kualifikasinya. Namun, mereka

sudah merasa bahagia walaupun hanya bekerja sebagai buruh, apalagi jaman sekarang untuk mencari pekerjaan tidak mudah.

Buruh Harian Lepas memiliki tugas yang cukup berat, terkadang upah yang diterima tidak sesuai yang diharapkan dan sering kali mereka mendapatkan penunggakan upah. Buruh Harian Lepas menjadi salah satu strategi dari kaum pengusaha untuk menetapkan kebijakan upah murah dan menghindari hak-hak normatif dari pekerja atau buruh, yang dimana hal ini dapat membuat buruh tidak bahagia di tempat kerjanya karena mendapat upah murah dan dihilangkan hak-hak normatifnya.

Hal ini sesuai dengan salah satu kasus yang dilansir pada (cnnindonesia.com, 24/7) yang menyebutkan bahwa pada perusahaan fesyen asal Jepang, Uniqlo. Brand di bawah naungan Fast Retailing Group milik orang terkaya di Negri Sakura itu disebut-sebut tidak membayar upah para pekerja yang membuat pakaian di pabriknya. Kelompok buruh berskala global terus berkampanye menentang pencurian upah Uniqlo, ada sebanyak 2.000 pekerja yang menjahit berbagai pakaian Uniqlo masih berhutang 5,5 juta Euro.

Kasus lainnya terkait dengan shift kerja pada buruh. Dari berita yang dilansir pada (kompas.com, 24/7) menyebutkan ratusan pekerjaan PT. AFI di Bekasi, menggelar mogok kerja setelah merasa hak - hak mereka dilanggar perusahaan. Salah satunya shift malam bagi buruh perempuan yang sedang mengandung, sejak tahun 2019 telah terjadi 14 kasus keguguran dan 6 kematian bayi baru lahir. Para buruh wanita tidak dapat untuk izin kerja karena hanya

dokter perusahaanlah yang berhak memnentukan mereka dapat mengambil izin atau tidak

Dari kasus tersebut dapat dilihat bahwa kondisi ini mengganggu kehidupan para Buruh harian Lepas, sehingga Buruh harian Lepas merasa berkurangnya penghasilan yang didapat untuk memenuhi kebutuhanya dan keluarga (Budiono, 2009). Berikut hasil wawancara personal dengan TA pada tanggal 8 Februari 2019 yang berkerja sebagai tukang bangunan:

“...Tapi walaupun begitu saya sudah merasa cukup. Saya bisa berkumpul dengan keluarga bisa makan bisa menyekolahkan anak. Yang penting saya akan bekerja keras menyekolahkan anak saya.”. (TA) - B92-102.

Sejalan dengan pemaparan TA, SN juga bersyukur dan serius dalam bekerja. Wawancara personal dengan tukang las pintu W dilakukan pada tanggal 26 Juli 2019.

“...lagi pula dek tu saya harus bekerja serius lah dek. Saya udah syukur dapat istri mau menerima keadaan syukur punya pekerjaan...”. (W) – B109-118.

Dari wawancara ini dapat disimpulkan bahwa buruh harian lepas sudah merasa bahagia dan bersyukur atas kehidupanya terlepas dari beratnya pekerjaan yang dilakukanya. Hasil wawancara ini sejalan dengan pendapat Lopez dan Snyder (2007) yang menyatakan bahwa individu bekerja bukan hanya untuk mendapatkan materi, melainkan bahwa suatu pekerjaan itu merupakan sebuah panggilan hati, sehingga mereka dapat bekerja dengan hati yang bahagia dan senang. Disaat seseorang bekerja dengan perasaan positif, selalu bersyukur serta

meyakini bahwa apa yang diterimanya saat ini adalah yang terbaik yang diberikan Allah SWT. Sebagaimana Allah sudah menjanjikan balasan bagi orang-orang yang selalu bersyukur akan mendatangkan kesenangan, pada ayatnya yang berbunyi:

قَالَ الَّذِي عِنْدَهُ عِلْمٌ مِّنَ الْكِتَابِ أَنَا آتِيكَ بِهِ قَبْلَ أَنْ يَرْتَدَّ إِلَيْكَ طَرْفُكَ فَلَمَّا رآه مُسْتَقِرًّا عِنْدَهُ قَالَ هَذَا مِنْ فَضْلِ رَبِّي لِيَبْلُوَنِي ءَأَشْكُرُ أَمْ أَكْفُرُ وَمَنْ شَكَرَ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ رَبِّي غَنِيٌّ كَرِيمٌ - ٤٠

Artinya: “Seorang yang mempunyai ilmu dari Kitab berkata, “Aku akan membawa singgasana itu kepadamu sebelum matamu berkedip.” Maka ketika dia (Sulaiman) melihat singgasana itu terletak di hadapannya, dia pun berkata, “Ini termasuk karunia Tuhanku untuk mengujiku, apakah aku bersyukur atau mengingkari (nikmat-Nya). Barang siapa bersyukur, maka sesungguhnya dia bersyukur untuk (kebaikan) dirinya sendiri, dan barangsiapa ingkar, maka sesungguhnya Tuhanku Mahakaya, Mahamulia.”” (Q.S An-Naml: 40)

Kebahagiaan tidak hanya dirasakan oleh orang kaya yang memiliki segalanya. Individu yang memiliki rasa ikhlas dan selalu bersyukur dalam hidupnya juga akan merasakan kebahagiaan di luar aspek materi yang banyak diukur orang dalam menilai tingkat kebahagiaan dan kesejahteraan seseorang. Seligman (2005) menjelaskan faktor-faktor kebahagiaan salah satunya adalah agama atau keimanan. Dalam faktor ini, hubungan antara harapan akan masa depan dan keyakinan beragama dapat menjadi landasan mengapa keimanan begitu

efektif melawan keputusasaan dan meningkatkan kebahagiaan. Dalam agama islam, salah satu *akhlakul kharimah* yang harus diamalkan dalam kehidupan adalah keikhlasan. Ikhlas tidak hanya membahas tentang cara kita beribadah, melainkan membahas semua aspek dalam kehidupan kita.

Kata “ikhlas” berasal dari bahasa arab yang berarti rela, tulus, dan jujur. Sifat ikhlas dalam bahasa inggris disebut “*sincere*”. Dalam kajian psikologi ikhlas merupakan sikap batin yang hanya diketahui Allah dan pemilik keikhlas itu sendiri. Ikhlas juga sering dikaitkan dengan prososial, dalam kehidupan sehari-hari ikhlas sering kali dikaitkan dengan niat baik dalam menolong. Ikhlas muncul apabila pelaku ingin melakukan suatu hal baik murni tanpa alasan yang lain. Prososial diartikan sebagai suatu tindakan heroik dengan tujuan untuk menolong orang lain. Berdasarkan penjelasan tersebut, ikhlas dan prososial merupakan sinonim atau konsep ikhlas terakomodir dalam prososial. Namun, terdapat perbedaan antara keduanya, karena ikhlas memiliki motif transendental yang dimana orang melakukan kebaikan tersebut selalu mengharapkan ridho dari Allah. Sedangkan pro-sosial bisa dilakukan tanpa adanya motif transcendental atau konsep diri sebagai hamba Tuhan (Chizanah, 2011).

Ikhlas sesungguhnya berasal dari ranah khasanah islam, yaitu tasawuf. Yang merupakan merujuk pada pemurnian niat dalam melakukan rutinitas kehidupan, hanya demi mencari kedekatan pada Tuhan dan bukan hanya sebatas perilaku menolong saja. Selain dalam konteks spiritualitas, ikhlas terutama memiliki kontribusi penting dalam masalah moral yang saat ini merupakan focus

perhatian dari masyarakat (Chizanah 2011). Dalam menjalankan kehidupan hendaknya melakukan perbuatan dengan sebaik-baiknya, entah itu disaat beribadah, saling tolong-menolong, maupun disaat bekerja. Namun, disaat sudah merasa melakukan pekerjaan dengan baik serta penuh totalitas, seseorang masih belum merasakan kebahagiaan. Perbuatan baik tidak akan cukup membuat perasaan pelakunya menjadi bahagia, jika dilakukan dengan tidak ikhlas dan masih mengharapkan ada timbal balik dari perbuatannya. Aa gym dalam ceramahnya di Masjid Jami Al Karim Bintaro (bisnis.com, 23/6) menjelaskan, menjalani kehidupan itu sesungguhnya tidaklah rumit, karena bisa dengan mudah dilakukan agar hatinya bahagia, asalkan memenuhi 4 hal yaitu ikhlas, bertaubat, bersyukur, dan bersabar. Begitupula dengan disaat sedang bekerja, pekerjaan itu tidak dapat mendatangkan kebahagiaan jika tidak dilakukan dengan ikhlas

Pekerjaan yang dilaksanakan dengan rasa bahagia akan dikerjakan secara totalitas dan menomor duakan imbalan. Seperti seseorang yang melakukan pekerjaan dengan ikhlas, individu tersebut tidak mengharapkan imbalan, namun hanya mengharapkan ridho dari Allah SWT. Ikhlas menurut Innayati (2018) merupakan sifat terpuji dan mulia. Ikhlas berarti melakukan perbuatan atau pekerjaan hanya karena Allah bukan karena yang lain. Orang yang ikhlas selalu melakukan pekerjaan dengan melihat bahwa tugasnya sebagai pengabdian.

Syarat diterimanya pekerjaan itu menjadi amal shalih yaitu dengan adanya keikhlasan saat menjalankannya. Ikhlas dalam bekerja bukan berarti orang tersebut tidak membutuhkan uang dalam hidupnya, tetapi menomor satukan tujuan ibadah

dalam setiap pekerjaannya dan berserah diri kepada Allah SWT Tuhan pencipta alam semesta sebagai penguasa dan pengatur rezeki. Dengan keikhlasan dalam bekerja, ridho Allah SWT akan didapatkan dan kebutuhan pun akan terpenuhi. Rasulullah SAW bersabda “Barang siapa yang tujuan utamanya meraih pahala akhirat, niscaya Allah akan menjadikan kekayaan dalam kalbunya, menghimpun baginya semua potensi yang dimilikinya, dan dunia akan datang sendiri kepadanya seraya mengejanya. Sebaliknya, barang siapa yang tujuan utamanya duniawi berada di depan matanya, membuyarkan semua potensi yang dimilikinya, dan dunia tidak akan datang sendiri kepadanya kecuali menurut apa yang telah ditakdirkan untuknya”. (HR. Tirmidzi)

Stigma dalam masyarakat ini kebahagiaan selalu berkaitan dengan materi. Tetapi beda halnya dengan Buruh Harian Lepas , Buruh Harian Lepas memiliki masalah terkait materi tetapi selalu bahagia dan cukup akan kehidupannya dikarenakan Buruh Harian Lepas memiliki rasa ikhlas dalam kehidupannya. Dalam fenomena ini berarti adanya hubungan antara keikhlasan dan kebahagiaan dimana keikhlasan membawa pengaruh positif dalam mencapai kebahagiaan

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul : “**Hubungan Antara Keikhlasan Dan Kebahagiaan Bagi Buruh Harian Lepas**”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara keikhlasan dengan kebahagiaan pada Buruh Harian Lepas.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara keikhlasan dengan kebahagiaan pada Buruh Harian Lepas

D. Keaslian penelitian

Sebelum penulis mengangkat judul ini, telah dilakukan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Lukman hakim (2014) dengan judul Hubungan antara Otonomi Kerja dengan Kebahagiaan Kerja pada Industri Kreatif. Penelitian ini menjelaskan terdapat hubungan positif dan memiliki kekuatan hubungan dalam kategori sedang yang memiliki arti semakin tinggi otonomi kerja maka semakin tinggi pula kebahagiaan kerja yang dimiliki individu. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada lokasi penelitian, subjek penelitian, dan tidak adanya hubungan dengan keikhlasan. . Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah kebahagiaan menjadi variabel independen dalam penelitian ini.

Penelitian Dian (2017) dengan judul Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Wanita yang Bercerai di Aceh. Hipotesis dikonfirmasi sehingga dapat

disimpulkan bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara rasa syukur dan kebahagiaan pada perceraian di Aceh. Ini menunjukkan bahwa pada perceraian di Aceh, semakin bersyukur karenanya semakin bahagia. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa perceraian di Aceh termasuk kategori tinggi untuk rasa syukur dan kebahagiaan. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada lokasi penelitian, subjek penelitian, dan tidak adanya hubungan dengan keiklasan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dengan teknik purposive sampling dan variabel kebahagiaan menjadi variabel independen dalam penelitian ini.

Penelitian Wulandari dan Widyastuti (2014) dengan judul Faktor - Faktor Kebahagiaan di Tempat Kerja. Analisis data dilakukan dengan menggunakan kombinasi metode kualitatif dan kuantitatif dengan pendekatan indigenous psychology. Jawaban-jawaban dikategori kemudian dilakukan cross tabulasi. Hasil analisis data menemukan bahwa ada lima faktor yang membuat seseorang bahagia di tempat kerja. Faktor-faktor tersebut adalah (1) hubungan positif dengan orang lain (47,2 persen), (2) prestasi (22,4 persen), (3) lingkungan kerja fisik (17,0 persen), (4) kompensasi (12,0 persen), (5) kesehatan (1,5 persen). Hubungan positif dengan orang lain merupakan faktor terbesar yang membuat seseorang bahagia di tempat kerja. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada lokasi penelitian, subjek penelitian, dan tidak adanya hubungan dengan keiklasan. Persamaan penelitian ini dengan

penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada metode penelitian yang menggunakan metode kuantitatif dan variabel kebahagiaan sebagai variabel yang diteliti

Penelitian Lu'luatul Chizanah (2011) dengan judul Ikhlas= Prososial? (Studi Komparasi Berdasar Caps). Menemukan hasil bahwa secara umum, ikhlas dan prososial memiliki beberapa kesamaan: (1) melibatkan baik afektif dan kognitif sistem, (2) mengusung idealisme wacana, dan (3) mengarah pada konstruk normatif. Namun, secara substantif, ikhlas dan prososial dua konstruk yang berbeda. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada lokasi penelitian, subjek penelitian, dan tidak adanya hubungan dengan kebahagiaan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variable keikhlasan menjadi variabel penelitian

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Shofaussamawati (2013) yang berjudul Ikhlas Perspektif al-Qur'an: Kajian Tafsir Maudhu'i. Hasilnya adalah bahwa ikhlas merupakan perbuatan yang berlandaskan motivasi untuk memperoleh keridaan Allah SWT. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada lokasi penelitian, subjek penelitian, dan tidak adanya hubungan dengan kebahagiaan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada variabel ikhlas adalah variabel penelitian.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian khazanah ilmu pengetahuan psikologi, serta memperkaya hasil penelitian yang telah ada, dan dapat memberi gambaran mengenai hubungan antara keikhlasan dengan kebahagiaan pada buruh harian lepas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi seluruh masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat bahwa dalam bekerja dengan hati yang ikhlas dapat meningkatkan kebahagiaan

b. Bagi peneliti Selanjutnya,

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan narasumber bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian terkait kebahagiaan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kebahagiaan

1. Pengertian kebahagiaan

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) disebutkan bahwa kebahagiaan adalah perasaan bahagia, terdapat ketenteraman hidup baik lahir dan bathin dan kesenangan. Kebahagiaan adalah salah satu bagian penting dalam kehidupan individu dan merupakan suatu kondisi yang sangat ingin dicapai dalam hidup manusia dari berbagai umur dan lapisan masyarakat (Lukman 2014). Kebahagiaan bukan hanya berkisar pada fenomena perasaan senang, baik atau luar biasa yang dialami, tetapi juga merasa baik secara keseluruhan yakni sosial, fisik, emosional, dan psikologis (Froh dalam, Lou, 2007).

Menurut Aristoteles (dalam Patnani, 2012) kebahagiaan merupakan bentuk kesempurnaan, sehingga banyak upaya yang dilakukan untuk mencapainya. Senada dengan yang dikatakan oleh Cristophe (2012) yang menyatakan bahwa kebahagiaan adalah kesenangan dan perasaan suka cita yang bercampur dalam berbagai tingkatan kepuasan dan keinginan terdalam. Cristophe juga menjelaskan bahwa kebahagiaan adalah tujuan dari semua usaha dan kerja keras manusia. Seperti keinginan untuk dicintai keinginan untuk menjadi unggul, ingin memiliki kemajuan dan ingin memperkaya diri. Itu kerana kita berpikir dan berharap itu akan membuat kita bahagia.

Menurut Seligman (2005) kebahagiaan merupakan konsep psikologis yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu. kebahagiaan sesungguhnya merupakan suatu hasil penilaian terhadap diri dan hidup, yang memuat emosi positif seperti kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap, maupun aktivitas positif yang tidak memenuhi komponen emosi apapun. Seligman pun membagi kebahagiaan menjadi 3 kategori, yaitu emosi positif terhadap masa lalu, emosi positif terhadap masa kini dan emosi positif terhadap masa depan. Emosi positif terhadap masa lalu adalah kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan, dan kedamaian. Sedangkan untuk emosi positif terhadap masa depan adalah optimisme, harapan, keyakinan, dan kepercayaan. Selain itu, untuk emosi positif terhadap masa kini adalah kegembiraan, ketenangan, keriang, semangat yang meluap-luap, rasa senang dan kebahagiaan.

Ryan dan Deci (dalam Muhammad, 2015) menguraikan teori kebahagiaan dalam dua pandangan yakni pandangan *hedonic* dan *eudaimonic*. Pada pandangan *hedonic* menyatakan bahwasanya kebahagiaan hanya didapatkan apabila tersedianya pilihan-pilihan serta kenikmatan bagi pikiran dan tubuh, pandangan ini menyatakan bahwa kebahagiaan bersifat subjektif. Sementara pandangan *eudaimoni* menyatakan bahwa kebahagiaan bersifat objektif. Schimmel (dalam Fuad, 2015) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan penilaian individu terhadap keseluruhan kualitas hidupnya. Menurut Schimmel, kebahagiaan terkadang juga disebut sebagai kesejahteraan subyektif (*subjective well being*).

Secara lebih lanjut, Lazarus (dalam Seligman, 2004) juga mengatakan bahwa kebahagiaan mewakili suatu bentuk interaksi antara manusia dengan lingkungan. Dalam hal ini, manusia bisa saja bahagia sendiri dan bahagia untuk dirinya sendiri, tetapi di sisi lain ia juga bisa bahagia karena orang lain dan untuk orang lain. Hal ini sekaligus memberikan kenyataan lain bahwa kebahagiaan tidak bersifat egositis melainkan dapat dibagi kepada orang lain dan lingkungan sekitar.

2. Aspek kebahagiaan

Menurut Seligman (2005) lima aspek utama kebahagiaan, yaitu :

a. Relasi sosial yang positif.

Relasi sosial yang positif ialah relasi yang tercipta bila adanya dukungan sosial yang membuat individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, kemampuan pemecahan masalah yang adaptif, dan membuat individu menjadi sehat secara fisik. Menjalinkan relasi sosial yang positif bukan hanya sekedar dengan teman, pasangan, ataupun anak, tetapi menjalin relasi sosial yang positif dengan individu yang ada disekitar.

b. Keterlibatan Penuh.

Keterlibatan penuh yang dimaksud ialah mengikuti berbagai aktifitas yang bukan hanya berhubungan dengan pemenuhan tanggung jawab (kuliah atau kerja). Tetapi, juga aktifitas-aktifitas yang disenangi seperti hobi dan

aktivitas bersama keluarga. Dalam melaksanakan aktifitas-aktifitas tersebut, seseorang tidak hanya terlibat secara fisik, namun turut melibatkan hati dan pikirannya secara penuh.

c. Penemuan makna dalam keseharian.

Selain keterlibatan penuh dan menjalin relasi sosial positif dengan orang lain terdapat cara lain untuk dapat bahagia, yakni dengan menemukan makna dalam apapun yang dilakukan individu dikesehariannya. Penemuan makna dalam keseharian yang dimaksud ialah bagaimana individu mampu memperoleh makna positif atau manfaat positif ketika mereka dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan terlibat secara penuh terhadap aktivitas yang dilakukannya sehingga dapat menimbulkan rasa bahagia pada individu tersebut.

d. Optimis.

Optimis merupakan sikap pikiran positif yang dapat memberikan keuntungan dalam jajaran yang luas seperti, kesehatan, umur panjang, keberhasilan pekerjaan dan memperoleh nilai yang tinggi dalam prestasi. Individu yang optimis mengenai masa depan merasa lebih bahagia dan puas dengan kehidupannya. Individu yang mengevaluasi dirinya dengan cara yang positif, akan memiliki kontrol yang baik terhadap hidupnya, sehingga memiliki impian dan harapan yang positif tentang masa depan.

e. Ketahanan Diri.

Ketahanan diri yang dimaksud ialah kemampuan seseorang untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan. Kebahagiaan seseorang tidak bergantung pada seberapa banyak peristiwa menyenangkan yang dialami, melainkan sejauh mana seseorang memiliki ketahanan diri. Orang yang berbahagia tidak hanya lebih mampu menanggung rasa sakit dan melakukan langkah-langkah pencegahan terutama di masalah kesehatan dan keamanan, tetapi mereka juga mampu mengatur bagaimana emosi positif yang dimiliki seseorang dapat menetralkan emosi negatifnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka aspek-aspek kebahagiaan adalah relasi sosial yang positif, kemudian adanya keterlibatan penuh, terdapat penemuan makna dalam keseharian, dan adanya optimis serta ketahanan diri.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Seligman (2005) menguraikan faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, yaitu sebagai berikut :

a. Uang.

Para peneliti membandingkan kebahagiaan rata-rata orang yang tinggal di negara kaya dengan orang-orang yang tinggal di negara miskin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa di negara-negara yang sangat miskin, dimana kemiskinan bisa mengancam nyawa, menjadi kaya akan membuat seseorang bahagia. Namun, di negara-negara yang lebih makmur, dimana

semua kebutuhan dasar dapat terpenuhi, peningkatan kekayaan tidak begitu berdampak pada kebahagiaan. Seligman juga menyimpulkan bahwa penilaian seseorang terhadap uang dapat mempengaruhi kebahagiaannya lebih daripada uang itu sendiri.

b. Perkawinan

Seligman mengatakan bahwa pernikahan memiliki hubungan erat dengan kebahagiaan. Kebahagiaan orang yang menikah dapat mempengaruhi panjang usia dan besar penghasilan. Hal ini berlaku bagi semua jenis kelamin, baik pada pria maupun wanita.

c. Kehidupan Sosial

Orang-orang yang sangat bahagia memiliki perbedaan dengan kebanyakan orang pada umumnya atau orang-orang yang tidak bahagia, hal ini dikarenakan mereka menjalani kehidupan sosial yang kaya dan memuaskan. Orang-orang yang sangat berbahagia menghabiskan waktu sendirian lebih sedikit dan kebanyakan waktu mereka digunakan untuk bersosialisasi dengan orang lain. Menjalani kehidupan sosial memunculkan sikap lebih terbuka pada lingkungan sosialnya yang mengakibatkan kehidupan sosial yang lebih kaya sekaligus mendatangkan lebih banyak kebahagiaan

d. Emosi Negatif

Kebahagiaan tertinggi terkadang di timbulkan dari setelah kita terbebas dari rasa ketakutan dan emosi negatif. Sebuah hasil survei yang dilakukan

oleh Norman Bradburn menemukan hasil bahwa orang-orang yang mengalami banyak emosi negatif adalah orang-orang yang mengalami sangat sedikit emosi positif, dan sebaliknya. Meskipun demikian, ini tidak berarti bahwa seseorang tidak akan merasakan kesedihan dalam hidupnya.

e. Kesehatan

Faktor kesehatan adalah faktor objektif yang baik tapi tidak selalu berkaitan dengan kebahagiaan. Bagian yang penting dalam hidup yang sehat adalah persepsi subjektif kita terhadap seberapa sehat diri kita.

f. Pendidikan

Meskipun merupakan sarana untuk mencapai penghasilan yang lebih tinggi, pendidikan bukanlah sarana menuju kebahagiaan yang paling pokok. Bagi beberapa orang yang kaya, pendidikan bukan merupakan hal yang mempengaruhi kebahagiaan mereka dalam menjalani kehidupan. Tetapi, untuk beberapa orang yang berpenghasilan rendah, pendidikan dan kecerdasan dapat mempengaruhi kebahagiaan di kehidupan mereka karena pendidikan merupakan sarana untuk mencapai pendapatan yang lebih baik.

g. Jenis Kelamin

Faktor jenis kelamin merupakan faktor yang tidak selalu berhubungan dengan kebahagiaan seseorang. Tingkat emosi rata-rata laki-laki dan perempuan tidak jauh berbeda. Tetapi, terkadang perempuan lebih bahagia dan sekaligus lebih sedih daripada laki-laki.

h. Agama

Dalam sebuah penelitian menunjukkan bahwa data mengenai pengaruh positif secara psikologis dari keikmanan mulai mendukung. Orang yang religius jelas lebih kecil kemungkinan keterlibatan dalam penyalahgunaan obat-obatan, melakukan kejahatan, bahkan bunuh diri. Dalam data survey secara konsisten juga menunjukkan bahwa orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas terhadap kehidupan daripada orang yang tidak religius. Sebuah penelitian lain menjelaskan bahwa orang yang religius memiliki optimis yang tinggi dikarenakan munculnya harapan yang lebih besar pada Tuhan. Dalam faktor ini, hubungan antara harapan akan masa depan dan keyakinan beragama dapat menjadi landasan mengapa keimanan begitu efektif melawan keputusasaan dan meningkatkan kebahagiaan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan ialah uang, perkawinan, kehidupan sosial, emosi negatif, usia, kesehatan, pendidikan, iklim, ras, jenis kelamin, dan agama.

B. Keikhlasann

1. Pengertian keikhlasan

Secara bahasa, ikhlas berarti murni, sedang secara istilah, ikhlas memiliki arti mengerjakan amal ibadah semata-mata mengharap ridha Allah SWT, tulus

lillahi ta'ala, tanpa motif-motif lain. Ikhlas adalah sikap hidup dan perbuatan yang didasari niat didalam hati semata-mata karena Allah dan hanya untuk mengharapkan keridhaan-Nya. Menurut Imam Al-Ghazali dalam kitab "*ihya' Ulumad-Din*", ikhlas adalah melupakan penglihatan makhluk dengan terus-menerus memandang kepada Sang Khaliq saja. Sehingga orang yang masih dapat menyaksikan ikhlas dalam 'keikhlasannya', itu berarti keikhlasannya masih membutuhkan ikhlas. Artinya ia belum ikhlas dalam niat yang tulus (murni) semata-meta untuk mengharapkan ridha-Nya (Rasyid, 2009).

Ikhlas secara bahasa bermakna bersih, suci. Secara istilah, ikhlas diartikan sebagai niat yang murni semata-mata mengharap penerimaan dari Tuhan dalam melakukan suatu perbuatan, tanpa menyekutukan Tuhan dengan yang lain (Qalami, 2003). Definisi tersebut merupakan definisi yang substantif. Kajian dalam bingkai psikologi mengenai ikhlas secara substantif dilakukan oleh Chizanah (2009) melalui studi *herematika* erhadap pemikiran Ghazali yang terangkum dalam buku *Ihya' Ulumiddin*. Dalam studinya, Chizanah menunjukkan bahwa ikhlas merupakan suatu kondisi mental yang berkaitan dengan proses berideologi sebagai hamba Tuhan.

Al-Ghazali berpandangan bahwa ikhlas yang sebenar-benarnya ialah individu tersebut tidak menjadi hamba kepada diri dan nafsunya sebaliknya mengabdikan diri kepada Allah SWT. Ia istiqamah mematuhi segala perintah yang diputuskan oleh Allah SWT dalam beribadah kepada-Nya. Ini menunjukkan

bahwa telah memisahkan dirinya dari segala yang selain daripada Allah SWT (Gymnastiar, 2005).

Ikhlas adalah suci dalam niat, bersih batin dalam beramal, tidak berpura-pura, lurus hati dalam bertindak, jauh dari *riya* dan kemegahan dalam berlaku berbuat, mengharapkan ridha Allah semata-mata. Ikhlas merupakan amalan hati yang paling utama, paling tinggi dan paling pokok. Menurut Yazid, ikhlas adalah mengesakan hak Allah SWT dengan hanya menunjukkan ketaatan kepada-Nya. Ikhlas ialah membersihkan perbuatan dari perhatian makhluk. Ikhlas adalah perkara yang terdapat di dalam lubuk hati, tidak ada seorang pun yang mampu mengetahuinya kecuali hanya Allah SWT. Akan tetapi, keikhlasan itu tampak dalam berbagai perkara dan buahnya tampak jelas dalam amal perbuatan pelaku *amar ma'ruf nahi munkar* dan para da'i yang menyeru ke jalan Allah. (Chizanah, 2011)

Selain itu, menurut Erbe Sentanu (2007), ikhlas adalah *default factory setting* yang sangat hebat dalam kehidupan manusia, diberi fitrah yang murni dan Ilahi, tapi manusia sendiri pulalah yang senang mendiskonya sehingga kesempurnaannya menjadi berkurang. Ini akibat berbagai pengalaman hidup dan ketidaktepatan berpikir atau prasangka (*judgement*) sehingga hidupnya pun menjadi penuh kesulitan Ikhlas adalah sebagaimana firman Allah SWT.

Adapun indikasi atau tanda-tanda ikhlas berdasarkan Al-Qur'an dan hadis Rasulullah SAW adalah tidak berharap apapun kepada makhluk, menjalankan kewajiban bukan mencari status, tidak ada penyesalan, tidak berbeda apabila

direspons positif ataupun negatif, tidak membedakan situasi dan kondisi, menjadikan harta dan kedudukan bukan sebagai penghalang, berintegrasinya lahir dan batin, jauh dari sikap sektarian atau fanatisme golongan, selalu mencari celah untuk beramal saleh (Rachmat, 2012).

Adapun mengenai hal-hal yang dapat menjadi rusaknya ikhlas, antara lain ria, nifak, ujub, sumah, waswas, takabur, cinta dunia, hasad, dan bakhil. Sifat-sifat tersebut mengenai hal yang dapat merusak keikhlasan seseorang merupakan sifat-sifat yang tercela, sehingga untuk menjadi orang yang ikhlas, maka harus senantiasa menjaga sikap dan sifatnya dengan terus istiqamah untuk melakukan kebaikan dan amal saleh semata-mata untuk mendapat ridha Allah dan senantiasa mengoreksi diri (Sentanu, 2011).

2. Aspek-aspek ikhlas

Aspek keikhlasan menurut Chizanah (2009) dibagi menjadi empat aspek yang di kutip dalam penelitiannya yang berjudul Konstruksi Psikologi Ikhlas (Sebuah Kajian Hermeneutika atas Teks Ihya Ulumiddin Bab Ikhlas, sebagai berikut:

a. Konsep diri

Konsep diri sebagai hamba Allah berarti mengakui kelemahan diri, adanya tugas mengabdikan, serta merasa tidak pantas untuk memiliki perasaan superior (*superiority feeling*) baik dalam level intrapersonal (diistilahkan dengan *ujub*) maupun sosial (diistilahkan dengan *riya'*)

b. Motif transendental

Motif transendental dilandasi oleh konsep diri sebagai hamba Allah. Implikasi dari konsep ini adalah munculnya bentuk ideal orientasi yaitu Tuhan. Kedua aspek ini hampir mirip karena sama-sama menyertakan atribut Tuhan. Akan tetapi perlu ditegaskan bahwa konsep diri sebagai hamba Tuhan berkaitan dengan pandangan-pandangan filosofis terhadap diri dengan Tuhan. Sedangkan motif transendental mengarah pada penunggalan motif dalam berperilaku dan pemenuhan kebutuhan transendental (Chizannah, 2011). Adapun yang dimaksud dengan transendental adalah sesuatu yang melampaui pemahaman terhadap pengalaman-pengalaman biasa dan penjelasan ilmiah. Hal-hal yang transenden bertentangan dengan dunia material

c. Pengendalian emosi

Kondisi emosi seseorang yang ikhlas adalah stabil tidak terlalu senang tetapi tidak terlalu sedih, tidak terlalu marah, tidak mudah takut, tegar, namun sekalian lemah dan rawan, karena merasa was-was dalam munculnya motif-motif yang mengganggu motif idealnya

d. Ketiadaan *superiority feeling* dan *wild desire*.

Perusak superior tersebut di kategorikan sebagai elemen perusak ikhlas. Begitu pula *wild desire* atau unsur-unsur bawaan manusia dan binatang harus dikelola dengan baik.

Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Chazanah, Makki (2008) menyebutkan lima aspek penting dalam ikhlas, yaitu:

- a. Ikhlas dalam arti pemurnian agama.

Tuhan menjadikan manusia sebagai makhluk yang mempunyai pendengaran, penglihatan pemahaman, dan logika, sehingga dengan potensi-potensi ini manusia dapat mencari tahu kebenaran-kebenaran, dan jadilah manusia yang mengakui ketuhanan-Nya, menegaskan keesaan-Nya, taat, patuh serta menyembah hanya kepada-Nya.

- b. Ikhlas dalam arti pemurnian agama dari hawa nafsu dan perilaku menyimpang. Agama mengajarkan aturan-aturan dalam menjalankan kehidupan ini agar selamat di akhirat nanti. Manusia di perintahkan untuk dapat mengendalikan hawa nafsu setan dalam dirinya dan mengikuti sunnah Rasulullah SAW dan tidak melakukan bid'ah yaitu melakukan sesuatu yang diada-adakan.

- c. Ikhlas dalam arti pemurnian amal dari bermacam-macam penyakit dan noda yang tersembunyi.

Ikhlas menjauhkan kita dari penyakit dan noda tersembunyi yaitu *riya'*. Hendaklah manusia mengerjakan amal saleh berdasarkan keikhlasan dan kesempurnaan serta jangan mempersekutukan Allah SWT dengan sesuatu pun dan jangan bersikap ria dalam melakukan ketaatan kepada-Nya.

- d. Ikhlas dalam arti pemurnian ucapan dari kata-kata yang tidak berguna, kata-kata buruk, dan kata-kata bualan.

Allah menafikan kebaikan pada ucapan setiap hamba kecuali pada tiga hal, yakni ucapan untuk menyuruh memberi sedekah, ucapan yang menyuruh berbuat *makruf*, dan ucapan dalam rangka mengadakan perdamaian di antara manusia. Tetapi tidak semua mengerjakan perbuatan-perbuatan ini di terima amalnya, melainkan dengan ikhlas sepenuhnya demi mendapatkan ridha Allah SWT

- e. Ikhlas dalam arti pemurnian budi pekerti dengan mengikuti apa yang dikehendaki oleh Tuhan.

Melakukan sesuatu kebaikan yang di kehendaki Allah dan hanya mengharapkan ridho-Nya. Dan bila mendapatkan ganjaran maka cukup Allah saja yang memberikan ganjaran atas kebaikan yang kita lakukan tanpa ada sedikit pun didalam hati ini berbuat kebaikan dengan tujuan agar dapat keuntungan-keuntungan dunia, seperti agar di anggap orang baik, dermawan, agar naik jabatan.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi keikhlasan

Faktor yang Mempengaruhi Ikhlas Berdasarkan uraian mengenai bab ikhlas dari Kitab Ihya' Ulumuddin karangan Al Ghazali (Qalami, 2003), terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keikhlasan seseorang, yaitu:

- a. Ikhlas terkadang tersurat dan tersirat di dalam al-Qur'an.

Oleh sebab itu, untuk memahami maknanya dibutuhkan pemikiran dan pemahaman yang mendalam dan hati-hati, karena ikhlas tidak akan terealisasi dengan minimnya pemahaman dan pengetahuan tentang hakekat ikhlas itu sendiri. Keikhlasan akan sangat mudah diucapkan tetapi sukar untuk diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari, karena banyak yang harus diperangi, terutama memerangi kebutaan ilmu dan hawa nafsu.

b. Hawa nafsu

Hawa nafsu merupakan salah satu potensi yang ada dalam diri manusia yang selalu cenderung untuk mengajak manusia kepada kesenangan-kesenangan duniawi, pemuasan syahwat dan keinginan-keinginan rendah lainnya. Imam Al-Ghazali menyebutkan bahwa salah satu yang mempengaruhi keikhlasan adalah dorongan dari hawa nafsu. Jika orang yang ikhlas tidak tergoda dengan hawa nafsunya dalam melakukan sesuatu maka Allah SWT akan menggantikan ketahanannya itu menjadi pahala.

c. Godaan serta tipu daya iblis

Seseorang yang sudah tertanam dan mengakar sikap ikhlas dalam dirinya niscaya tidak akan sanggup ditembus pertahanan imannya oleh iblis. Orang-orang yang ikhlas tidak akan dapat digoda oleh iblis dan sekutunya karena mereka telah mendapatkan perlindungan dari Allah SWT.

d. Ketenagan dan ketentraman batin

Apabila seseorang beraktifitas dengan khlas dan khusyuk hanya karena Allah SWT maka dalam kondisi apapun akan tercermin ketenangan dan kejernihan baik dari sikap, wajahnya dan hatinya.

C. Kerangka berpikir

Keterbatasan lapangan kerja saat ini dan kurangnya keahlian yang dimiliki membuat sebagian orang memilih untuk bekerja apa saja untuk mendapatkan penghasilan dan mencukupi kebutuhan keluarga, yang paling memperhatikan nasibnya salah satunya adalah buruh harian lepas. Buruh harian lepas yaitu pekerja yang menerima upah harian. Upah tersebut dapat diterima secara mingguan atau bulanan berdasarkan hasil kerjanya (Husni, 2001).

Terkadang mereka mendapatkan upah tidak sesuai dengan apa yang diharapkan dan tak jarang pula mendapatkan penunggakan upah, sehingga akan mempengaruhi kebahagiaan buruh di tempatnya bekerja karena mendapat upah kecil dan keamanan saat pekerja tidak terjamin karena pengusaha menghindari hak-hak normatif bagi buruh. Sesuai dengan penelitian Hendrastomo (dalam Zaeni, 2007) yang menyatakan bahwa buruh diupah hanya 2/3 dari upah minimum yang telah ditetapkan oleh pemerintah, dan buruh biasanya di upah dengan ukuran waktu perjam. Pada umumnya buruh di Indonesia bekerja selama delapan jam kerja tetapi upah yang didapat setara dengan upah pekerja yang bekerja satu jam kerja. Jelas dengan penelitian tersebut menyatakan bahwa buruh sangat memprihatinkan dalam beberapa domain kehidupannya yaitu pekerjaan dan keuangan (Husni, 2001).

Terkendalanya dalam pekerjaan yang mengakibatkan berkurangnya penghasilan dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang, dikarenakan terkendalanya dalam memenuhi kebutuhan hidup. Pada masa sekarang ini uang merupakan salah satu aspek yang membuat individu merasa lebih bahagia dimana ketika pendapatan seorang individu semakin tinggi maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan individu tersebut. Disaat seseorang dapat memenuhi kebutuhan hidupnya kan membuatnya merasakan kebahagiaan

Seligman (2005) menjelaskan faktor-faktor kebahagiaan salah satunya adalah agama atau keimanan. Dalam ini, hubungan antara harapan akan masa depan dan keyakinan beragama dapat menjadi landasan mengapa keimanan begitu efektif melawan keputusasaan dan meningkatkan kebahagiaan. Seligman (2005) menjelaskan bahwa orang yang beriman lebih merasa bahagia dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki kepercayaan terhadap Tuhan. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Ellison (dalam Elfida, 2008) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara ketaatan beragama dengan kebahagiaan.

Dalam agama islam, salah satu *akhlakul kharimah* yang harus kita amalkan di kehidupan kita adalah ikhlas. Ikhlas tidak hanya membahas tentang cara kita beribadah, melainkan membahas semua aspek dalam kehidupan kita salah satunya adalah bekerja (Ainiyah, 2013). Setiap melaksanakan pekerjaan, kita dituntut untuk ikhlas, yakni dilaksanakan dengan mengharap ridha Allah SWT. Pekerja yang melakukan pekerjaannya dengan rasa bahagia akan total saat bekerja dan menomorduakan imbalan sejalan dengan ikhlas saat pekerjaan dilakukan dengan ikhlas

individu tersebut tidaklah mengarpakan imbalan dan hanya mengarpakan ridho Allah SWT.

Ikhlas menurut Innayati (2018) merupakan sifat terpuji dan mulia. Ikhlas berarti melakukan perbuatan atau pekerjaan hanya karena Allah bukan karena yang lain. Orang yang ikhlas selalu melakukan pekerjaan dengan melihat bahwa tugasnya sebagai pengabdian. Ikhlas dalam bekerja, yaitu meniatkan aktifitas bekerjanya tersebut untuk mencari ridho Allah dan beribadah kepada-Nya. Jika kita ingin pekerjaan kita dinilai ibadah, maka niat ibadah itu harus hadir dalam sanubari kita. Sebaliknya, jika kita bekerja bukan karena niat ibadah pada Allah SWT melainkan karena hal-hal yang duniawi seperti jabatan dan gaji yang besar maka pekerjaan kita tidak bisa dinilai dengan ibadah (Fathiyana, 2011). Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Koenig, Kvale, Ferrel (dalam Papalia, 2002) yang menunjukkan orang yang beriman lebih mempunyai sikap yang lebih baik. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa individu yang bersyukur akan dengan mudah merasakan kebahagiaan.

Syarat diterimanya pekerjaan itu menjadi amal shalih yaitu dengan adanya ikhlas saat menjalankannya. Ikhlas dalam bekerja bukan berarti orang tersebut tidak membutuhkan uang dalam hidupnya. Tetapi menomor satukan tujuan ibadah dalam setiap pekerjaannya dan berserah diri kepada Allah SWT. Dalam melakukan pekerjaan hendaklah untuk ikhlas dan bersungguh dalam menjalankannya, begitu pula pada buruh harian lepas. Beratnya pekerjaan membuat buruh tidak merasa ikhlas dalam bekerja. Pekerjaan menjadi buruh harian lepas dengan upah yang pas-pasan untuk

memenuhi kebutuhannya dan keluarga membuat buruh harus ikhlas dalam bekerja dimana rasa ikhlas dapat menumbuhkan rasa kebahagiaan.

D. Hipotesis

Berdasarkan kerangka pemikiran diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah “Terdapat hubungan positif yang antara keikhlasan dengan kebahagiaan pada buruh harian lepas”. Semakin ikhlas buruh harian lepas dalam bekerja maka makin tinggi kebahagiaan pada buruh harian lepas. Sebaliknya, semakin rendah rasa keikhlasan pada buruh maka rendah pula rasa kebahagiaannya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan data berupa angka. Data tersebut kemudian diolah dan dianalisis untuk mendapatkan suatu informasi ilmiah dibalik angka-angka tersebut (Martono, 2012). Penelitian ini menggunakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk melihat sejauh mana pada satu variabel berkaitan dengan variabel lain (Azwar, 2013).

B. Variabel Penelitian

Identifikasi terhadap variabel penelitian bertujuan untuk memperjelas dan membatasi serta menghindari pengumpulan data yang tidak diperlukan. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

- a. Variabel Bebas (X) : Keikhlasan
- b. Variabel Terikat (Y) : Kebahagiaan

C. Definisi Operasional

Definisi operasional dari variabel perlu dikemukakan terlebih dahulu sebelum pelaksanaan penelitian sehingga dapat memperjelas arti dari setiap variabel yang digunakan dalam penelitian. Rumusan batasan definisi operasional dari masing-masing variabel, sebagai berikut:

1. Kebahagiaan

Kebahagiaan merupakan hasil penilaian diri terhadap kepuasan hidup yang ditandai dengan munculnya emosi positif serta keseimbangan menjalankan kehidupan. Variabel kebahagiaan diukur menggunakan skala kebahagiaan yang dimodifikasi dari Novavita (2018) berdasarkan teori Seligman (2005) dengan menggunakan aspek relasi sosial yang positif, keterlibatan penuh, penemuan makna dalam keseharian, optimis, ketahanan diri.

2. Keikhlasan

Keikhlasan adalah suatu kondisi mental sebagai hamba Tuhan yang semata-mata mengharapkan penerimaan dari Tuhan tanpa menyekutukanya dan tidak pula mudah mengikuti hawa nafsunya. Variabel keikhlasan diukur menggunakan skala yang dimodifikasi dari Chizanah (2011) berdasarkan teori Chizanah (2009) dengan menggunakan aspek konsep diri, motif transendental pengendalian emosi, ketiadaan *superiority*, dan *wild desire*.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2013). Populasi dalam penelitian ini merupakan buruh harian lepas yang bertempat tinggal di Kelurahan Tanah Datar berjumlah 166 orang. (Data Penduduk Kelurahan Tanah

Datar). Adapun pengertian Buruh harian Lepas merupakan buruh yang diikat dengan hubungan kerja dari hari ke hari dan menerima upah sesuai dengan banyaknya hari kerja, jam kerja ataupun banyaknya pekerjaan dan jenis pekerjaan yang dikerjakannya. Contoh pekerjaan yang dilakukan Buruh Harian Lepas antara lain knek, tukang gali, kuli panggul, tukang las, tukang batu, tukang besi, tukang gosok, tukang babat rumput dan sebagainya yang menerima upah secara hitungan hari (Budiono, 2009).

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini merupakan Buruh Harian Lepas yang bertempat tinggal di Kelurahan Tanah Datar yang berjumlah 106 penduduk. Roscoe menyatakan 30-500 adalah jumlah sample yang tepat untuk penelitian (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel dengan mencocokkan karakteristik dan bentuknya dan dipilih secara acak. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik *simple random sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memerhatikan strata yang ada dalam populasi itu yang bersifat homogen (Sugiyono, 2013).

E. Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperlukan dalam penelitian ini akan dikumpulkan dengan menggunakan instrument pengumpulan data dalam bentuk skala psikologi.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Skala kebahagiaan

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kebahagiaan dalam penelitian ini menggunakan skala Novavita (2016) yang disusun berdasarkan teori kebahagiaan yang dikemukakan oleh Seligman (2005), Reliabilitas pada skala Novavita (2016) adalah 0,940. Skala ini dimodifikasi oleh penulis sesuai dengan kondisi dan kebutuhan penelitian. Modifikasi yang dilakukan merupakan perubahan kalimat yang disesuaikan dengan kondisi subjek. Modifikasi tersebut seperti perubahan kalimat pada indikator, penambahan jumlah aitem pada beberapa indikator, dan perubahan kalimat pada aitem.

Format respon pilihan jawaban yang digunakan dalam skala ini adalah model Likert, dengan empat jawaban alternatif, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Pada penelitian ini, aitem *favorable* menggunakan skor 1 untuk pilihan jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai), skor 2 untuk pilihan jawaban TS (Tidak Sesuai), skor 3 untuk pilihan jawaban S (Sesuai), dan skor 4 untuk pilihan jawaban SS (Sangat Sesuai). Sedangkan pada aitem *unfavorable* menggunakan skor 4 untuk pilihan jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai), skor 3 untuk pilihan jawaban TS (Tidak Sesuai), skor

2 untuk pilihan jawaban S (Sesuai), dan skor 1 untuk pilihan jawaban SS (Sangat Sesuai).

Tabel 3.1

Blue print skala modifikasi kebahagiaan

No	Aspek	Indikator	Butir Soal		Jumlah
			<i>F</i>	<i>UN</i>	
1	Relasi sosial yang positif	a. Rukun dengan teman dan keluarga	1,3,4	2	7
		b. Memiliki hubungan positif dengan individu lain	5,7	6	
2	Keterlibatan penuh	a. Aktif dalam organisasi	8,9	10	6
		b. Melakukan hal yang diminati	11, 12, 13		
3	Penemuan makna dalam keseharian	a. Manfaat positif dalam keseharian	14	15,16,17	8
		b. Berserah diri dan bersyukur menjalankan kehidupan	18, 21	19, 20	
4	Optimis	a. Gigih mengejar mimpi	22, 24, 25	23	8
		b. Pantang menyerah	26, 29	27,28	
5	ketahanan diri	a. Mampu bangkit dalam keterpurukan	31, 32	30	6
		b. Ikhlas dalam menghadapi cobaan	33, 35	34	
Jumlah			22	13	35

Ket:

F : *Favorable*

UN: *Unfavorable*

Berdasarkan tabel 3.1, dapat dilihat bahwa jumlah total aitem sebanyak 35 aitem, yang terdiri dari 22 aitem *favorable* dan 13 aitem *unfavorable*. Distribusi aitem pada masing masing aspek sebanyak 6 sampai 8 aitem.

E. Skala keikhlasan

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kebahagiaan dalam penelitian ini menggunakan skala Chizannah (2013) yang disusun berdasarkan teori keikhlasan yang dikemukakan oleh Chizannah (2009), Reliabilitas pada skala Chizannah (2013) adalah 0,809. Skala ini dimodifikasi oleh penulis sesuai dengan kondisi dan kebutuhan penelitian. Modifikasi yang dilakukan merupakan perubahan kalimat yang disesuaikan dengan kondisi subjek. Modifikasi tersebut seperti perubahan kalimat pada indikator, penambahan jumlah aitem pada beberapa indikator, dan perubahan kalimat pada aitem.

Format respon pilihan jawaban yang digunakan dalam skala ini adalah model Likert, dengan empat jawaban alternatif, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Pada penelitian ini, aitem *favorable* menggunakan skor 1 untuk pilihan jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai), skor 2 untuk pilihan jawaban TS (Tidak Sesuai), skor 3 untuk pilihan jawaban S (Sesuai), dan skor 4 untuk pilihan jawaban SS (Sangat Sesuai). Sedangkan pada aitem *unfavorable* menggunakan skor 4 untuk pilihan jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai), skor 3 untuk pilihan jawaban TS (Tidak Sesuai), skor

2 untuk pilihan jawaban S (Sesuai), dan skor 1 untuk pilihan jawaban SS (Sangat Sesuai).

Tabel 3.2
Blue print skala modifikasi keikhlasan

No	Aspek	Indikator	Butir Soal		Jumlah
			<i>F</i>	<i>UN</i>	
1	Konsep diri sebagai hamba Tuhan	a. Mengakui kelemahan diri dan mengabdikan pada Allah SWT	1, 2, 4, 5	3	10
		b. Tidak pantas memiliki <i>superiority feelings</i>	7, 9	6, 8, 10	
2	Motif transendental	a. Lillahi ta'ala	12,13,14,15	11	9
		b. Motif tunggal	16, 17, 18, 19		
3	Pengendalian emosi	a. Perasaan stabil dan positif	21, 24, 25	20, 22, 23	10
		b. Tanpa pamrih	26, 29	27, 28	
4	Ketiadaan <i>superiority feeling</i>	a. Rendah hati	30, 32, 33	31, 34	11
		b. Keinginan untuk tampak menonjol	37	35, 36, 38, 39, 40	
Jumlah			23	17	40

Ket:

F : *Favorable*

UN: *Unfavorable*

Berdasarkan tabel 3.1, dapat dilihat bahwa jumlah total aitem sebanyak 40 aitem, yang terdiri dari 23 aitem *favorable* dan 17 aitem *unfavorable*. Distribusi aitem pada masing masing aspek sebanyak 9 sampai 11 aitem.

F. Validitas dan Reabilitas

1. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum penelitian dilaksanakan, alat ukur yang digunakan harus diuji terlebih dahulu. Uji coba ini dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas guna mendapatkan aitem yang layak digunakan sebagai alat ukur. Uji coba alat ukur ini dilakukan kepada buruh harian lepas atau pekerja yang dibayar secara harian yang berjumlah 60 orang, yang terdiri dari 40 buruh wanita dan 18 buruh pria. Uji coba alat ukur ini dilaksanakan pada tanggal 10 – 14 Februari 2020. Alat ukur yang diujicobakan adalah skala perilaku kebahagiaan, dan skala keikhlasan.

2. Validitas

Validitas adalah sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrument pengukur dalam melakukan fungsi ukurnya (Azwar, 2013). Suatu alat ukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila menjalani fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat. Penelitian ini menggunakan validitas isi. Menurut Azwar (2013) validitas isi merupakan sejauh mana aitem skala mewakili komponen dalam keseluruhan kawasan objek yang hendak diukur dan sejauh mana aitem skala mencerminkan ciri perilaku yang hendak diukur. Validitas isi dalam penelitian ini disetimasikan melalui *professional judgment* yang dilakukan oleh pembimbing dan narasumber seminar.

3. Daya Diskriminasi Aitem

Azwar (2017) mengemukakan bahwa daya diskriminasi aitem adalah sejauh mana aitem dapat membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur. Indeks daya diskriminasi aitem merupakan indikator konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala keseluruhan. Pengujian daya diskriminasi aitem dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skala itu sendiri.

Sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan pada korelasi aitem total, digunakan batasan korelasi aitem total di atas 0,30. Aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda memuaskan (Azwar, 2017). Azwar (2017) menjelaskan bahwa apabila aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, dapat dipertimbangkan untuk menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai. Uji daya beda diskriminasi aitem ini dibantu dengan bantuan aplikasi *Statistical Packages for Social Science version 20 (SPSS 20) for Windows*. Berikut tabel blueprint skala perilaku kebahagiaan setelah dilakukan uji coba, dapat dilihat pada tabel 3.3 berikut:

Tabel 3.3
Blue Print Skala kebahagiaan (Setelah Try Out)

NO	Dimensi	Jumlah Aitem				Jumlah
		Favorable		Unfavorable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Relasi sosial yang positif	1,3,4,7	5	2,6	-	7
2	Keterlibatan penuh	8, 9, 11, 12,13.	-	-	10	6
3	Penemuan makna dalam keseharian	14, 18, 21	-	15, 16, 19, 20	17	8
4	Optimis	22, 24, 25, 26, 29	-	23, 27, 28	-	8
5	Ketahanan diri	31, 32, 33, 35	-	34	30	6
Jumlah		21	1	10	3	35

Hasil perhitungan data uji coba diolah dengan menggunakan sistem komputerisasi *Statistical Packages for Social Science version 20 (SPSS 20) for Windows*. Berdasarkan hasil perhitungan pada skala kebahagiaanm dari 35 aitem, diperoleh 31 aitem yang sah dengan koefisien korelasi daya butir aitem $\geq 0,30$ berkisar dari 0,327 sampai 0,717, 4 aitem dinyatakan gugur karena koefisien korelasi daya butir aitem berada dibawah 0,30. Aitem yang tidak valid adalah aitem 5, 10, 17, dan 30

Berdasarkan sebaran aitem skala perilaku kebahagiaan yang valid dan gugur, maka disusun kembali *blue print* skala perilaku kebahagiaan yang akan

digunakan untuk penelitian. Uraianya dapat dilihat secara rinci pada tabel 3.4 berikut

Tabel 3.4
Blue Print Skala kebahagiaan (Penelitian)

NO	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>valid</i>		
		<i>F</i>	<i>UN</i>	
1	Relasi sosial yang positif	1,3,4,7	2,6	6
2	Keterlibatan penuh	8, 9, 11, 12,13.	-	5
3	Penemuan makna dalam keseharian	14, 18, 21	15, 16, 19, 20	7
4	Optimis	22, 24, 25, 26, 29	23, 27, 28	8
5	Ketahanan diri	31, 32, 33, 35	34	5
Jumlah		21	10	31

Hasil perhitungan pada skala keikhlasan dari 40 aitem, diperoleh 29 aitem yang sah dengan koefisien korelasi daya butir aitem $\geq 0,30$ berkisar dari 0,301 sampai 0,792, 11 aitem dinyatakan gugur karena koefisien korelasi daya butir aitem berada dibawah 0,30. Aitem yang tidak valid adalah aitem 7, 8, 10, 20, 23, 24, 25, 35, 36, 38 dan 39. Berikut tabel *blueprint* skala perilaku kebahagiaan setelah dilakukan uji coba, dapat dilihat pada tabel 3.5 berikut:

Tabel 3.5
Blue Print Skala keikhlasan (Setelah Try Out)

NO	Dimensi	Jumlah Aitem				Jumlah
		<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
		<i>Valid</i>	<i>Gugur</i>	<i>Valid</i>	<i>Gugur</i>	
1	Konsep diri sebagai hamba Tuhan	1, 2, 4, 5, 9	7	3, 6,	8, 10	10
2	Motif transendental	12,13, 14, 15, 16,17, 18, 19	-	11	-	9
3	Pengendalian emosi	21, 26, 29	24, 25	22, 27, 28	20, 23	10
4	Ketiadaan <i>superiority feeling</i>	30, 32, 33, 37.	-	31, 34, 40	35, 36, 38, 39	11
Jumlah		20	3	9	8	40

Berdasarkan sebaran aitem skala perilaku *keikhlasan* yang valid dan gugur, maka disusun kembali *blue print* skala perilaku *keikhlasan* yang akan digunakan untuk penelitian. Uraianya dapat dilihat secara rinci pada tabel 3.6 berikut:

Tabel 3.6
Blue Print Skala keikhlasan (Penelitian)

NO	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>valid</i>		
		<i>F</i>	<i>UN</i>	
1	Konsep diri sebagai hamba Tuhan	1, 2, 4, 5, 9	3, 6,	7
2	Motif transendental	12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19	11	9
3	Pengendalian emosi	21, 26, 29	22, 27, 28	6
4	Ketiadaan <i>superiority feeling</i>	30, 32, 33, 37.	31, 34, 40	8
Jumlah		20	9	29

4. Reliabilitas

Azwar (2013) mengemukakan bahwa salah satu ciri instrument ukur yang berkualitas adalah reliabel yaitu mampu menghasilkan skor yang cermat dengan tingkat eror pengukuran kecil. Azwar juga menyatakan reliabilitas merupakan keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi tingkat kecermatan sebuah pengukuran. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka pengukuran akan semakin reliabel. Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *Alpha Cronbach* dengan bantuan aplikasi *Statistical Packages for Social Science version 20 (SPSS 20) for Windows*

Tabel 3.7
Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Jumlah Aitem	<i>Cronbach's Alpha</i>
Kebahagiaan	31	0,910
<i>Keikhlasan</i>	29	0,918

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi product moment yang dibantu dengan aplikasi *Statistical Packages for Social Science version 20 (SPSS 20) for Windows*. Korelasi *product moment* merupakan salah satu teknik untuk mencari korelasi antar dua variabel (Sugiyono, 2013).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Tanah Datar, Kota Pekanbaru. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan skala kepada seluruh masyarakat yang bekerja sebagai buruh harian lepas atau pekerjaan-pekerjaan yang menghasilkan upah harian di Kelurahan Tanah Datar tersebut. Adapun skala yang diberikan kepada subjek yaitu, skala kebahagiaan, dan skala keikhlasan. Sebelum dilakukan penelitian, peneliti melakukan uji coba alat ukur yang dilakukan pada tanggal 24 – 27 Desember 2019 kepada 60 orang buruh harian lepas. Subjek *tryout* yaitu terdiri dari masyarakat yang bekerja sebagai buruh harian lepas, tukang cuci gosok, tukang bangunan, buruh gali, pengasuh bayi, dan lainnya yang diupah dengan hitungan harian. Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan skala langsung kepada subjek. Skala yang diuji cobakan terdiri dari skala kebahagiaan, dan skala *keikhlasan*. Selanjutnya, penyebaran skala penelitian dilakukan pada tanggal 8 – 13 Januari 2020 kepada 106 orang. Subjek penelitian yaitu terdiri dari masyarakat yang bekerja sebagai buruh harian lepas, tukang cuci gosok, tukang bangunan, buruh gali, pengasuh bayi, dan lainnya yang diupah dengan hitungan harian dan subjek penelitian belum pernah mengisi angket *try out* sebelumnya.

Dari kedua skala yang diberikan kepada buruh harian lepas yang menjadi sampel penelitian, semua kembali dengan utuh dan setiap aitem pernyataan dalam

skala dijawab seluruhnya tanpa ada nomor yang terlewat oleh subjek. Pada saat memberikan skala, peneliti memberikan penjelasan mengenai tata cara pengisian skala dan meyakinkan kepada para subjek untuk membaca dengan baik setiap aitem pernyataan yang diberikan dan tidak boleh ada aitem yang terlewat, dan sebagian subjek yang kurang bisa baca tulis masih perlu bantuan peneliti. Skala yang terkumpul dalam penelitian kemudian dianalisa dengan menggunakan bantuan program *SPSS 20.0 for windows*.

B. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Subjek Penelitian

Secara umum dari 106 subjek penelitian yang mengisi skala, maka subjek dapat digambarkan berdasarkan kategori sebagai berikut :

a. Gambaran Subjek Berdasarkan Usia

Tabel 4.1
Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

No	Kategorisasi Usia	Jumlah	Persentase
1	< 20 tahun	7	6.60 %
2	< 30 tahun	37	34.90 %
3	< 40 tahun	33	31.13%
4	< 50 tahun	18	16.98 %
5	≥50 tahun	11	10,37 %
Jumlah		106	100 %

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa buruh harian lepas pada Kelurahan Tanah Datar didominasi subjek yang rentang usia dibawah 20 tahun berjumlah 7 (6,60%) orang, kemudian rentang usia dibawah 30 tahun berjumlah 37 (34,90%) orang, rentang usia dibawah 40 tahun berjumlah 33 (31,13%) orang, rentang usia

dibawah 50 tahun berjumlah 18 (16,98%) orang dan rentang usia dibawah 50 tahun berjumlah 11 (10,37%) orang.

b. Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.2
Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

No	JenisKelamin	Jumlah	Persentase
1	Laki – laki	51	48,11 %
2	Perempuan	55	51, 88 %
Jumlah		106	100 %

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa buruh harian lepas pada Kelurahan Tanah Datar dalam penelitian ini berjumlah 106 orang dan perempuan terdiri atas 55 (51,88%) orang, kemudian sisanya sebanyak 51 (48,11%) orang laki-laki.

2. Uji Asumsi

Sebelum melakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang bertujuan untuk mengetahui apakah data yang dianalisis sudah terpenuhi syarat agar data dapat di analisis dengan korelasi *product moment* dari *pearson*. Uji asumsi terdiri atas uji normalitas dan uji linieritas data data. Pengujian normalitas dan linieritas data dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 20.0 *for windows*.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dikenakan pada setiap variabel yang bertujuan untuk melihat seberapa besar data tersebut normal. Adapun cara yang digunakan untuk

melihat sebaran data tersebut normal atau tidak normal pada penelitian ini diperoleh berdasarkan rasio *skewness* dan rasio *kurtosis*. Rasio *skewness* dan *kurtosis* dapat digunakan untuk menentukan tingkatan normalitas data. Hasil penilaian *skewness* dan *kurtosis* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.3
Uji Normalitas

Variabel	Keikhlasan	Kebahagiaan
<i>Skewness</i>	-0,106	0,469
<i>Std. skewness</i>	0,235	0,235
<i>Kurtosis</i>	-0,166	-0,192
<i>Std. kurtosis</i>	0,462	0,462

Keikhlasan:

$$Rasio\ skewness = \frac{\text{Nilai Skewness}}{\text{Std. Error Skewness}} = -\frac{0,106}{0,235} = -0,45$$

$$Rasio\ kurtosis = \frac{\text{Nilai Kurtosis}}{\text{Std. Error Kurtosis}} = -\frac{0,166}{0,465} = -0,35$$

Kebahagiaan:

$$Rasio\ skewness = \frac{\text{Nilai Skewness}}{\text{Std. Error Skewness}} = \frac{0,469}{0,235} = 1,99$$

$$Rasio\ kurtosis = \frac{\text{Nilai Kurtosis}}{\text{Std. Error Kurtosis}} = -\frac{0,192}{0,465} = -0,41$$

B

Berdasarkan uji normalitas di atas, variabel keikhlasan dan kebahagiaan memperoleh nilai rasio *skewness* dan *kurtosis* berada dalam rentang -2 sampai +2, dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa sebaran data penelitian ini normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hubungan linieritas antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji linearitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji F, data akan dikatakan linear dengan ketentuan signifikansi lebih kecil dari 0,005 ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil pengujian linearitas pada variabel keikhlasan dan kebahagiaan memiliki nilai F sebesar 69,502 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel keikhlasan dan kebahagiaan bersifat linear karena memiliki nilai signifikansi (p) kurang dari 0,05.

3. Uji Hipotesis

Tujuan dilakukannya analisis data adalah untuk menguji hasil hipotesis dalam penelitian ini. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk membuktikan adanya hubungan atau tidak antara keikhlasan dan kebahagiaan pada buruh dan untuk membuktikan hipotesis yang diajukan diterima atau ditolak, maka dilakukan analisis data. Teknik analisa data yang digunakan adalah teknik koefisien korelasi *Product moment* dari *Pearson*. Adapun variabel kebahagiaan yang dapat dijelaskan oleh variabel keikhlasan sebesar 36% dan sisanya sebesar 64% ditentukan oleh faktor lain.

Tabel 4.4
Uji Hipotesis

Hipotesis	r	r Square	P	Keterangan
Terdapat pengaruh keikhlasan terhadap kebahagiaan pada buruh harian lepas	0,600	0,360	0,000	Hipotesis Diterima

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,600 dengan nilai *Sig* sebesar 0,000 ($0,000 < 0,01$). Dengan demikian, maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara keikhlasan dan kebahagiaan pada Buruh Harian Lepas.

Tabel 4.5
Uji korelasi

Variabel	Pearson Correlation (r)	Sig (p)
keikhlasan kebahagiaan	0,600	0,000

4. Deskripsi Kategorisasi Data

Salah satu usaha penegakkan diagnosa pada pengukuran atribut psikologi adalah pemberian interpretasi atau makna terhadap skor skala yang bersangkutan. Sebagai suatu hasil ukur berupa angka, skor skala memerlukan suatu norma perbandingan yang bertujuan untuk menginterpretasikan secara kualitatif. Azwar (2012) interpretasi skala psikologi selalu bersifat normatif, artinya interpretasi skor

yang diacu pada posisi relatif skor dalam suatu kelompok yang telah dibatasi terlebih dahulu.

Tabel 4.6
Norma Kategorisasi

Norma	Kategori
$X < (\mu - 1,0\sigma)$	Rendah
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	Sedang
$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	Tinggi

Ket: μ = mean; σ = standar deviasi

a. Kategorisasi Variabel keikhlasan

Pada skala keikhlasan subjek akan dikelompokkan kedalam 3 kategori yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Untuk perhitungan sendiri dilakukan secara manual sesuai skor terkecil berkisar 1-4. Pada variabel keikhlasan terdapat 29 aitem. Sehingga nilai terendah diperoleh subjek adalah $1 \times 29 = 29$, sedangkan nilai tertinggi adalah $4 \times 29 = 116$, rangenya adalah $116 - 29 = 87$, meannya (μ) adalah $(116+29)/2 = 72,5$ dan standar deviasinya (σ) adalah $(116-29)/6 = 14,5$. Gambaran kategorisasi variabel keikhlasan dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.7
Gambaran Hipotetik dan Gambaran Empirik Variabel keikhlasan

Variabel Stres	Aitem	Nilai Min	Nilai Maks	Range	Mean (μ)	Standar Deviasi (σ)
Gambaran hipotetik	29	29	116	87	72,5	14,5
Gambaran empiric	29	65	116	51	94,53	10,651

Berdasarkan hasil pertimbangan, kategorisasi subjek variabel Keikhlasan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.8
Kategorisasi Variabel Keikhlasan

Kategorisasi	Nilai	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	$X < 83,88$	12	11,32%
Sedang	$83,88 \leq X < 105,18$	76	71,69%
Sangat Tinggi	$105,18 \leq X$	18	16,98%
Jumlah		106	100 %

Dari tabel diketahui bahwa sebagian besar buruh harian lepas di Kelurahan Tanah Datar Kecamatan Pekanbaru Kota memiliki Keikhlasan berada pada katagori sedang yaitu sebanyak 76 orang dengan persentase (71,69%). Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar Buruh Harian Lepas memiliki keikhlasan yang sedang.

b. Kategorisasi Variabel Kebahagiaan

Pada skala kebahagiaan subjek akan dikelompokkan kedalam 3 kategori yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Untuk perhitungan sendiri dilakukan secara manual sesuai skor terkecil berkisar 1-4. Pada variabel kebahagiaan terdapat 31 aitem. Sehingga nilai terendah diperoleh subjek adalah $1 \times 31 = 31$, sedangkan nilai tertinggi adalah $4 \times 31 = 124$, dengan *range* adalah $124 - 31 = 93$, dengan *mean* (μ) adalah $(124 + 31) / 2 = 77,5$ dan standar deviasinya (σ) adalah $(152 - 38) / 6 = 15,5$. Gambaran kategorisasi variabel kebahagiaan dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.9
Gambaran Hipotetik dan Gambaran Empirik
Variabel Kebahagiaan

Variabel Kebahagiaan	Aitem	Nilai min	Nilai maks	Range	Mean (μ)	Mean (σ)
Gambaran hipotetik	31	31	124	93	11,5	15,5
Gambaran empiric	31	78	119	41	94,99	8,892

Berdasarkan hasil pertimbangan, kategorisasi subjek pada variabel kebahagiaan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.10
Kategorisasi Variabel Kebahagiaan

Kategorisasi	Nilai	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	$X \leq 86$	13	12,26%
Sedang	$86 \leq X \leq 104$	75	70,75%
Tinggi	$104 < X$	18	16,98%
Jumlah		106	100 %

Dari tabel diketahui bahwa sebagian besar buruh harian lepas di Kelurahan Tanah Datang Kecamatan Pekanbaru Kota memiliki rasa kebahagiaan berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 75 orang (70,75%). Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar Buruh Harian Lepas memiliki kebahagiaan yang sedang.

C. Analisis tambahan

1. Analisis perbedaan berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan hasil analisis perbedaan keikhlasan pada buruh harian lepas berdasarkan jenis kelamin diketahui tidak terdapat perbedaan antara buruh harian lepas laki-laki dan buruh harian lepas perempuan, hasil *independent samples T test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,909 ($p > 0,05$). Berdasarkan hasil analisis perbedaan kebahagiaan pada buruh harian lepas berdasarkan jenis kelamin diketahui tidak terdapat perbedaan antara buruh harian lepas laki-laki dan buruh harian lepas perempuan, hasil *independent sample T test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,418 ($p > 0,05$).

Tabel 4.11
Analisis perbedaan berdasarkan jenis kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	Mean (π)	Std. Deviation (α)	Sig.	T	Keterangan
Keikhlasan	Laki-Laki	91,62	10,778	0,909	-	Tidak ada
	Perempuan	97,33	9,831		2,856	Perbedaan
Kebahagiaan	Laki-Laki	94,31	8,236	0,418	-	Tidak ada
			9,513		0,774	Perbedaan
	Perempuan	95,65				

2. Analisis variable keikhlasan per aspek terhadap kebahagiaan pada BHL

Keikhlasan mengandung beberapa aspek seperti: konsep diri, motif transendental, pengendalian emosi, ketiadaan *superiority feling* dan *wild desire*. Berdasarkan hasil sumbangan efektif per aspek variable x ke y menggunakan rumus

$$SE = \left| \frac{b_{x1} \times \text{cross product} \times R^2}{\text{Regression}} \right| \times 100\%$$

b_x^1 = koefisiensi b komponen x

cross product = cross product komponen x

Regression = nilai regresi

R^2 = sumbangan efektif total

Sumbangan efektif per aspek keikhlasan terhadap kebahagiaan yaitu :

Tabel 4.12
Analisis variabel keikhlasan per-aspek terhadap kebahagiaan pada BHL

Komponen Keikhlasan	B	Cross Product	Regress ion	Sumbangan Efektif Total
Konsep Diri Sebagai Hamba Tuhan	1,329	1807,35		
Motif Transendental	0,237	1956,73	3245,67	39%
Pengendalian Emosi	0,312	1150,72		
Ketiadaan <i>Superiority Feeling</i>	0,019	1069,71		

$$SE \text{ Konsep diri} = \left| \frac{1,329 \times 1807,35 \times 39}{3245,67} \right| \times 100\% = 28,86\% = 29\%$$

$$SE \text{ Motif Transcendental} = \left| \frac{0,237 \times 1956,73 \times 39}{3245,67} \right| \times 100\% = 5,57\% = 6\%$$

$$SE \text{ Pengendalian Sosial} = \left| \frac{0,312 \times 1150,72 \times 39}{3245,67} \right| \times 100\% = 4,31\% = 4\%$$

$$SE \text{ Ketidadaan Superiority Feelings} = \left| \frac{0,019 \times 1069,71 \times 39}{3245,67} \right| \times 100\% = 0,24\% = 0$$

Keempat sumbangan efektif diatas sudah didapatkan :

Tabel 4.13
Sumbangan efektif variabel keikhlasan per-aspek terhadap kebahagiaan pada BHL

Aspek Keikhlasan	Sumbangan Efektif Komponen
Konsep Diri Sebagai Hamba Tuhan	29%
Motif Transendental	6%
Pengendalian Emosi	4%
Ketiadaan <i>Superiority Feeling</i>	0%
Total	39%

Berdasarkan hasil tabel diatas dapat disimpulkan bahwa aspek konsep diri sebagai hamba Tuhan merupakan aspek yang memiliki sumbangan tertinggi terhadap kebahagiaan pada buruh harian lepas yaitu sebesar 29%, artinya aspek konsep diri sebagai hamba tuhan merupakan aspek yang mendominasi kebahagiaan pada kehidupan buruh harian lepas.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keikhlasan dengan kebahagiaan pada buruh harian lepas. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keikhlasan seseorang dapat mempengaruhi rasa kebahagiaan pada buruh harian lepas, artinya hipotesis diterima. Semakin tinggi keikhlasan, maka akan semakin tinggi kebahagiaan pada buruh harian. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah keikhlasan, maka akan semakin rendah pula kebahagiaan. Peterson dan Roy (1985) menemukan bahwa ketika seorang individu memiliki kenyamanan yang timbul dari proses ritual keagamaannya cenderung memiliki SWB dan kepuasan hidup yang tinggi. Hasil penelitian Peterson dan Roy (1985) tersebut mendukung hasil penelitian ini yang menyatakan bahwa ikhlas memiliki korelasi yang positif dengan kebahagiaan. Ikhlas merupakan sebuah bagian dari ibadah atau ritual keagamaan, yang dimana faktor terbentuknya kebahagiaan adalah salah satunya keagamaan

Hasil penelitian ini di dukung oleh hasil penelitian dari Al-Jauziyah (1999) yang menyatakan bahwa seorang individu yang ikhlas senantiasa memiliki pemikiran positif untuk selalu memperbaiki segala sesuatu yang telah diperbuatnya ke arah yang lebih positif, yang dimana seseorang yang dapat meningkatkan emosi positif dan menurunkan hal-hal yang negatif dalam hidupnya merupakan salah satu faktor kebahagiaan. Dan penelitian oleh Lubis & Maslihah (2012), melakukan sebuah penelitian kualitatif dan ditemukan bahwa melalui ikhlas, individu dapat menerima keadaan secara lebih positif. Individu menemukan makna hidupnya melalui kebenaran yang diperoleh dari kepercayaannya. Individu juga memperoleh makna hidupnya melalui kegiatan yang diikutinya serta sikap yang individu ambil secara positif. Dari hasil temuan ini diketahui bahwa ikhlas membuat individu lebih bersemangat dan menikmati hidupnya walaupun berada pada kondisi yang paling buruk. Sejalan dengan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada 11 Januari 2020 kepada subjek DM yang bekerja sebagai buruh bangunan, yang dimana DM ini adalah orang yang taat beragama dan selalu menjalankan perintah Allah dan DM merasa setelah melakukan ritual ibadah DM lebih merasa tenang batin dan lebih berpikir positif. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa orang yang taat beribadah dan selalu ikhlas cenderung memiliki pemikiran dan emosi positif yang dapat meningkatkan kebahagiaan

Sumbangan efektif antara keikhlasan dengan kebahagiaan adalah sebesar 36% dan 64% dipengaruhi oleh faktor lainnya diluar penelitian. Hasil ini menjelaskan bahwa masih banyak pengaruh dari variabel lainnya yang dapat mempengaruhi

kebahagiaan pada buruh harian lepas. Seperti halnya yang diungkapkan oleh Eddington & Shuma (dalam Meina dan Suprayogi, 2011) bahwa pekerjaan dapat menjadi salah satu faktor pendukung seseorang merasakan kebahagiaan. Hal ini dikarenakan pekerjaan mampu memberikan level stimulasi yang optimal sehingga seorang dapat merasakan kesenangan memenuhi rasa ingin tahu dan pengembangan kemampuan adanya hubungan sosial serta memiliki identitas dan tujuan dalam hidupnya (Lukman 2014). Sejalan dengan wawancara yang peneliti lakukan pada 11 Januari 2020 kepada subjek DM yan bekerja sebagai buruh bangunan, dimana DM mengungkapkan bahwa ia merasa senang berangkat bekerja di karena kan memiliki relasi kerja yang baik dan sportif. Dimana saat bekerja dapat meningkatkan pengembangannya ketimbang jika hanya di rumah saja. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa tempat kerja menjadi salah satu faktor pendukung seseorang merasakan kebahagiaan, karena di tempat kerja terdapat relasi sosial dan pengembangan kemampuan buruh harian lepas

Terdapat beberapa faktor untuk mencapai kebahagiaan, salah satunya adalah penghasilan. Hal ini sesuai dengan penjelasan Mateu (2015) bahwa manusia membutuhkan dasar perlu ditutupi untuk kelangsungan hidupnya sendiri, dan karena itu kita dapat mengklaim bahwa untuk kesejahteraan individu penghasilannya akan menjadi sesuatu yang sangat diperlukan. Dan meskipun begitu kenyamanan dan kemewahan bukanlah sesuatu yang sangat penting untuk bertahan hidup di dunia saat ini, mereka mungkin menambah kenyamanan untuk hidup, tetapi efeknya tidak sekuat variabel lain, seperti perasaan positif dan penerimaan pada dirinya yang

dimana perasaan positif itu adalah bagian dari indikator keikhlasan. Sehingga dapat di simpulkan bahwa kebahagiaan dan keikhlasan memiliki hubungan yang positif.

Seligman (2005) mengklasifikasikan kebahagiaan menjadi beberapa kategori, yaitu masa lampau, masa depan dan masa sekarang. Pada masa lampau dapat dicapai melalui beberapa cara yaitu bersyukur. Individu yang mampu bersyukur akan merasa lebih bahagia dan puas terhadap kehidupannya. Hal ini sesuai dengan komponen keikhlasan menurut yang salah satu kompenennya adalah syukur. Syukur ialah keadaan seseorang mempergunakan nikmat yang diberikan oleh Allah SWT itu kepada kebajikan. Kebahagiaan berkaitan dengan pencarian ketentraman hidup baik lahir dan batin dan perasaan gembira yang merupakan suatu kondisi yang sangat ingin dicapai dalam hidup manusia. Di dalam pencaharian ini apabila individu mampu untuk ikhlas maka akan memudahkan individu dalam menemukan kebahagiaanya. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada 11 Januari 2020 kepada subjek DM yan bekerja sebagai buruh bangunan. DM mengungkapkan bahwa ia merasa walaupun susah akan materi namun DM merasa bersyukur dengan apa yang didapatkan nya sekarang. Karena DM merasa dengan bekerja seperti inilah DM bisa menghidupi keluarganya sampai saat ini. Walaupun kurang tetapi DM tetap bersyukur. Dengan demikian BHL yang bahagia adalah buruh harian lepas yang bisa selalu ikhlas dalam menjalankan kehidupannya dan selalu bersyukur atas apa yang Allah berikan.

Keikhlasan dapat mempengaruhi kebahagiaan dengan hasil analisis, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,600 dengan nilai *Sig* sebesar 0,000 ($0,000 < 0,01$), nilai ini

menunjukkan keikhlasan memiliki pengaruh positif terhadap kebahagiaan. Artinya, kenaikan 1% pada keikhlasan, akan mempengaruhi kenaikan variabel kebahagiaan sebesar 0,600. Berdasarkan hasil analisis diatas sejalan dengan apa yang di kemukakan oleh Mutawalli Asy-sya'rawi (dalam Shalilah, 2016) dalam menginterpretasikan Sembilan karakteristik orang yang bahagia dalam Al-Qur'an, yaitu kebaikan, melaksanakan amr ma'ruf nahi munkar, optimis, syukur, sabar, dan altruistis.

Dalam psikologi, perasaan gembira atas karunia yang diberikan Allah adalah respon dari bersyukur. Dengan sifatnya yang bersyukur tersebut, ia dikenal dengan karakter transendensi yang di mana karakter transendensi ini merupakan salah satu aspek dalam keikhlasan. Adapula karakteristik sabar yang secara psikologis, yaitu seseorang yang mampu menyikapi tantangan dan permasalahan yang terjadi dalam hidupnya dan ia mampu mengarahkan dan menyikapi permasalahan tersebut. Dalam psikologis positif, pribadi ini di kenal dengan karakter temperance (pengendalian diri) yakni sifat yang mampu mengendalikan emosi negatifnya dalam menghadapi tantangan apapun. Pengendalian diri juga termasuk salah satu aspek dari keikhlasan. Selanjutnya altruistis, altruistis adalah sikap keikhlasan untuk menolong dan membantu orang lain. Dari penjelasan diatas menunjukkan orang yang bahagia pasti memiliki karakteristik keikhlasan dalam dirinya. Sejalan dengan hasil wawancara lakukan dimana Buruh Harian Lepas mengatakan kunci dalam ia menjalankan kehidupannya saat ini adalah sellu ikhlas dengan apa yang terjadi. Karena ia percaya akan selalu di lindungi Allah dan di mudahkan dalam segala urusanya.

Berdasarkan hasil penelitian, kategorisasi keikhlasan buruh harian lepas didominasi pada kategori sedang dengan persentase 71,69%. Artinya, subjek pada penelitian ini cukup ikhlas dalam apa yang terjadi pada kehidupannya, cukup puas dengan apa yang didapatkan, melakukan perintah Allah SWT karena itu kewajiban bukan karena kebutuhan, cukup dapat mengendalikan perasaan *superiority feelings* dan menganggap hidupnya adalah kehendak Yang Maha Esa. Sama halnya dengan kebahagiaan pada buruh harian lepas juga didominasi dengan kategori sedang pada persentase 70,75%. Artinya, subjek penelitian mengalami perasaan kegembiraan yang tidak berlebihan, cukup puas dengan apa yang terjadi dalam hidupnya, cenderung optimis dengan apa yang ingin dicapai, sebagian besar memiliki relasi yang baik dengan teman dan keluarga dan mampu bangkit dari keterpurukan.

Indikator tinggi atau rendahnya keikhlasan pada buruh harian lepas, mengacu pada penerimaan dan mengharapkan ridho Allah dalam mencapai kesejahteraan hidup dan perasaan positif yang ditimbulkan dari perasaan keikhlasan. Hal-hal itu akan menimbulkan tinggi rendahnya indikator kebahagiaan. Salah satu faktor keikhlasan yang di ungkapkan Al-Ghazali (dalam Fathiyana, 2011) adalah ketenangan dan ketentraman batin, yaitu apabila seseorang beraktifitas dengan ikhlas dan khusyuk hanya karena Allah SWT maka dalam kondisi apapun akan tercermin ketenangan dan kejernihan baik dari sikap, wajahnya dan hatinya. Sementara menurut Seligman (2005) ketika orang merasakan puncak kebahagiaan dia akan dia akan terbebas dari emosi negatif. Sesuai dengan survey yang dilakukan Norman Bradburn (Fuad, 2015) yang menyatakan ketika orang yang bahagia akan merasakan emosi positif yang

membuatnya merasakan ketengan dan ketentraman dalam hidupnya, tetapi bukan berarti mereka yang merasakan kebahagiaan tidak pernah merasakan kesedihan melainkan ketika mereka mengalami kesedihan mereka dapat mengontrolnya dari emosi-emosi yang di rasakannya.

Aspek-aspek keikhlasan akan dapat mempengaruhi gejala-gejala kebahagiaan. Buruh harian lepas yang memiliki perasaan ikhlas yang tinggi akan mempermudah dalam mendapatkan kebahagiaan dikarenakan buruh harian lepas telah memiliki perasaan kebersyukuran atas hidupnya, tanpa pamrih dan hanya mengharapkan ridho Allah yang dapat meningkatkan rasa bahagia pada buruh harian lepas. Orang yang bekerja bukan mengharapkan ridho Allah dan hanya semata mengejar upah, maka durasi kesenangannya hanya sesaat, yaitu ketika menerima uang. Begitu uang dibelanjakan dan habis dibagi, maka kebahagiaan akan menghilang (Shalilah, 2016). Selanjutnya, buruh harian lepas yang memiliki konsep diri yang baik akan mempermudah merasakan kebermaknaan hidup yang positif, karena ketika buruh harian lepas dapat merasakan konsep diri sebagai hamba tuhan akan dapat meningkatkan kebermaknaan positif dalam hidupnya.

Berdasarkan hasil analisis *independent samples T test* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan keikhlasan dan kebahagiaan pada buruh harian lepas laki-laki maupun buruh harian lepas perempuan. Hasil *independent samples T test* pada variabel keikhlasan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,909 ($p > 0,05$). Sedangkan hasil *independent sample T test* variabel kebahagiaan menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,418 ($p > 0,05$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

oleh Fujita dkk (dalam Diener & Ryan, 2009), yang mengemukakan bahwa tidak ada perbedaan yang mencolok antara tingkat kebahagiaan antara kaum perempuan dan kaum laki-laki. Namun berbeda dengan penelitian yang terkait dengan keikhlasan yang menunjukkan gambaran bahwa laki-laki memiliki keikhlasan yang lebih tinggi dibanding perempuan (Siddik, 2017). Tidak adanya perbedaan antara kebahagiaan pada buruh harian laki-laki maupun perempuan dikarenakan bahwa kebahagiaan dan keikhlasan seseorang tidak tergantung pada jenis kelaminnya.

Berdasarkan hasil analisis sumbangan efektif variabel keikhlasan per-aspek terhadap kebahagiaan pada buruh harian lepas dapat disimpulkan bahwa aspek konsep diri sebagai hamba Tuhan merupakan aspek yang memiliki sumbangan tertinggi terhadap kebahagiaan pada buruh harian lepas yaitu sebesar 29%, artinya aspek konsep diri sebagai hamba tuhan merupakan aspek yang mendominasi kebahagiaan pada kehidupan buruh harian lepas.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 8 Februari 2019 kepada subjek TA yang bekerja sebagai buruh bangunan, dan kepada subjek W yang bekerja sebagai tukang las pintu, diketahui bahwa subjek TA dan W merasa bersyukur dengan apa yang telah di berikan Allah padanya dengan pekerjaan yang mereka miliki mereka optimis bisa menghidupi keluarga mereka. Dan dalam wawancara subjek TA pun mengatakan bahwa sudah merasa cukup dengan kehidupannya sekarang dengan keadaannya sekarang TA sudah merasa bahagia. Seligman (2005) menjelaskan bahwa orang yang bahagia adalah orang yang optimis dan memiliki perasaan positif, yang dimana perasaan optimis ini akan berdampak baik pada

kehidupannya salah satunya keberhasilan dalam bekerja. Selain optimis Seligman juga menambahkan bahwa orang yang bahagia memiliki ketahanan diri yang tinggi. Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki konsep diri dan pengendalian emosi yang baik dengan dibuktikan bahwa subjek adalah hamba tuhan yang bersyukur atas pemberian Allah dan tegar dengan rintangan yang dihadapi. Sesuai dengan yang di kemukakan Chazanah (2009) bahwa orang yang ikhlas memiliki konsep diri dan pengendalian emosi yang baik.

Pada penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan. Pertama, keterbatasan tersebut seperti hanya meneliti mengenai kebahagiaan dipengaruhi oleh keikhlasan, masih terdapat beberapa variabel lain yang juga dapat mempengaruhi kebahagiaan. Kedua, peneliti hanya melakukan wawancara kepada dua orang subjek, sehingga masih terdapat beberapa kekurangan dalam mengumpulkan informasi mendalam mengenai kebahagiaan dan ikhlasan. Selain itu, aitem dalam penelitian ini masih mengandung unsur *social desirability*, sehingga subjek cenderung memilih jawaban yang dinilai baik.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kebahagiaan dan keikhlasan pada Buruh Harian Lepas di Kelurahan Tanah Datar Kota Pekanbaru dan tidak adanya perbedaan kebahagiaan dan keikhlasan pada buruh harian lepas laki-laki dan perempuan. Aspek pada variabel keikhlasan yang menjadi sumbangan efektif tertinggi pada variabel kebahagiaan adalah aspek konsep diri sebagai hamba tuhan.

B. Saran

Peneliti memberikan beberapa saran yang berkaitan dengan penelitian, yakni sebagai berikut.

1. Bagi masyarakat, diharapkan untuk senantiasa selalu bersyukur, bersabar, mempercayai Allah akan selalu membantu kita dalam kesusahan, optimis, dan berpikiran positif, bahwa dengan selalu memiliki sifat-sifat ini dapat meningkatkan rasa bahagia dan keikhlasan dalam diri
2. Bagi peneliti selanjutnya, dapat melanjutkan penelitian ini dengan mengganti variabel dengan variabel lain yang belum pernah diteliti dan belum terungkap sebelumnya. Serta, melakukan perbaikan dalam modifikasi aitem untuk meminimalisir terjadinya *social desirability*.

DAFTAR PUSTAKA

- Acor, Shawn (2010) *The Happiness Advantage*. (New York:Brandom House Inc).
- Ainiyah, Nur (2013) ‘Pembentukan Karakter Melalui Pendidikan Agama Islam’. *Jurnal Al-Ulum*, 13 (1), 25-38
- Al-Jauziyah. (2013). Madarijus salikin penjabaran kongkrit “iyyaka na’budu wa iyyaka nasta’in. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Al-Qu’ayyid, Ibrahim Hamad (2004) *Panduan Hidup Bahagia Dan Sukses*. Terjemahkan Tajuddin (Jakarta:Maghirah).
- Azwar (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih hidup bermakna* . Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Bbc.com (2014, 13 Agustus). Robbin Williams Tewas Karena Gantung Diri. Diakses Pada 30 Juni 2020, Dari <https://www.bbc.com/>.
- Bestari, Winda Ayu (2015) ‘Perbedaan Tingkat Kebahagiaan Pada Mahasiswa Strata 1 Dan Strata’. *Jurnal Psikologi & Kemanusiaan 2015 Psychology Forum Umm*, ISB N: 978-979-796-324-8.
- Budiono, Abdul Rahmad. (2009) *Hukum Perburuhan*, Jakarta: PT.Indeks.
- Carr, Alan. (2004). *Positive Psychology: The Science Of Happiness And Human Strengths*. New York: BrunnerRoutledge.
- Chiumento, S. (2006). *Happiness At Work Index*. London: The Illumination Bussiness.

- Chizanah, L. (2009) 'Konstruk Psikologi Ikhlas (Sebuah Kajian Hermeneutika atas Teks Ihya Ulumiddin Bab Ikhlas)'. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Chizanah, L. (2011) 'Ikhlas = Prosocial Studi Komparasi Berdasarkan Caps' Psikoislamka, *Jurnal Psikologi Islam. Lembaga Penelitian dan Pengembangan Psikologi Dan Keislaman (LP3K)*, 8 (2), 145-164.
- Chizanah, L. (2011) 'Konstruk Psikologi Ikhlas (Sebuah Kajian Hermeneutika)'. *International Conference and The 3rd of Congress of API Proceedings Juli 2011*, 217-224.
- Chizanah, L. (2011) 'Validitas Konstruk Ikhlas: Analisis Faktor Eksploratori terhadap Instrumen Skala Ikhlas'. *Tesis (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Christophe, Andre (2012). *Feeling And Moods*. Polity Press 2012.
- Cnnindonesia.com (2019, 9 April). Kronologi Uniqlo Soal Tuntutan Upah Buruh Di Indonesia. Diakses Pada 24 Juli 2020. <https://www.cnnindonesia.com/>.
- Diener, E. & Suh, E.M. 2000. *Culture and Subjective Well Being*. MIT Press.
- Diponegoro, Ahmad Muhammad, (2015). 'Faktor-Faktor Psikologis Yang Mempengaruhi Kebahagiaan Pada Lanjut Usia Suku Jawa Di Klaten'. *Jurnal Psikopedagogia*. Universitas Ahmad Dahlan 2015. 4 (1), 2301-6167.
- Elfida. (2008). 'Hubungan Antara Religiusitas dan Kebahagiaan'. *Jurnal Penelitian*. Fakultas Psikologi: UIN Suska Riau.
- Eriyanda, Dian. Maya Khairani. (2017). 'Kebersyukuran Dan Kebahagiaan Pada Wanita Yang Bercerai Di Aceh' . *Jurnal Psikologi Psikodimensia*, 16 (2), 1411-6073 ISSN Online : 2579-6321.
- Fathiyana, Lisa. (2011) 'Konsep Guru Yang Iklash Menurut Imam Al Ghazali Dalam Kitab Ihya Ulumuddin'. *Skripsi*. Fakultas tarbiyah institut agama islam negeri wali songo.
- Fuad, Muskinul. (2015). 'Psikologi Kebahagiaan Manusia'. *Jurnal Komunika*, 9 (1), Januari - Juni 2015.

- Grimaldy, Dhanifa Veda. (2017) 'Efektivitas Jurnal Kebahagiaan Dalam Meningkatkan Self Esteem Pada Anak Jalanan'. *Inquiry Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8 (2), 100-110.
- Gymnastiar, Abdullah (2005). *Jagalah Hati*. Bandung; Khas Managemen Qolbu Press.
- Haris K. Abdul. (2014). 'Aktualisasi Keikhlasan Dalam Pendidikan;Telaah Atas Novel Laskar Pelangi'. *Jurnal Pembaharuan Pendidikan Islam (JPPI)*. 1 (1) , 66-82.
- Hoven, Ruut Veen, (2006). *How We Assess How Happy We Are?. Tenets, Implications And Tenability Of Three Theories*.
- Husni, Lalu (2001), *Pengantar Hukum Ketenagakerjaan Indonesia*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Innayati, Ummi, (2018) Implementasi Keikhlasan dan Kedisiplinan Guru. *Tesis*. Prodi Magister Pendidikan Guru Madrasah Ibtidiyah. UIN Malang.
- Jusmiati (2017) 'Konsep Kebahagiaan Martin Seligman: Sebuah Penelitian Awal' *Jurnal Psikologi* . 13 (2), 359-374.
- Khasan, Sandili, (2014) "Analisis Materi Dakwah KH. Ahmad Asrori Al-Ishaqi tentang Ikhlas" *Skripsi*. Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
- Kompas.com (2020, 28 Februari). Banyak Kasus Keguguran, Ratusan Buruh Es Krim Aice Mogok Dan Tuntut "Shift) Malam Dihapus 24 Juli 2020 <https://regional.kompas.com/>.
- Lopez & Synder. (2007). *Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths*. Unversity of Kansas, Lawrence.
- Lou Lo, Dkk, (1997). 'Source Of Hapiness; A Qualitative Approach'. *The Journal Of Social Psychology* 1997.137 (2), 181-187.
- Lubis, S. M. & Maslihah, S. (2012). Analisis sumber-sumber kebermaknaan hidup narapidana yang menjalani hukuman seumur hidup. *Jurnal Psikologi Undip*. 11 (1), 28-39.

- Lukman, Hakim. (2014). 'Hubungan Antara Otonomi Kerja Dengan Kebahagiaan Kerja Pada Industri Kreatif (Relation Of Work Autonomy With Happiness At Work In Creative Industry)' *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasivol* , 3 (1), April 2014.
- Makki, A. T. (2008) *The Secret of Ikhlas ('Ilm al-Qulub)*. Terj. Abad Badruzaman. Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta.
- Martin, Jesus San.Dkk. (2010). 'Life Satisfaction And Perception Of Happiness Among University Students'. Copyright 2010 By *The Spanish Journal Of Psychology*. 2010, 13 (2) , 617-628 ISSN 1138-7416.
- Martono, M. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Analisis Isi, Dan Analisis Data Sekunder*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Meina, Nina Wulan & Suprayogi, Nanang. (2011). Hubungan Antara Bersyukur dengan Kebahagiaan pada Pedagang Pasar Tradisional Pulogadung. *Tesis*. Fakultas Psikologi. Universitas Bina Nusantara. Tangerang.
- Oktavianey, Novavita, (2016) Perbedaan Tingkat Kebahagiaan Ditinjau dari Status Pendidikan Remaja Didaerah Pertambahan Kecamatan Moterado Kabupaten Bengkayang Kalimantan Barat. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. (2009). *Human Development Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Patnani, Miwa (2012). 'Kebahagiaan Pada Perempuan'. *Jurnal Psikogenesis..* Fakultas Psikologi Universitas YARSI, 1 (1) Desember 2012.
- Peterson, L. R. & Roy, A. 1985. Religiosity, Anxiety, and Meaning and Purpose: Religion's Consequences for Psychological Well-Being. *Religious Research Association*. 27 (1), 49-62.
- Prasetyo, Anggun Resdasari (2015). 'Gambaran Career Happiness Plan Pada Dosen' *Jurnal Psikologi Undip*, 14 (2), 174-182.
- Putri. (2011). 'Orientasi Kebahagiaan Siswa SMA tinjauan Psikologi indigenous Pada Siswa Laki-Laki Dan Perempuan'. *Jurnal Humanitas*, 8 (2).

- Qalami, A. F. (2003) *Ringkasan Ihya' Ulumiddin*. Surabaya: Gitamedia Press.
- Rachmat Ramadhan, (2012). *Aktivasi Ikhlas Menjadi Ikhlas Dalam 40 Hari* (Yogyakarta).
- Rahardjo, Wahyu. (2007) 'Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran'. *Jurnal Penelitian Psikologi*,. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, 2(12) Desember 2007.
- Rasyid, Hamdan. (2009). *Pesona Kesempurnaan Islam*. Jakarta; Zahira Press.
- Santanu, Erbe (2007) *Quantum Ikhlas*. Jakarta; Elex media komputindo.
- Santanu, Erbe (2007) *The Science & Miracle Of Zona Ikhlas*. Jakarta; Elex media komputindo.
- Schwartz, Shalom Skk. (2017). 'The Secret To Happiness: Feeling Good Or Feeling Right?' *Journal Of Experimental Psychology: American Psychological Association*, 146 (10), 1448-1459.
- Seligman, M.E.P. (2005). *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi positif*. Bandung; Mizan pustaka.
- Seligman, Martin. (2004). *Positive Psychology*. ISBN 0-471:459062 Printed In The USA.
- Shofaussamawati. (2013). 'Ikhlas Perspektif Al-Qur'an : Kajian Tafsir Maudhu'i Hermeunetik', *Jurnal Usuludin*. 7 (2) , Desember 2013.
- Sholihah, Imroatus (2016) *Kebahagiaan Dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Mutuwalli Asy-Sya'rawi Dan Psikologi Positif*. Tesis. Program Magister Studi Ilmu Agama Islam UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Siddik, Irman Nuryadin, Dkk. (2017) *Kebermaknaan Hidup ODHA Ditinjau dari Keikhlasan dan Dukungan Social*. *Jurnal Psikologi Psikoislamedia*. 2 (2), 2017.
- Siska Wulandari, (2014) *Faktor-Faktor Kebahagiaan Di Tempat Kerja* . *Jurnal Psikologi*, 10 (1), Juni 2014

Sugiono .(2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif. R&D* Bandung: Alfabeta.

Zaeni, Asyhadie. (2007), *Hukum Kerja: Hubung Ketenagakerjaan Bidang Hubungan Kerja*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.