

LAPORAN PENELITIAN

**KEBAHAGIAAN MUSTAHIK DITINJAU DARI
KEBERSYUKURAN DAN DUKUNGAN
SOSIAL LEMBAGA AMIL ZAKAT**



Oleh:

**Reni Susanti, M.Psi, Psikolog
Ikhwanisifa, M.Psi, Psikolog**



**Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU
TAHUN 2018**





KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

هيئة البحوث وخدمة المجتمع

INSTITUTE FOR RESEARCH AND COMMUNITY SERVICE

Alamat: Jl. H. R. Soebrantas No. 155 KM 19 Simpang Baru Param Pekanbaru 28295 PO Box 1004 Web: lppm.uin-suska.ac.id. Email: lppm@uin-suska.ac.id

PENGESAHAN

Nomor: Un.04/L.I/TL.01/ 2161 /2018

- Judul : Kebahagiaan Mustahik ditinjau dari Kebersyukuran dan Dukungan Sosial Lembaga Amil Zakat
- Peneliti Utama : Reni Susanti, M.Psi, Psikolog
- Anggota : Ikhwanisifa, M.Psi, Psikolog
- Pangkat/Gol : Penata/ III C
- Fakultas/Unit : Psikologi/ UIN Suska Riau
- Kluster Penelitian : Dasar Pengembangan Prodi
- Lokasi : Pekanbaru
- Waktu : Bulan Juni s.d November 2018

Telah diseminarkan pada
 Hari/Tanggal: Selasa, 6 November 2018

Narasumber,

Peneliti Utama,

Dr. H. Zuriatul Khairi, M.Ag, M.Si

Reni Susanti, M.Psi, Psikolog

Mengetahui:
 Ketua,

Prof. Dr.. M.Arrafie Abduh,, M, Ag
 NIP. 195807101985121002

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
ABSTRAK	1
BAB I PENDAHULUAN	2
A. Latar Belakang Masalah	2
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Kebahagiaan	12
1. Pengertian Kebahagiaan	12
2. Aspek Kebahagiaan	14
3. Faktor-Faktor Kebahagiaan	16
B. Kebersyukuran	17
1. Pengertian Kebersyukuran	17
2. Aspek-aspek Kebersyukuran	20
C. Dukungan Sosial	23
1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya	23
2. Jenis Dukungan Sosial	25
3. Sumber Dukungan Sosial	26
D. Mustahik Zakat	26
E. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Desain Penelitian	31
B. Identifikasi Variabel	31
C. Definisi Operasional	31
1. Kebahagiaan	31
2. Kebersyukuran	32
3. Dukungan Sosial	32

D. Populasi dan Sampel Penelitian	32
E. Metode Pengumpulan Data	32
1. Alat Ukur Kebahagiaan	33
2. Alat Ukur Kebersyukuran	33
3. Alat Ukur Dukungan Sosial	33
F. Uji Validitas Konstruk Alat Ukur	33
1. Uji Unidimensional Alat Ukur Kebahagiaan	36
2. Uji Unidimensional Alat Ukur Kebersyukuran	38
3. Uji Unidimensional Alat Ukur Dukungan Sosial	41
G. Teknik Analisis Data	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Deskripsi Data Penelitian	45
B. Hasil Penelitian	46
C. Analisis tambahan	47
D. Pembahasan	47
BAB V PENUTUP.....	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	53

KEBAHAGIAAN MUSTAHIK DITINJAU DARI KEBERSYUKURAN DAN DUKUNGAN SOSIAL LEMBAGA AMIL ZAKAT

Reni Susanti, Ikhwanisifa

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran kebersyukuran dan dukungan sosial terhadap kebahagiaan mustahik yang ada di Pekanbaru. Sampel penelitian berjumlah 180 orang, merupakan para mustahik yang mendapat bantuan dari lembaga amil zakat dan mengikuti program pendampingan/pemberdayaan di lembaga amil zakat. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini dimodifikasi dari *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) yang dikembangkan oleh Argyle, Martin & Crossland. Sedangkan alat ukur kebersyukuran disusun berdasarkan pada konsep syukur yang dikemukakan oleh Al-Fauzan (2014), dan variabel dukungan sosial lembaga disusun berdasarkan konsep dukungan sosial menurut Sarafino (2012). Pengujian validitas konstruk terhadap ketiga skala dengan menggunakan metode analisis faktor yaitu *confirmatory factor analysis* (CFA) untuk menguji unidimensionalitas alat ukur menemukan bahwa ketiga alat ukur bersifat unidimensional. Berdasarkan hasil uji hipotesis ditemukan bahwa kebersyukuran dan dukungan sosial lembaga amil zakat secara bersama-sama mempengaruhi kebahagiaan mustahik.

Kata Kunci : Kebersyukuran, dukungan sosial lembaga amil zakat, kebahagiaan mustahik

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Di tengah hiruk pikuk kegiatan manusia, ada satu hal yang terus dicari oleh manusia. Jika mendapatkan hal tersebut, maka manusia seperti mendapatkan seluruh isi dunia. Sebaliknya, jika tidak memilikinya, meskipun mungkin memiliki “segalanya”, maka ia seperti tidak memiliki apa-apa. Hal tersebut adalah kebahagiaan. Kebahagiaan merupakan salah satu fitrah manusia, sehingga wajar bila setiap manusia menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya (Sentanu, 2009). Namun kebahagiaan bukanlah sesuatu yang diberikan secara cuma-cuma, akan tetapi merupakan hasil dari ikhtiar manusia memenuhi berbagai kebutuhan hidup yang dipersepsikan akan menghantarkannya pada kebahagiaan.

Kebahagiaan dalam terminologi psikologi merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut. Kebahagiaan hidup ditandai dengan lebih banyaknya afek positif yang dirasakan individu dari pada afek negatif (Seligman, 2005). Konsep kebahagiaan oleh sebagian peneliti juga disebut dengan *subjective well-being*. Para ahli mendefinisikan *subjective well-being* sebagai penilaian pribadi individu mengenai hidupnya, termasuk didalamnya mengenai kepuasan (baik secara umum, maupun pada aspek spesifik), afeksi yang menyenangkan, dan rendahnya tingkat afeksi yang tidak menyenangkan. Dengan demikian disimpulkan bahwa *subjective well-being* meliputi adanya kepuasan hidup dan kebahagiaan.

Heylighen (1999) memaparkan bahwa orang-orang yang bahagia cenderung lebih jarang jatuh sakit yang menyebabkannya meninggal dibandingkan dengan orang-orang yang tidak bahagia. Dengan bahagia seseorang juga mendapatkan harapan yang menjadi motivator dalam berperilaku serta harapan yang memberikan kekuatan bagi manusia untuk melewati masa-masa sulit (Harre dan Parrot, 2000).

Lymbomirsky (2005) menambahkan bahwa orang-orang yang bahagia memperoleh banyak manfaat dalam kehidupan. Diantaranya adalah pikiran positif, mendapatkan imbalan sosial yang besar, menurunkan kemungkinan perceraian, mendapatkan dukungan sosial yang kuat dan interaksi sosial yang banyak. Kebahagiaan juga memberikan dampak positif dalam segala aspek kehidupan dan akan mengarahkan pada hidup yang lebih baik, misalnya memberikan manusia kesempatan untuk menciptakan hubungan yang lebih baik, menunjukkan produktivitas yang lebih besar, memiliki umur lebih panjang, kesehatan yang lebih baik, kreativitas yang lebih tinggi dan kemampuan pemecahan masalah serta membuat keputusan mengenai rencana hidup yang lebih baik (Carr, 2011).

Para ahli mencoba menjelaskan bagaimana manusia dapat meraih kebahagiaan. Frankl (dalam Bastamam, 2007) menyatakan bahwa keberhasilan manusia dalam memenuhi keinginannya untuk hidup bermakna (*will to meaning*) akan menghantarkannya pada kebahagiaan. Manusia yang berhasil mencapai hidup bermakna akan memperoleh kebahagiaan. Sebaliknya mereka yang tidak berhasil memenuhi motivasi ini akan mengalami kekecewaan, kehampaan hidup,

merasakan hidup yang tidak bermakna, dan akhirnya tidak bahagia. Senada dengan hal tersebut, Carr (2011) berpendapat bahwa secara keseluruhan kebahagiaan tergantung pada evaluasi kognitif terhadap kepuasan dalam berbagai domain kehidupan seperti keluarga, pekerjaan, pengaturan dan pengalaman afektif.

Lyubomirsky (2005) menguraikan lebih lanjut faktor-faktor yang mendatangkan kebahagiaan. Menurutnya ada tiga faktor yang membuat manusia merasa bahagia, yaitu faktor genetik (*set range*), keadaan atau situasi yang berubah-ubah dari waktu ke waktu (*circumstances*) dan hal-hal yang dikendalikan atau kegiatan yang disengaja (*voluntary activities*). Senada dengan pendapat tersebut, Wilson (1997) mengemukakan bahwa hal-hal situasional yang dipandang sangat perlu bagi kebahagiaan seseorang yaitu uang, menikah, berusia muda, sehat, terdidik baik, jenis kelamin, tingkat intelegensi dan religius. Eddington dan Shuman (2005) juga berpendapat bahwa domain kehidupan yang menjadi sumber kebahagiaan, adalah diri sendiri, keluarga, waktu, kesehatan, keuangan dan pekerjaan.

Berdasarkan uraian di atas tampak bahwa kebahagiaan merupakan sesuatu yang sifatnya subjektif. Setiap orang memiliki pendapat yang berbeda tentang sumber kebahagiaan hidup mereka. Terdapat beragam aktivitas dan situasi yang dapat membuat orang bahagia. Lyubomirsky, Sheldon & Schkade (2005) menggambarkan situasi ini dengan *subjective happiness*, yaitu penilaian subjektif dan global dalam menilai diri sebagai orang yang bahagia atau tidak.

Beberapa riset terdahulu menekankan aspek ekonomi dan penghasilan sebagai sumber kebahagiaan manusia. Veenhoven (2000) menemukan bahwa kebahagiaan keluarga lebih tinggi jika keluarga tersebut memiliki perekonomian yang baik, berpendidikan tinggi, dan memiliki pendapatan yang besar. Hal senada juga diperoleh Putri (2009) bahwa individu yang bekerja lebih bahagia dibandingkan dengan individu yang tidak bekerja. Di sisi lain Diener dan Biswas-Diener (dalam Carr, 2011), menyimpulkan studinya bahwa orang kaya yang sehat dapat hidup lebih lama, dan memiliki peristiwa hidup dengan sedikit stres. Kekayaan juga memungkinkan orang untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan seperti membantu orang lain, belanja dan rekreasi.

Meski demikian, Easterlin (1974) menemukan adanya *paradox of happiness* atau *income paradox*, atau lebih dikenal dengan *easterlin paradox*. *Easterlin paradox* menggambarkan situasi dimana peningkatan pendapatan tidak selalu mampu meningkatkan kebahagiaan seseorang. Pada awalnya, besarnya penghasilan seseorang berpengaruh terhadap tingkat kebahagiaannya. Pada fase ini pendapatan berjalan linear dengan tingkat kebahagiaan. Namun pada titik tertentu, relasi tersebut dapat mencapai titik jenuh. Hubungan antara pendapatan dan kebahagiaan menurun dan bahkan bisa hilang sama sekali. *Easterlin paradox* mengindikasikan bahwa ada faktor lain selain pendapatan (material) yang mempengaruhi kebahagiaan.

Di Indonesia sendiri penelitian tentang kebahagiaan juga menunjukkan temuan yang tidak jauh berbeda. Wenas, Opod, & Pali (2015) meneliti masyarakat dengan tingkat sosial ekonomi dan pendidikan yang beragam di Kota

Bitung, Manado menemukan bahwa terdapat hubungan yang rendah antara kebahagiaan dengan status sosial ekonomi. Penelitian lainnya dilakukan oleh Wibowo (2015) untuk menguji indikator kebahagiaan dan kesejahteraan masyarakat di setiap provinsi di Indonesia. Hasil pengujian terhadap variabel nilai indeks kebahagiaan dengan variabel kemiskinan, ketimpangan pendapatan dan pendapatan per kapita menunjukkan hasil yang cukup menarik. Ketiga variabel tersebut tidak berpengaruh signifikan terhadap tingkat kebahagiaan masyarakat. Hal ini berarti bahwa kontribusi faktor sosial ekonomi terhadap kebahagiaan tidak cukup signifikan.

Berdasarkan hasil survei *World Happiness Report* yang diterbitkan oleh UN SDSN (United Nation Sustainable Development Solutions Network) ditemukan bahwa tingkat kebahagiaan masyarakat Indonesia mengalami penurunan dari 2015-2018. Tahun 2015, Indonesia masuk dalam peringkat 74, tahun 2016 peringkat Indonesia menurun menjadi peringkat 79. Sedangkan tahun 2018, peringkat Indonesia semakin menurun dan mendapat peringkat 96 (CNNIndonesia.com). Indikator yang digunakan pada survei tersebut meliputi PDB (Product Domestic Bruto) per kapita, angka harapan hidup, bantuan sosial, kebebasan sosial, persepsi korupsi dan kemurahan hati.

Hasil yang berbeda diperoleh dari data Badan Pusat Statistik (BPS). Menurut survei BPS, Indeks kebahagiaan masyarakat Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2014 dan 2017. Pada tahun 2014 indeks kebahagiaan masyarakat sebesar 68,28 dan meningkat menjadi 70,69 pada tahun 2017. Survei ini

menggunakan tiga dimensi untuk mengukur kebahagiaan yaitu kepuasan hidup, perasaan dan makna hidup.

Temuan tersebut menarik, mengingat jumlah penduduk dengan kategori miskin di Indonesia tercatat sebanyak 27,77 juta jiwa atau sekitar 10,64% (BPS bulan Maret 2017). Data pada Inisiasi Zakat Indonesia yang merupakan salah satu lembaga amil zakat di Riau menampung 2500 penerima manfaat, dan sebagian besar diantaranya masuk dalam kategori fakir dan miskin. Adapun data di Rumah Zakat Cabang Riau pada tahun 2017 diketahui bahwa keluarga yang termasuk dalam kategori mustahik dan mendapat manfaat zakat sebanyak 725 orang. Kemiskinan dan kefakiran berpeluang menghantarkan umat manusia jatuh peradabannya. Sebagaimana dikabarkan dalam sabda Nabi Muhammad SAW bahwa kefakiran itu mendekati pada kekufuran.

Oleh karenanya Islam memiliki solusi agar problematika yang muncul sebagai dampak dari kefakiran dapat teratasi sehingga mustahik dapat menjalani kehidupannya dengan bahagia dan bermartabat. Rusdiyanti (dalam Fuad, 2016) menguraikan salah satu cara mewujudkan kebahagiaan adalah dengan bersyukur. Dalam literature psikologi positif, bersyukur dikenal dengan istilah *gratitude*. Sebagian orang lupa untuk bersyukur, dan lebih banyak mengeluh saat menghadapi realitas yang tidak sesuai dengan harapan atau rencana yang telah dibuat. Sebaliknya manusia juga sering lupa bersyukur saat mendapat nikmat yang besar. Arahkan untuk bersyukur dapat kita pahami dari Firman Allah dalam QS. Ibrahim : 7 berikut ini: “*Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu*”.

Bersyukur merupakan salah satu kapasitas personal yang diajarkan Islam bagi seluruh muslim termasuk para mustahik zakat. Sebagaimana dinyatakan oleh Al-Munajjid (2006) bersyukur adalah sebaik-baik jalan kehidupan bagi orang-orang yang bahagia. Niven (2002) menambahkan bahwa orang yang mensyukuri segala sesuatu yang dimiliki dalam hidup dan tidak membandingkan dengan apa yang dimiliki orang lain, akan mencapai kebahagiaan yang lebih besar. McCullough (dalam Pertiwi & Firmansyah, 2011) menambahkan bahwa kebersyukuran merupakan sikap anti materialisme. Otake, Shimai, Tanaka-Matsumi, Otsui, & Fredrickson (dalam Pertiwi & Firmansyah, 2011) menemukan bahwa orang yang bersyukur merasa lebih berbahagia dibandingkan dengan orang yang jarang atau tidak bersyukur. Orang-orang yang tidak bersyukur, tidak merasa bahagia meskipun memiliki harta, anak, atau hal-hal kebendaan lainnya.

Syukur adalah suatu bentuk pengakuan seseorang terhadap nikmat yang telah diberikan Allah, mengakui Allah sebagai pemberi nikmat tersebut, serta menggunakan nikmat tersebut di jalan yang diridhoi Allah. Syukur dapat diwujudkan dalam bentuk pengakuan hati bahwa nikmat yang diterima setiap manusia, termasuk mustahik, berasal dari Allah, sehingga menerima anugerah dengan penuh kerelaan tanpa menggerutu dan berkeluh kesah, atau menghujat kepada Allah *Ta'ala*, walaupun nikmat yang diterima dinilai kecil (Al-Fauzan, 2014). Hal ini akan membuat mustahik lebih menikmati kehidupan dan mengarahkannya pada kondisi emosi yang lebih positif dan bahagia.

Selain faktor kebersyukuran, Islam juga memiliki instrumen eksternal untuk mendukung mustahik meraih kebahagiaan. Instrumen eksternal ini dapat

diwujudkan melalui dukungan lembaga amil zakat. Pengelolaan zakat telah dijelaskan dalam Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2011. Dalam praktiknya, OPZ (Organisasi Pengelola Zakat) menyalurkan zakat dalam bentuk produktif dan konsumtif. Zakat produktif diarahkan untuk memberdayakan ekonomi mustahik, sedangkan zakat konsumtif dimaksudkan untuk mengatasi masalah jangka pendek mustahik.

Ada beragam dukungan sosial yang dapat diberikan oleh lembaga zakat kepada para mustahik. Diantaranya adalah dukungan instrumental berupa zakat, beasiswa, dan bantuan modal usaha. Selain itu dukungan emosional dan informatif berupa kesediaan staf pengelola zakat untuk mendengarkan keluhan kesah mustahik, dan memberikan saran dan pengarahan yang berhubungan dengan pengurusan bantuan serta cara pemecahan masalah dalam kehidupan. Kesediaan staf pengelola zakat untuk mendengarkan cerita kehidupan mustahik juga dapat membuat mustahik merasa diterima dan dihargai.

Setiap dukungan memberikan pengaruh atau manfaat bagi individu yang menerimanya (Marni & Yuniawati, 2015). Menurut Sarason, Henry, Robert dan Barbara (1983) individu yang menerima dukungan sosial yang positif selama hidupnya akan membantu terbentuknya harga diri dan cenderung memandang segala sesuatu secara positif dan optimistik dalam kehidupannya. Karena individu tersebut juga memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam mengendalikan berbagai situasi yang dihadapinya. Individu yang kurang mendapat dukungan dari lingkungan sosial akan merasa tidak puas dengan kehidupannya (Rohmad, 2011).

Dalam buku Fikih Zakat yang diterbitkan oleh Kementerian Agama RI (2015) dijelaskan bahwa zakat berfungsi sosial sebagai sarana saling berhubungan sesama manusia terutama antara si kaya dan si miskin. Dana zakat yang demikian besar mempunyai dimensi *hablumminallah* dan *hablminnannas*. Dalam konteks horizontal, zakat dapat dimanfaatkan untuk mengatasi kemiskinan dan meningkatkan harkat hidup mustahik agar tidak terjadi kepincangan-kepincangan sosial. Elzaky (2015) menambahkan bahwa zakat termasuk ibadah pertama yang disyariatkan dalam Islam untuk mengatur dan menciptakan kesejahteraan sosial serta menyeimbangkan kehidupan ekonomi masyarakat.

Hal ini diperkuat pula oleh hasil riset Danty (2016) yang menemukan bahwa dukungan yang diberikan lembaga zakat kepada mustahik dapat meningkatkan kebahagiaan. Penelitian Syaikat dkk (2016) menunjukkan bahwa bantuan zakat memiliki dampak positif terhadap produktivitas mustahik. Begitu pula penelitian Murniati (2014) yang menyimpulkan bahwa distribusi zakat berdampak positif terhadap pendapatan mustahik yang kemudian akan berpengaruh pada kenaikan tingkat pendapatan dan kemampuan mendapatkan pekerjaan lebih baik.

Rasa syukur yang diinternalisasikan oleh mustahik dalam kehidupan sehari-hari, memunculkan emosi positif yang akan menghantarkan pada kebahagiaan. Bersamaan dengan itu, adanya dukungan sosial lembaga zakat, juga akan semakin memperkuat timbulnya perasaan bahagia. Oleh karena itu, berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut kebahagiaan mustahik dalam konteks kebersyukuran dan dukungan sosial lembaga zakat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana peran kebersyukuran mustahik dan dukungan sosial lembaga zakat terhadap kebahagiaan mustahik.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana peran kebersyukuran dan dukungan sosial lembaga zakat terhadap kebahagiaan mustahik.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini mencoba menelaah bagaimana coping religious, dalam hal ini kebersyukuran berpengaruh terhadap kebahagiaan mustahik. Selain itu dalam penelitian ini juga mengkaji secara ilmiah peran institusi zakat dalam memberikan *support* kepada mustahik dan hubungannya dengan kebahagiaan yang dirasakan mustahik. Melalui penelitian ini diharapkan memperkaya khasanah pengembangan ilmu psikologi Islam.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi untuk mengedukasi masyarakat khususnya mustahik agar lebih sejahtera secara psikologis, serta mampu mentransformasikan nilai-nilai kebahagiaan yang mereka miliki kepada anak-anaknya. Disamping itu penelitian ini juga dapat bermanfaat bagi institusi pengelola zakat dalam merencanakan program pendukung bagi para mustahik.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kebahagiaan

1. Pengertian Kebahagiaan

Kebahagiaan adalah keadaan sejahtera dan kepuasan hati, yaitu kepuasan yang menyenangkan dan timbul bila kebutuhan dan harapan tertentu individu terpenuhi (Hurlock, 1997). Menurut Seligman (2005), kebahagiaan hidup merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut. Kebahagiaan hidup ini ditandai dengan lebih banyaknya afek positif yang dirasakan individu dari pada afek negatif.

Veenhoven (2005) menyatakan bahwa kebahagiaan adalah perasaan suka, senang, gembira yang dirasakan oleh individu dan sumber penyebab munculnya kebahagiaan bagi setiap individu berbeda-beda. Dengan kata lain, hanya orang-orang yang bersangkutan yang dapat mengatakan apakah mereka bahagia atau tidak bahagia dengan kehidupan yang mereka jalani.

Menurut Khavari (2006) kebahagiaan terasa tidak hanya ketika mendapatkan apa yang kita inginkan, tetapi juga ketika kita menginginkan apa yang telah kita dapatkan. Basya (2007) mengungkapkan bahwa kebahagiaan merupakan suatu objek yang terus dicari manusia di setiap masa dan tempat. Sarana untuk mencapainya berbeda-beda antara satu orang dengan orang lain. Perbedaan itu sesuai dengan kepribadian masing-masing manusia,

kecenderungan-kecenderungan, lingkungan-lingkungan dan kondisi-kondisi yang spesifik.

Menurut Al-Qarni (dalam Arif, 2004) kebahagiaan adalah sesuatu yang manusiawi, dirasakan individu yang bersifat instrinsik dan hanya dapat dirasakan tetapi tidak dapat dilihat oleh mata, tidak dapat diukur dengan harga, tidak dapat dibatasi oleh harta tetapi hanya dapat dirasakan oleh perasaan individu itu sendiri. Kebahagiaan adalah perasaan senang dan tenteram karena hati sehat dan berfungsi dengan baik.

Kebahagiaan juga didefinisikan sebagai keadaan psikologis positif yang ditandai dengan tingginya derajat kepuasan hidup, afek positif, dan rendahnya derajat afek negatif (Carr, 2004). Menurut Diener, Scollon dan Lucas (2003) istilah *subjective well-being* merupakan istilah ilmiah dari *happiness* (kebahagiaan). Istilah ini lebih dipilih untuk digunakan oleh para ilmuwan. *Subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif merupakan gabungan dari kepuasan hidup dan keseimbangan afek positif serta afek negatif (Lyubomirsky, Tkach, Dimatteo, 2006).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan merupakan kondisi perasaan di dalam diri seseorang sebagai respon afeksi terhadap berbagai pengalaman kehidupan dan adanya kepuasan hidup. Individu yang bahagia ditandai oleh lebih kuatnya afeksi positif daripada afeksi negatif, serta adanya proses kognitif dalam mengevaluasi kejadian yang terjadi pada kehidupan.

2. Aspek Kebahagiaan

Aspek kebahagiaan terdiri dari dua bagian yaitu adanya situasi dan keadaan pikiran seseorang. Griffin (2004) berpendapat bahwa suasana hati, sikap dan perasaan adalah satu bagian dari memahami sebuah kata kebahagiaan. Dan pemahaman yang lainnya berhubungan dengan kualitas kehidupan seseorang. Yang paling terpenting dari sebuah kebahagiaan adalah kepuasan hidup yang merupakan keadaan emosional yang dapat memberikan rasa puas, akan tetapi setiap individu mempunyai proses yang berbeda. Menurut Lucas, Diener dan Suh (2003) untuk pengukuran kepuasan hidup harus memenuhi kriteria validitas afektif dari kesejahteraan subjektif dan dapat mengidentifikasi antara emosi positif dan negatif.

Diener, Lucas dan Suh (2003) menyatakan bahwa kegembiraan merupakan aspek afektif dan kepuasan merupakan aspek kognitif. Aspek afektif tersebut terbagi menjadi dua komponen yang saling bebas yaitu afek positif dan afek negatif. Selanjutnya evaluasi kognitif digunakan untuk saling bergantung pada kepuasan di dalam variasi dominan, seperti pada keluarga atau aturan kerja dan pengalaman-pengalaman kepuasan lainnya (Wahyuni, 2010).

Argyle, Martin dan Crossland (Argyle, 2002) menguraikan komponen kebahagiaan sebagai berikut :

a. Kepuasan hidup

Kepuasan hidup ditandai dengan memiliki semangat hidup dan kemampuan untuk menyesuaikan berbagai perubahan kondisi. Kepuasan hidup meliputi merasa puas dalam hidup, merasakan bahwa hidup berharga, senang dengan

diri, merasakan kehidupan yang baik, tertarik pada orang lain, menemukan hal yang menarik dalam hidup, ramah pada orang lain dan memiliki arti dan makna dalam hidup.

b. Gembira

Gembira ditandai dengan merasakan kesenangan akan sesuatu yang telah dijalani dalam hidup. Terdiri dari merasa senang, optimis, memiliki pengalaman yang menyenangkan, dapat mengatur waktu dengan baik, bersenang-senang dengan orang lain, merasa bahwa dunia itu indah, dan menemukan hal yang menarik dalam hidup.

c. Harga diri yang positif

Harga diri yang positif ditandai dengan penilaian terhadap diri yang positif dan menghargai akan kekurangan diri. Terdiri dari memiliki pengaruh yang baik, bersemangat, merasa sehat, memiliki keterlibatan dalam komitmen serta terlihat menarik.

d. Ketenangan

Tergambar dari tercapainya keinginan, memiliki mental yang kuat, dan memiliki kenangan yang indah dalam hidup.

e. Kontrol

Orang yang bahagia ditandai dengan adanya kontrol diri dalam hidupnya. Terdiri dari tidak berlebihan jika bergembira, mudah membuat keputusan dan dapat melakukan banyak hal.

f. Efikasi

Efikasi merupakan terwujudnya keinginan dan harapan seseorang seperti tercapainya keinginan

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

Menurut Carr (2011) untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan bukanlah hal yang mudah. Hal ini disebabkan oleh adanya perbedaan pada setiap individu. Perbedaan tersebut dapat disebabkan oleh perbedaan kepribadian dan lingkungan yang kondusif atau yang menyediakan kesempatan individu untuk mencapai kebahagiaan yang dibutuhkan atau yang diinginkan.

Menurut Diener (dalam Lyubomirsky, 2005) salah satu sumber yang paling penting dari kebahagiaan adalah adanya hubungan pribadi yaitu persahabatan, pernikahan, keintiman, dan dukungan sosial. Seligman (2005) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan yaitu: kehidupan sosial, agama atau religiusitas: orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas terhadap kehidupan dibandingkan orang yang tidak religius. Hal ini dikarenakan agama memberikan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup bagi manusia. Hubungan antara harapan akan masa depan dan keyakinan beragama merupakan landasan mengapa keimanan sangat efektif melawan keputusasaan dan meningkatkan kebahagiaan.

Faktor lain yang menyebabkan kebahagiaan menurut Seligman (2005) yaitu pernikahan. Kebahagiaan orang yang menikah mempengaruhi panjang usia

dan besarnya penghasilan, hal ini berlaku bagi pria dan wanita. Selanjutnya yang mempengaruhi kebahagiaan adalah usia. Hal senada juga disampaikan oleh Eddington & Shuman (2005).

Witter (dalam Lyubomirsky, 2007) mengungkapkan bahwa pendidikan, usia, status pekerjaan serta penghasilan mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Faktor tersebut menunjukkan adanya status sosial, sehingga sangat mempengaruhi tingkat kebahagiaan. Menurut Elfida (2008) faktor lain yang dapat mempengaruhi kebahagiaan dalam kehidupan yaitu agama.

Hasil penelitian Elfida (2008) menunjukkan bahwa keyakinan religius memberikan kontribusi terbesar terhadap kebahagiaan yang dirasakan individu. Lyubomirsky, Sheldon dan Schkade menemukan bahwa ada tiga faktor utama yang memengaruhi kebahagiaan yaitu faktor bawaan (*S-Set Range*), Situasi lingkungan (*C-Circumstances*) dan faktor-faktor yang terutama bergantung pada pilihan-pilihan dari pribadi yang bersangkutan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang menyebabkan individu merasakan kebahagiaan adalah adanya faktor internal, yaitu usia, jenis kelamin, kecerdasan, seks, kesehatan, cinta, kesuksesan, agama dan faktor eksternal diantaranya yaitu komunitas, dukungan sosial, persahabatan, pernikahan, pekerjaan, dan pendidikan.

B. Syukur

1. Pengertian Syukur

Syukur menurut bahasa berarti memuji orang yang berbuat baik karena kebaikan yang telah diberikannya. Syukur arti asalnya adalah tampak atau nyata.

Syukur berasal dari kata *syakara-yasykuru* seperti dalam ungkapan “*syakirat al-ibilu tasykuru*” (unta itu gemuk karena rerumputan yang dimakan). Adapun kata *syakur* adalah bentuk *mubalaghah* dari kata syukur yang merupakan salah satu nama Allah, adapun *asy-syakur* yang digunakan untuk hamba Allah artinya mereka yang sungguh-sungguh bersyukur kepada Tuhannya dengan menaati segala perintah-Nya dan menunaikan kewajiban beribadah kepada-Nya (Al-Fauzan, 2014).

Syukur adalah berterimakasih atas suatu kebaikan atau hal yang menggembirakan (Ibnu Taimiyah, 2015). Menurut Ibnu Ibnu Qayyim (2016) syukur adalah pujian kepada yang berbuat baik dengan menyebut kebaikannya kepadanya. Syukur seorang hamba adalah pujian kepada Allah dengan menyebut kebaikan Allah. Menurut Al-Ghazali (2013) syukur adalah mengetahui bahwa segalanya dari Allah dan merasa gembira terhadap yang memberi nikmat dalam keadaan tunduk dan *tawadhu* (rendah hati). Syukur artinya mengungkapkan pujian kepada sang pemberi kebahagiaan, yaitu Allah *Ta'ala* (Effendy, 2012). Menurut Asy-Syibli (dalam Al-Ghazali, 2013) Syukur itu adalah melihat siapa yang memberi nikmat, bukan melihat nikmatnya. Menurut Shalikhin (2009) bersyukur adalah ekspresi memperlihatkan pengaruh nikmat Allah pada diri seseorang hamba pada qalbunya dengan beriman, pada lisannya dengan pujian dan sanjungan, dan pada anggota tubuhnya dengan mengerjakan amal ibadah dan ketaatan. McCullough, Emmons, & Tsang (dalam Cahyono, 2014) mendefinisikan *gratitude* sebagai kecenderungan secara umum untuk mengenali dan merespon

atas bantuan yang diberikan seseorang melalui pengalaman yang positif atas hasil yang didapatkan.

Menurut Ibnu Manzhur (dalam Al-Fauzan, 2014) syukur adalah menerima nikmat dengan ucapan, perbuatan dan niat, lalu memuji Dzat yang memberi nikmat dengan lisannya dan melebur dirinya dalam ketaatan kepada Allah, dengan meyakini bahwa Allah-lah yang memberi nikmat tersebut. Al-Fauzan (2014) mengatakan hakekat syukur adalah syukur dengan lisan, syukur dengan hati, dan syukur dengan anggota badan. Menurut Ibnu Taimiyah (2015) syukur bisa dilakukan dengan hati, lisan, dan tangan. Hati untuk mengakui dan mencintai, lidah untuk memuji dan berterima kasih, dan anggota badan digunakan dalam rangka menaati Allah dan menahan diri dari kemaksiatan kepadaNya (Ibnu Qayyim, 2016). Sama seperti yang dikatakan oleh Al-Qasim (2002) bahwa dalam syukur yang digunakan adalah hati, lisan dan anggota tubuh. Menurut Effendy (2012) hakikat syukur adalah mengungkapkan terimakasih didalam hati secara tulus dan mengatakan secara lisan serta menerjemahkannya kedalam perbuatan nyata atas segala nikmat yang diberikan Allah. Orang yang bersyukur sebenarnya adalah orang yang melaksanakan ketiga rukun tersebut disertai dengan sesuatu yang dapat menyempurnakannya, yaitu mencintai Dzat yang disyukuri dan tunduk kepadaNya serta mempergunakan nikmat-nikmatNya di jalan yang diridhaiNya (Al-Fauzan, 2014). Menurut Jailani (dalam Shalikhin, 2009) bersyukur merupakan sarana untuk memelihara nikmat Allah.

Berdasarkan definisi yang telah dipaparkan oleh beberapa para ahli dapat disimpulkan bahwa bersyukur adalah berterima kasih kepada Allah *Ta'ala* atas segala nikmat baik dengan hati, lisan maupun anggota badan (perbuatan).

2. Aspek-aspek Kebersyukuran

Al-Fauzan (2014) membagi syukur menjadi 3 (tiga), yakni :

a. Syukur dengan hati

Syukur dengan hati adalah mengakui dan mencintai seseorang yang berbuat baik (Ibnu Qayyim, 2016). Syukur dengan hati yaitu pengakuan hati bahwa nikmat yang ada pada seorang hamba adalah berasal dari Allah yang diberikan kepada hambaNya. Merupakan pemberian dari Dzat yang memberi nikmat dan karuniaNya. Manusia tidak mempunyai daya dan kekuatan di dalamnya, bahkan sampainya nikmat itu kepadanya tanpa permintaan hak darinya dan tanpa mengeluarkan biaya, karena itu hendaklah menerima nikmat itu dengan menampakkan kebutuhannya kepada nikmat tersebut.

Allah berfirman :

وَمَا بِكُمْ مِنْ نِعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ

Artinya :

“Dan apa saja nikmat yang ada pada kamu, maka dari Allah-lah (datangnya)”
(Q.S. An Nahl : 53).

Syukur dengan hati akan membuat seseorang merasakan keberadaan nikmat itu pada dirinya, hingga tidak akan lupa kepada Allah Pemberiannya. Syukur dengan hati akan membuat seorang hamba menerima anugerah dengan penuh kerelaan tanpa menggerutu dan berkeluh kesah, atau menghujat kepada

Allah *Ta'ala*, walaupun nikmat yang diterima dinilai kecil. Ketahuilah bahwa tidak sempurna tauhid seorang hamba hingga mengakui bahwa semua nikmat lahir dan batin yang diberikan kepadanya dan kepada makhluk lainnya, semua itu berasal dari Allah, kemudian menggunakannya untuk taat dan mengabdikan kepada-Nya.

Orang yang menyatakan dengan hatinya bahwa semua nikmat berasal dari Allah, tapi terkadang dengan lisannya menyandarkan nikmat itu kepada Allah, terkadang kepada diri dan jerih payahnya sendiri ataupun kepada usaha orang lain, maka wajib bertobat dengan sungguh-sungguh dan tidak lagi menyandarkan semua nikmat kecuali kepada Pemiliknya (Allah).

b. Syukur dengan lisan

Syukur dengan lisan yaitu menyanjung dan memuji Allah atas nikmat-Nya dengan penuh kecintaan, serta menyebut-nyebut nikmat itu sebagai pengakuan atas karunia-Nya dan kebutuhan terhadapnya, bukan karena pamer atau sombong. Menurut Ibnu Qayyim (2016) syukur dengan lisan adalah memuji dan berterimakasih. Dengan cara demikian, hati dan anggota tubuh dapat tergugah untuk bersyukur.

Syukur dengan ucapan yang berhubungan dengan nikmat ada dua macam:

- 1) Bersifat umum, yaitu menyifati Allah dengan sifat kedermawanan, kemuliaan, kebaikan, kemurahan, dan lain sebagainya dari sifat-sifat-Nya yang sempurna.

2) Bersifat khusus, yaitu dengan menyebut-nyebut nikmat-Nya serta mengabarkannya kepada orang-orang bahwa nikmat itu datangnya dari Allah, sebagaimana firman Allah Ta'ala,

وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ

Artinya :

“Dan terhadap nikmat Rabbmu maka hendaklah kamu menyebut-nyebutnya (dengan bersyukur).” (Q.S. Ad-Dhuha : 11).

Ibnu Katsir (dalam Al-Fauzan, 2014) menerangkan bahwa maksud ayat tersebut adalah hendaklah memuji Allah atas nikmat-Nya, juga diperintahkan untuk memberitahukan nikmat itu kepada orang-orang jika hal itu akan memberi kemaslahatan. Jika tidak, maka cukup dengan menyebut-nyebutnya saja, karena dengan itu maka akan terdorong untuk mensyukurinya.

Menyebut-nyebut nikmat Allah merupakan salah satu sendi syukur. Jika seorang hamba menyebut-nyebutnya, maka akan teringat kepada pemberinya dan mengakui kelemahan dirinya dan dengan sendirinya ia akan tunduk kepada Allah, memuji-Nya, bersyukur kepada-Nya, dan banyak mengingat Nya dengan berbagai macam dzikir, sebab dzikir merupakan pangkalnya syukur. Orang yang tidak mengingat Allah berarti tidak bersyukur kepada-Nya.

c. Syukur dengan anggota badan (perbuatan)

Menurut Ibnu Qayyim (2016) syukur dengan anggota badan adalah menggunakan anggota badan dalam rangka mentaati Allah dan menahandiri dari kemaksiatan kepada Allah. Syukur dengan anggota badan artinya anggota

tubuh digunakan untuk beribadah kepada Allah Ta'ala, karena masing-masing anggota tubuh memiliki kewajiban beribadah. Hal itu tidak akan sempurna kecuali dengan menaati Allah dan rasul-Nya dengan mengerjakan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya, termasuk menggunakan nikmat-nikmat-Nya di jalan yang diridhain-Nya dan tidak menggunakannya untuk berbuat maksiat kepada-Nya. Seorang individu harus mengetahui hal-hal yang disukai Allah agar dapat memanfaatkan nikmat dalam hal yang disukai-Nya itu. Syukur dengan badan adalah anggota tubuh kita melaksanakan ubudiyah kepada Allah (Al-Fauzan, 2014).

Dapat di simpulkan bahwa menurut Al Fauzan aspek- aspek kebersyukuran terdiri dari syukur dengan hati, syukur dengan lisan dan syukur dengan anggota badan (perbuatan).

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian

Dukungan menurut Chaplin (2006) adalah mengadakan atau menyediakan sesuatu untuk memenuhi kebutuhan orang lain, serta memberikan dorongan atau pengobatan semangat dan nasihat kepada orang lain dalam satu situasi dalam mengambil keputusan. Manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendiri.

Sementara itu definisi kata sosial dari bahasa latin yaitu *socius* yang berarti segala sesuatu yang lahir, tumbuh, dan berkembang dalam kehidupan bersama (Salim, 2002). Dukungan sosial adalah dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain (Sarafino, 2011). Dukungan sosial adalah informasi dan umpan

balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik (King, 2010).

Wallen dan Lachman (2000) menjelaskan dukungan sosial dibedakan menurut dukungan yang sebenarnya diterima, ketersediaan dukungan yang dirasakan, banyaknya bantuan atau hubungan, frekuensi kontak dengan pemberi dukungan dan komposisi dukungan. Ditambahkan oleh Antonucci dan Jackson (1987) bahwa kebanyakan defenisi mencakup pertukaran atau saling memberikan perilaku suportif (yang bersifat mendukung) yang bisa bersifat emosional atau instrumental (Wallen dan Lachman, 2000)

Menurut Sarason (1990) bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi individu. Sarason berpendapat bahwa dukungan sosial itu mencakup dua hal yaitu jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia dan tingkatan kepuasan akan dukungan sosial yang diterima. Sarason, Levine, dan Basham (dalam Kirana, 2010) menyebutkan bahwa dukungan sosial adalah transaksi interpersonal yang melibatkan salah satu faktor atau lebih dari karakteristik berikut ini :

- a. Afeksi. Ekspresi menyukai, mencintai, mengagumi dan menghormati.
- b. Penegasan. Ekspresi persetujuan, penghargaan terhadap ketepatan, kebenaran dari beberapa tindak pernyataan, pandangan.
- c. Bantuan. Ttransaksi-transaksi dimana bantuan dan pertolongan dapat langsung diberikan seperti barang, uang, informasi dan waktu.

2. Jenis Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial terdiri dari empat jenis yaitu :

a. Dukungan emosional.

Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluhan orang lain.

b. Dukungan penghargaan.

Dukungan penghargaan adalah dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu sehingga individu memiliki perasaan sebagai bagian dari kelompok. Menurut Sarason (1990), dukungan ini dapat berupa pemberian informasi kepada seseorang bahwa dia dihargai dan diterima, menghabiskan waktu bersama-sama dalam aktivitas, membuat lelucon, membicarakan minat serta melakukan kegiatan yang mendatangkan kesenangan.

c. Dukungan instrumental.

Bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu.

d. Dukungan informasi.

Dukungan yang bersifat informasi ini dapat berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan.

3. Sumber Dukungan Sosial

Menurut Ganster (1986) mengatakan beberapa sumber dari dukungan sosial meliputi:

a. Dukungan keluarga.

Keluarga merupakan tempat pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Kebutuhan fisik dan psikologis mula-mula terpenuhi dari lingkungan keluarga sehingga keluarga termasuk kelompok terdekat individu.

b. Dukungan teman bergaul.

Orang yang bergaul membutuhkan dorongan moral dari teman bergaulnya. Bentuknya kualitas kerja sama, kehangatan berteman dan rasa saling membutuhkan, dan mempercayai serta kebanggaan menjadi anggota kelompok.

c. Dukungan masyarakat atau lingkungan sekitar.

Masyarakat yang mendukung, menerima dan menyukai serta mengerti kelebihan dan kekurangan individu, biasanya akan memberikan motivasi dalam pemenuhan kebutuhannya.

D. Mustahik Zakat

Menurut UU No. 38 tahun 1999 tentang pengelolaan zakat, Mustahik adalah orang atau badan yang berhak menerima zakat. Jika hasil profesi seseorang tidak mencukupi kebutuhan hidup (diri dan keluarga)nya, ia lebih pantas menjadi mustahiq (penerima zakat). (Hadi, 2011)

Zakat Menurut bahasa kata zakat berarti tumbuh, berkembang, subur atau bertambah. Dalam Al-Quran dan hadis disebutkan, “Allah memusnahkan riba dan menyuburkan sedekah” (QS. al-Baqarah[2]: 276); “Ambillah zakat dari sebagian harta mereka, dengan zakat itu kamu membersihkan dan menyucikan mereka” (QS. at-Taubah[9]: 103); “Sedekah tidak akan mengurangi harta” (HR. Tirmizi). Menurut istilah, dalam kitab al-Hâwî, al-Mawardi mendefinisikan zakat dengan nama pengambilan tertentu dari harta yang tertentu, menurut sifat-sifat tertentu, dan untuk diberikan kepada golongan tertentu. Jenis zakat ada dua (2), yaitu a. Zakat nafs (jiwa), disebut juga zakat fitrah. b. Zakat mâl (harta). (Hadi, 2011)

Orang-orang yang berhak menerima zakat itu ada delapan golongan, sebagaimana disebutkan dalam al-Qur'an At-Taubah 60:

إِنَّمَا الصَّدَقَاتُ لِلْفُقَرَاءِ وَالْمَسْكِينِ وَالْعَامِلِينَ عَلَيْهَا وَالْمُؤَلَّفَةِ قُلُوبُهُمْ وَفِي الرِّقَابِ وَالْغَارِمِينَ وَفِي سَبِيلِ اللَّهِ وَإِنَّ السَّبِيلَ فَرِيضَةٌ مِنَ اللَّهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ

Artinya:

Sesungguhnya zakat-zakat itu, hanyalah untuk orang-orang fakir, orang-orang miskin, pengurus-pengurus zakat, para mu'allaf yang dibujuk hatinya, untuk (memerdekakan) budak, orang-orang yang berhutang, untuk jalan Allah dan orang-orang yang sedang dalam perjalanan, sebagai sesuatu ketetapan yang diwajibkan Allah; dan Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.

Berdasarkan ayat tersebut maka ada delapan ashnaf mustahik zakat, kedelapan golongan tersebut adalah:

1. Fakir

Orang fakir dapat diartikan sebagai orang yang hidupnya sangat miskin dan menderita, tidak memiliki apa-apa untuk hidup atau orang-orang sehat dan

jujur tetapi tidak mempunyai pekerjaan sehingga tidak mempunyai penghasilan (Al-Zahrul, 1995).

2. Miskin

Orang miskin adalah orang yang mempunyai mata pencaharian atau penghasilan tetap, tetapi penghasilannya belum mencukupi standar hidup bagi diri dan keluarganya. Orang miskin disebut juga orang yang memiliki pekerjaan, tetapi penghasilannya tidak dapat dipakai untuk memenuhi hajat hidupnya. Seperti orang yang mendapatkan 10, dia hanya mendapatkan 8 sehingga masih belum dianggap layak dari segi makanan, pakaian dan tempat tinggal.

3. Amil

Mustahik zakat yang ketiga adalah pengelola zakat yang ditunjuk oleh negara atau pemerintah untuk mengumpulkan dan mendistribusikan zakat. Pengelola termasuk semua pegawai seperti pengumpul, pekerja, pembagi, distributor, penjaga, akuntan dan lain-lain. Para amil zakat ini mempunyai tugas dan wewenang yang berkenaan dengan pembagian zakat.

4. Muallaf

Yang termasuk muallaf adalah:

- a. Orang yang baru masuk Islam sedang imannya belum teguh.
- b. Orang Islam yang berpengaruh pada kaumnya. Apabila ia diberi zakat, orang lain atau kaumnya akan masuk Islam.

- c. Orang Islam yang berpengaruh terhadap orang kafir. Kalau ia diberi zakat, orang Islam akan terhindar dari kejahatan kafir yang ada di bawah pengaruhnya.
- d. Orang yang menolak kejahatan terhadap orang yang anti zakat.

5. *Riqab*

Riqâb adalah hamba yang telah dijanjikan oleh tuannya bahwa dia boleh menebus dirinya. Hamba itu diberikan zakat sekadar untuk menebus dirinya.

6. *Gharimin*

Gârimin ada tiga macam, yaitu:

- a. Orang yang berutang karena mendamaikan antara dua orang yang berselisih.
- b. Orang yang berutang untuk dirinya sendiri, untuk kepentingan mubah ataupun tidak mubah, tetapi ia sudah bertobat.
- c. Orang yang berutang karena jaminan utang orang lain, sedang ia dan jaminannya tidak dapat membayar utang tersebut.

7. *Fisabillah*

Fîsabîlillâh adalah balatentara yang membantu dengan kehendaknya sendiri, sedang ia tidak mendapatkan gaji yang tertentu dan tidak pula mendapat bagian dari harta yang disediakan untuk keperluan peperangan dalam dewan balatentara. Orang ini diberi zakat meskipun ia kaya sebanyak keperluannya untuk memasuki medan perang, seperti membeli senjata dan lain sebagainya.

8. *Ibnu Sabil*

Ibnu sabil adalah orang yang dalam perjalanan yang halal dan sangat membutuhkan bantuan ongkos sekadar sampai pada tujuannya (Hadi, 2011)

Dalam penelitian ini peneliti membatasi subjek yaitu fakir, miskin, *muallaf, fisabilillah, ibnu sabil, gharimin.*

E. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh kebersyukuran dan dukungan sosial lembaga amil zakat terhadap kebahagiaan mustahik.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Dimana penelitian ini digunakan untuk memperoleh bukti-bukti empiris dalam menjawab pertanyaan penelitian dan ingin melihat bagaimana hubungan antara dua variabel atau lebih (Azwar, 2007).

B. Identifikasi Variabel

Variabel merupakan suatu konsep mengenai atribut yang memiliki nilai variasi secara kualitatif atau kuantitatif (Azwar, 2007). Adapun variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kebersyukuran sebagai variabel bebas (X_1) dan dukungan sosial lembaga zakat sebagai variabel bebas (X_2) dan kebahagiaan mustahik sebagai variabel terikat (Y).

C. Definisi Operasional

1. Kebahagiaan

Kebahagiaan dalam penelitian ini dapat diartikan sebagai kondisi perasaan di dalam diri mustahik (yaitu orang yang berhak menerima zakat, meliputi fakir, miskin, *riqab*, *gharimin*, *amylin*, *muallaf*, *ibnu sabil* dan *fisabilillah*) sebagai respon afeksi terhadap berbagai pengalaman dan adanya kepuasan hidup.

2. Kebersyukuran

Kebersyukuran adalah suatu bentuk pengakuan mustahik atas nikmat yang telah diberikan dan memuji Allah SWT sebagai pemberi nikmat tersebut, dan menggunakan nikmat tersebut dengan mengharapkan ridha Allah SWT.

3. Dukungan sosial lembaga amil zakat

Dukungan sosial lembaga amil zakat adalah persepsi mustahik terhadap dukungan psikologis yang diberikan lembaga amil zakat, terdiri dari dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan emosional, serta dukungan penghargaan.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2010). Populasi dalam penelitian ini mustahik zakat yang ada di wilayah Pekanbaru. Sampel penelitian berjumlah 200 orang dengan pengambilan menggunakan teknik *purposive random sampling*. Adapun kriteria adalah sebagai berikut :

1. Mustahik zakat yang terdaftar di lembaga amil zakat pekanbaru
2. Mengikuti program pemberdayaan yang dilakukan oleh lembaga amil zakat
3. Individu tergolong ke dalam usia dewasa

E. Metode Pengumpulan Data

1. Alat Ukur Kebahagiaan

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini modifikasi dari *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ). OHQ merupakan skala yang dikembangkan

oleh Argyle, Martin & Crossland, mengungkap aspek happiness meliputi *life satisfaction, joy, self esteem, calm, control* dan *efficacy*.

2. Alat Ukur Syukur

Alat ukur disusun berdasarkan pada konsep syukur yang dikemukakan oleh Al-Fauzan (2014), meliputi syukur dengan hati, syukur dengan lisan, dan syukur dengan perbuatan. Skala terdiri dari dua kelompok pernyataan yaitu pernyataan favorabel (mendukung) dan pernyataan unfavorabel (tidak mendukung).

3. Alat Ukur Dukungan Sosial

Variabel dukungan sosial lembaga diungkap menggunakan skala dukungan sosial lembaga berdasarkan konsep dukungan sosial menurut Sarafino (2012) yang membedakan empat jenis dukungan sosial, yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Skala ini disusun berdasarkan modifikasi model skala Likert berupa pernyataan favourable dan unfavourable.

F. Uji Validitas Konstruk Alat Ukur

Sebelum melakukan uji hipotesis dalam penelitian ini, terlebih dahulu dilakukan pengujian validitas konstruk dalam penelitian ini menggunakan metode analisis faktor yaitu *confirmatory factor analysis* (CFA) yang dilakukan untuk menguji unidimensionalitas alat ukur. Untuk menilai apakah model pengukuran benar-benar fit dengan data, maka perlu diperhatikan nilai indeks fit. Indeks fit yang dihasilkan dari analisis menggunakan metode CFA ada berbagai macam. Suatu indeks yang menunjukkan model tersebut *fit* tidak memberikan jaminan

bahwa model benar-benar *fit*, begitupun sebaliknya. Oleh karena itu, dalam penelitian ini menggunakan kriteria indeks *fit* sebagai berikut:

1. *Chi-Square*

Nilai *chi-square* menunjukkan penyimpangan antara *sample covariance matrix* dengan *model covariance matrix* (Joreskog dan Sorbom, 1993). *Chi-square* merupakan ukuran mengenai buruknya *fit* suatu model. Probabilitas *chi-square* dalam pengujian ini diharapkan tidak signifikan ($p > 0.05$) agar model dikatakan *fit* dengan data.

2. *Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)*

RMSEA diperkenalkan oleh Steiger dan Lind tahun 1980. RMSEA mengukur penyimpangan nilai parameter pada suatu model dengan matriks kovarians populasinya. Nilai RMSEA < 0.05 mengindikasikan model *fit* dan nilai RMSEA yang berkisar antara 0.08 menyatakan bahwa model memiliki perkiraan kesalahan yang *reasonable*. Sementara nilai RMSEA 0.08 – 0.10 menunjukkan model memiliki *fit* yang cukup. Sedangkan nilai RMSEA > 0.1 menunjukkan model *fit* yang sangat buruk. Tetapi, penggunaan RMSEA sangat sensitif dengan jumlah sampel yang digunakan. Semakin sedikit jumlah sampel maka akan menyebabkan *error* yang semakin membesar. Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwasanya model *fit* dengan data ketika nilai RMSEA < 0.05 .

Adapun langkah-langkah untuk mendapatkan kriteria item yang baik pada CFA adalah sebagai berikut (Umar, 2012):

1. Bahwa ada sebuah konsep atau *trait* yang didefinisikan secara operasional sehingga dapat disusun pertanyaan atau pernyataan untuk mengukurnya.

2. Disusun hipotesis atau teori bahwa seluruh item yang disusun valid mengukur konstruk yang didefinisikan. Dengan kata lain diteorikan bahwa hanya ada satu faktor yang diukur yaitu konstruk yang didefinisikan.
3. Berdasarkan data yang diperoleh kemudian dihitung matrik korelasi antar item, yang disebut matriks S.
4. Matriks korelasi disebut sigma (Σ) digunakan untuk mengestimasi matriks korelasi yang seharusnya terjadi menurut teori yang ditetapkan. Jika teori tersebut itu benar (*unidimensional*) maka tentunya tidak ada perbedaan antara matriks S atau bisa juga dinyatakan $\Sigma - S = 0$.
5. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:
 - a. Dihitung parameter dari teori atau model yang diuji yang dalam hal ini terdiri dari koefisien muatan faktor dan varian kesalahan pengukuran (*residual*).
 - b. Setelah nilai parameter diperoleh, kemudian estimasi korelasi antar setiap item sehingga diperoleh matriks korelasi antar item berdasarkan teori yang diuji.
6. Uji validitas konstruk dilakukan dengan menguji hipotesis bahwa $S = \Sigma$ atau dapat ditulis $H_0 : S - \Sigma = 0$. Uji hipotesis ini misalnya dilakukan menggunakan uji *chi-square*, dimana jika *chi-square* tidak signifikan ($p > 0.05$) maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nihil tidak ditolak. Artinya, teori yang mengatakan bahwa semua item hanya mengukur satu konstruk saja terbukti sesuai atau *fit* dengan data.

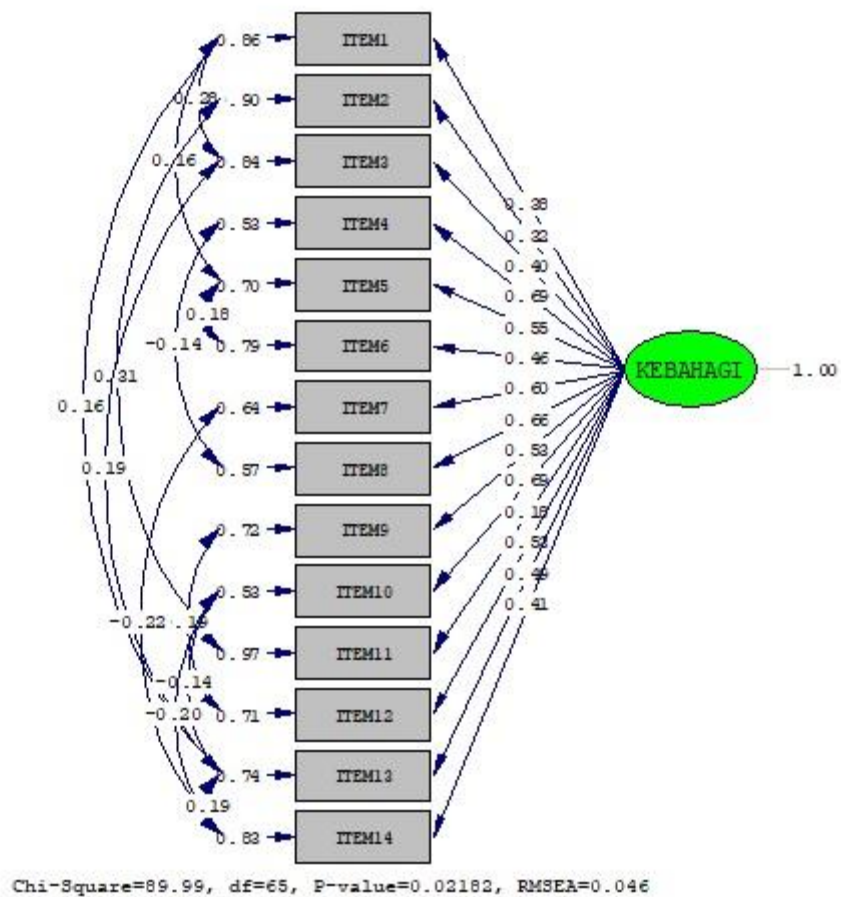
7. Jika telah terbukti model unidimensional *fit* dengan data, maka dapat dilakukan seleksi terhadap item dengan menggunakan 3 kriteria, yaitu:
- a. Item yang koefisien muatan faktornya tidak signifikan di *drop* karena tidak memberikan informasi yang secara statistik bermakna.
 - b. Item yang memiliki koefisien muatan faktor negatif juga di *drop* karena mengukur hal yang berlawanan dengan konsep yang didefinisikan. Namun demikian, harus diperiksa dahulu apakah item yang pernyataannya *unfavorable* atau negatif sudah disesuaikan (di *reverse*) skornya sehingga menjadi positif. Hal ini berlaku khusus untuk item dimana tidak ada jawaban yang benar ataupun salah.
 - c. Item dapat juga di *drop* apabila kesalahan pengukurannya (*residual*) berkorelasi dengan banyak *residual* item yang lainnya, karena ini berarti bahwa item tersebut mengukur juga hal lain selain konstruk yang hendak diukur.

Adapun hasil analisis konstruk terhadap alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Uji Unidimensional Alat Ukur Kebahagiaan

Peneliti menguji apakah ke 14 item yang ada bersifat unidimensional, artinya benar hanya mengukur kebahagiaan. Dari hasil analisis CFA Dari hasil analisis CFA yang dilakukan dengan model satu faktor, ternyata tidak fit, dengan $Chi-square = 229.59$, $df = 77$, $P-value = 0.0000$, dan nilai $RMSEA = 0.105$. Oleh sebab itu, maka peneliti melakukan modifikasi terhadap model, dimana kesalahan pengukuran pada beberapa item dibebaskan berkorelasi satu sama lainnya,

sehingga diperoleh model fit terhadap sekumpulan item kepribadian islam yang diuji dengan $Chi-square = 89.99$ $df = 65$, $P-value = 0.002182$, dan nilai $RMSEA = 0.046$. Sehingga dapat dinyatakan bahwa model dengan satu faktor dapat diterima. Hal ini berarti seluruh item secara signifikan bersifat unidimensional, yaitu hanya mengukur satu faktor yaitu kebahagiaan. Berikut akan ditampilkan *path diagram* dari model satu faktor kebahagiaan.



Gambar 1. Satu Faktor Alat Ukur Kebahagiaan

Setelah di dapat nilai $RMSEA < 0.05$ dapat dinyatakan bahwa model dengan satu faktor dapat diterima. Artinya seluruh item hanya mengukur satu faktor yaitu kebahagiaan. Kemudian penulis melihat

apakah item tersebut mengukur faktor yang hendak diukur secara signifikan dan sekaligus menentukan apakah item tersebut perlu didrop atau tidak, pengujiannya dilakukan dengan melihat nilai t bagi setiap koefisien muatan faktor, seperti tabel 4.1 di bawah ini:

Tabel 3.1.

Muatan Faktor Alat Ukur Kebahagiaan

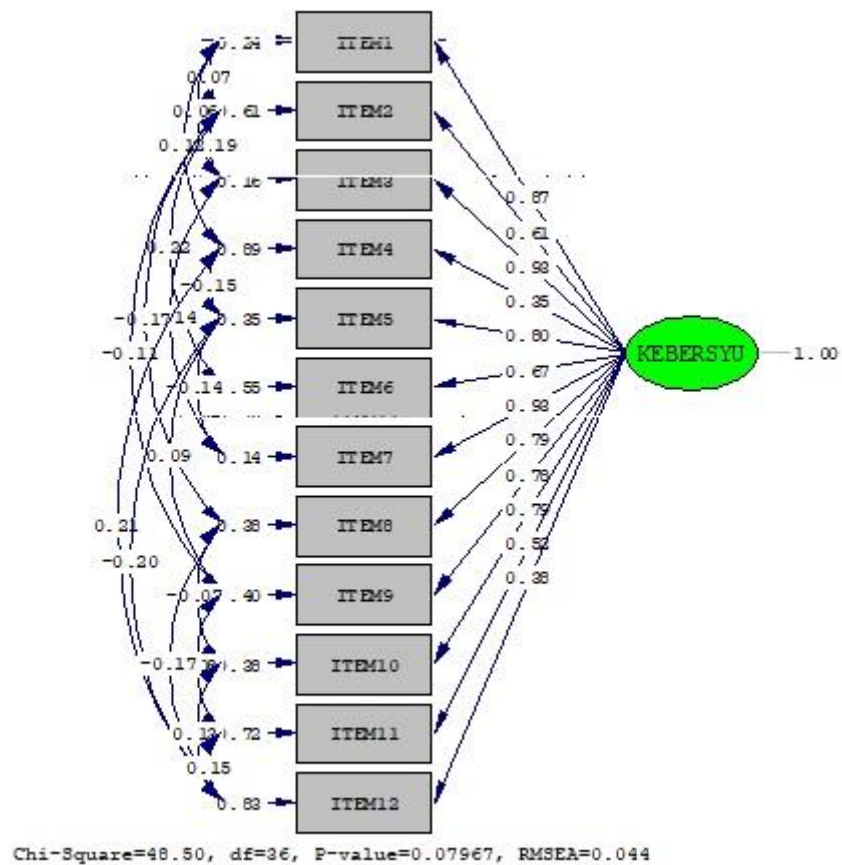
<i>Item</i>	<i>Estimate</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t-value</i>	Keterangan
1	0.38	0.08	4.88	Valid
2	0.32	0.08	4.12	Valid
3	0.40	0.08	5.15	Valid
4	0.69	0.07	9.63	Valid
5	0.55	0.07	7.41	Valid
6	0.46	0.08	6.08	Valid
7	0.60	0.07	8.25	Valid
8	0.66	0.07	7.08	Valid
9	0.53	0.07	7.40	Valid
10	0.69	0.07	9.66	Valid
11	0.18	0.08	2.32	Valid
12	0.53	0.07	7.21	Valid
13	0.49	0.08	6.43	Valid
14	0.41	0,08	5.15	Valid

Berdasarkan tabel 4.2, nilai t bagi koefisien muatan faktor pada 14 item signifikan karena $t > 1.96$ dan muatan faktor (*estimate*) tidak ada yang bernilai negatif. Sehingga pada analisis yang akan dilakukan untuk menguji model-model selanjutnya dalam penelitian ini keseluruhan item-item tersebut akan diikutsertakan dalam analisis.

2. Uji Unidimensional Kebersyukuran

Penulis menguji apakah ke 12 item yang ada bersifat unidimensional, artinya benar hanya mengukur kebersyukuran. Dari hasil analisis CFA yang dilakukan dengan model satu faktor, ternyata tidak fit, dengan *chi-*

$square = 337.64$, $df = 54$, $P\text{-value} = 0.0000$, dan nilai $RMSEA = 0.171$. Oleh sebab itu, maka peneliti melakukan modifikasi terhadap model, dimana kesalahan pengukuran pada beberapa item dibebaskan berkorelasi satu sama lainnya, sehingga diperoleh model fit terhadap sekumpulan item variabel nilai yang diuji dengan $Chi\text{-square} = 48.50$ $df = 36$, $P\text{-value} = 0.07697$, dan nilai $RMSEA = 0.044$. Sehingga dapat dinyatakan bahwa model dengan satu faktor dapat diterima. Hal ini berarti seluruh item secara signifikan bersifat unidimensional, yaitu hanya mengukur satu faktor yaitu kebersyukuran. Berikut akan ditampilkan *path diagram* dari model satu faktor variabel kebersyukuran.



Gambar 2. Model Satu Faktor Alat Kebersyukuran

Setelah di dapat nilai RMSEA < 0.05 dapat dinyatakan bahwa model dengan satu faktor dapat diterima. Artinya seluruh item hanya mengukur satu faktor yaitu kebersyukuran. Kemudian peneliti melihat apakah item tersebut mengukur faktor yang hendak diukur secara signifikan dan sekaligus menentukan apakah item tersebut perlu didrop atau tidak, pengujiannya dilakukan dengan melihat nilai *t* bagi setiap koefisien muatan faktor, seperti tabel 4.1 di bawah ini:

Tabel 3.2

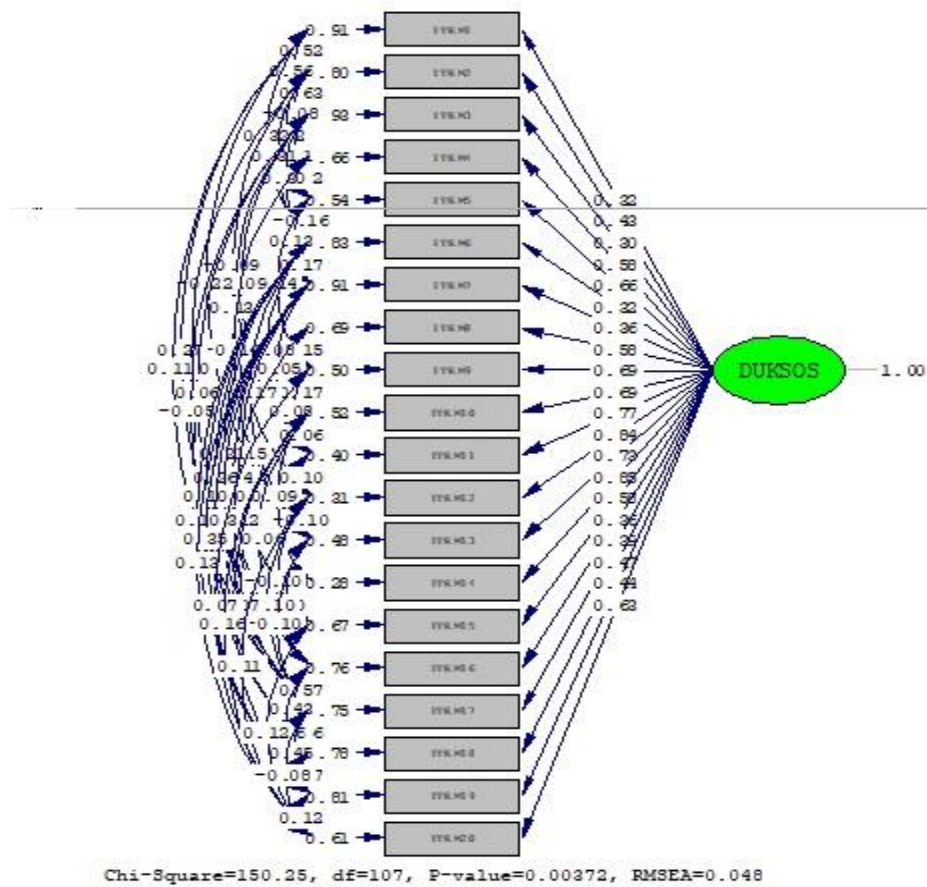
Muatan Faktor Alat Ukur Kebersyukuran

<i>Item</i>	<i>Estimate</i>	<i>Standard Error</i>	<i>t-value</i>	Keterangan
1	0.87	0.06	14.64	Valid
2	0.61	0.07	9.12	Valid
3	0.93	0.06	15.86	Valid
4	0.35	0.07	4.86	Valid
5	0.80	0.06	13.00	Valid
6	0.67	0.07	10.29	Valid
7	0.93	0.06	16.28	Valid
8	0.79	0.06	12.70	Valid
9	0.78	0.06	12.36	Valid
10	0.79	0.06	12.81	Valid
11	0.52	0.07	7.71	Valid
12	0.38	0.07	5.47	Valid

Berdasarkan tabel 4.3, nilai *t* bagi koefisien muatan faktor pada 21 item signifikan karena $t > 1.96$ dan muatan faktor tidak ada yang negatif. Sehingga pada analisis yang akan dilakukan untuk menguji model-model selanjutnya dalam penelitian ini keseluruhan item akan diikutsertakan dalam analisis.

3. Uji Unidimensional Alat Ukur Dukungan Sosial

Penulis menguji apakah ke 20 item yang ada bersifat unidimensional, artinya benar hanya mengukur dukungan sosial. Dari hasil analisis CFA Dari hasil analisis CFA yang dilakukan dengan model satu faktor, ternyata tidak fit, dengan $Chi-square = 1840.56$, $df = 170$, $P-value = 0.0000$, dan nilai $RMSEA = 0.234$. Oleh sebab itu, maka peneliti melakukan modifikasi terhadap model, dimana kesalahan pengukuran pada beberapa item dibebaskan berkorelasi satu sama lainnya, sehingga diperoleh model fit terhadap sekumpulan item dukungan sosial yang diuji dengan $Chi-square = 150.25$ $df = 107$, $P-value = 0.00372$, dan nilai $RMSEA = 0.048$. Sehingga dapat dinyatakan bahwa model dengan satu faktor dapat diterima. Hal ini berarti seluruh item secara signifikan bersifat unidimensional, yaitu hanya mengukur satu faktor yaitu dukungan sosial. Berikut akan ditampilkan *path diagram* dari model satu faktor variabel kepribadian islam.



Gambar 3. Model Satu Faktor Alat Ukur Dukungan Sosial

Setelah di dapat nilai RMSEA < 0.05 dapat dinyatakan bahwa model dengan satu faktor dapat diterima. Artinya seluruh item hanya mengukur satu faktor yaitu dukungan sosial. Kemudian peneliti melihat apakah item tersebut mengukur faktor yang hendak diukur secara signifikan dan sekaligus menentukan apakah item tersebut perlu didrop atau tidak, pengujiannya dilakukan dengan melihat nilai *t* bagi setiap koefisien muatan faktor, seperti tabel 3.3 di bawah ini :

Tabel 3.3
Muatan Faktor Alat Ukur Dukungan Sosial

<i>Item</i>	<i>Estimate</i>	<i>Standard Error</i>	<i>T Value</i>	<i>Keterangan</i>
1	0.32	0.08	4.22	Valid
2	0.43	0.07	5.93	Valid
3	0.30	0.08	3.93	Valid
4	0.58	0.07	8.15	Valid
5	0.66	0.07	9.91	Valid
6	0.32	0.07	4.35	Valid
7	0.36	0.08	4.69	Valid
8	0.58	0.07	8.12	Valid
9	0.69	0.07	10.51	Valid
10	0.69	0.07	10.32	Valid
11	0.77	0.06	11.93	Valid
12	0.84	0.06	13.22	Valid
13	0.73	0.07	10.82	Valid
14	0.85	0.06	13.84	Valid
15	0.58	0.07	8.29	Valid
16	0.36	0.07	5.04	Valid
17	0.39	0.07	5.51	Valid
18	0.47	0.07	6.51	Valid
19	0.44	0.07	5.96	Valid
20	0.63	0.07	9.03	Valid

Berdasarkan tabel 3.3, terlihat bahwasanya keseluruhan item memiliki nilai $t > 1.96$ dan memiliki muatan faktor yang positif. Hal ini menunjukkan bahwasanya ke 20 item valid dan tidak ada item yang di drop. Sehingga untuk analisis untuk model selanjutnya keseluruhan item akan dikutsertakan dalam analisis.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *Structural Equation Modelling* (SEM). Dimana peneliti melakukan uji model yang diperoleh dari kerangka teori yang telah ditetapkan peneliti dalam penelitian ini. Adapun uji

model uji validitas dan uji hipotesis dalam penelitian ini akan dibantu melalui program *Lisrel* dan *MPlus*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Berikut ini disajikan gambaran mengenai data penelitian dalam penelitian ini, yaitu :

Tabel 4.1. Deskripsi Subjek Penelitian

Jenis Kelamin	Jumlah	Prosentase
Laki-laki	65	36,1 %
Perempuan	115	63,9 %

Tabel 4.2. Deskripsi Subjek Penelitian pada setiap Variabel Penelitian

Variabel	Mean	Median	Min	Max
<i>Kebahagiaan</i>	50.000	51.010	12.690	70.600
<i>Kebersyukuran</i>	50.000	53.920	15.56	56.640
<i>Dukungan Sosial</i>	50.000	51.140	22.750	71.360

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh informasi deskriptif mengenai variabel *kebahagiaan* dimana dari 180 responden penelitian dihasilkan *mean* = 50, *median* = 51.010, skor *minimum* sebesar 12.690 dan *maximum* sebesar 70.600. Variabel *kebersyukuran* memiliki *mean* = 50, *median* = 53.920, skor *minimum* sebesar 15.56 dan *maximum* sebesar 56.640. Selanjutnya, pada variabel *mean* = 50, *median* = 51.140, skor *minimum* sebesar 22.750 dan *maximum* sebesar 71.360.

B. Uji Model atau Hipotesis Penelitian

Uji model dilakukan berdasarkan skema yang telah disusun dalam kerangka teori. Dari hasil analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan model fit dimana nilai RMSEA = 0.000 (90% CI: 0.000 0.00), *close fit test* $P = 0.951$, CFI = 1.000, TLI = 1.000 dan SRMR = 0.000. sehingga model dikatakan fit dengan data dengan indeks yang sangat baik maka akan bisa diinterpretasi lebih lanjut sebagai berikut:

Tabel 4.3. Uji Model Struktural Variabel $X_1+X_2 \rightarrow Y$

Observed Variable	Estimate	S.E	Est./S.E	Two-Tailed P-Value
Kebahagiaan	33.108	5.448	6.077	0.000

Berdasarkan data pada tabel 4.3. di atas dapat disimpulkan bahwa nilai $t_{\text{statistik}}$ sebesar $6.077 > t\text{-table } 1,96$ yang artinya bahwa secara bersama-sama terdapat pengaruh yang signifikan dari kebersyukuran dan dukungan sosial lembaga amil zakat terhadap kebahagiaan mustahik.

Tabel 4.4 R Square (Proporsi Varians) Variabel Penelitian

Observed Variable	Estimate	S.E	Est./S.E	Two-Tailed P-Value
Kebahagiaan	0.084	0.055	1.536	0.125

Dari tabel 4.4 dapat disimpulkan bahwasanya nilai estimate dari analisis kedua variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 0.084, hal ini berarti bahwasanya variabel kebersyukuran dan dukungan sosial mampu menjelaskan kebahagiaan sebesar 8.4%. Sisanya 92.6% dipengaruhi oleh faktor lain diluar

penelitian ini. Selanjutnya, peneliti ingin melihat bagaimana signifikansi dari masing-masing variabel bebas terhadap kebahagiaan.

C. Analisis Tambahan

Tabel 4.5. Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	Kategorisasi			Jumlah
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Kebahagiaan	22 (12.25%)	139 (77.2%)	19 (10.6%)	180 (100%)
Kebersyukuran	24 (13.3%)	156 (86.7%)	-	180 (100%)
Dukungan Sosial	28 (15.6%)	124 (68.9%)	28 (15.6%)	180 (100%)

Berdasarkan kategorisasi yang tertera pada tabel 4.5. disimpulkan bahwa tingkat kebahagiaan, kebersyukuran, dan dukungan sosial berada pada kategori sedang. Hal ini berarti subjek cukup bersyukur terhadap kehidupan yang dijalannya, menilai bahwa dukungan sosial yang diterima dari lingkungan cukup memadai, dan mustahik cukup bahagia dengan kondisi yang dialaminya sekarang.

D. Pembahasan

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa kebersyukuran dan dukungan sosial lembaga amil zakat memberikan pengaruh positif terhadap kebahagiaan yang dirasakan mustahik. Semakin bersyukur mustahik dan menilai secara positif dukungan sosial yang diperolehnya dari lingkungan, maka para mustahik akan semakin bahagia. Kebersyukuran merupakan sikap, sifat moral yang baik, kebiasaan, sifat kepribadian, dan akhirnya akan mempengaruhi seseorang menanggapi/bereaksi terhadap sesuatu atau situasi tertentu (Emmons & McCullough (2003). Pada saat yang bersamaan, jika individu menilai positif

dukungan yang diberikan oleh lingkungan, maka hal ini akan membuat individu menjadi lebih bahagia.

Bersyukur merupakan salah satu kapasitas personal yang diajarkan Islam bagi seluruh muslim termasuk para mustahik zakat. Niven (2002) menambahkan bahwa orang yang mensyukuri segala sesuatu yang dimiliki dalam hidup dan tidak membandingkan dengan apa yang dimiliki orang lain, akan mencapai kebahagiaan yang lebih besar.

Syukur adalah suatu bentuk pengakuan seseorang terhadap nikmat yang telah diberikan Allah, mengakui Allah sebagai pemberi nikmat tersebut, serta menggunakan nikmat tersebut di jalan yang diridhoi Allah. Syukur dapat diwujudkan dalam bentuk pengakuan hati bahwa nikmat yang diterima setiap manusia berasal dari Allah, sehingga menerima anugerah dengan penuh kerelaan tanpa menggerutu dan berkeluh kesah, atau menghujat kepada Allah *Ta'ala*, walaupun nikmat yang diterima dinilai kecil (Al-Fauzan, 2014). Hal ini akan membuat mustahik lebih menikmati kehidupan dan mengarahkannya pada kondisi emosi yang lebih positif dan bahagia.

Seligman (2005) menjelaskan bahwa orang yang religius lebih bahagia dan lebih puas terhadap kehidupannya dibandingkan dengan orang yang tidak religius. Hal ini dikarenakan agama memberikan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup bagi manusia. Hubungan antara harapan akan masa depan dan keyakinan beragama merupakan landasan mengapa keimanan sangat efektif melawan keputusasaan dan meningkatkan kebahagiaan.

Selanjutnya Diener (dalam Lyubomirsky, 2005) menambahkan bahwa dukungan sosial juga merupakan hal yang paling penting bagi kebahagiaan manusia. Hal ini sejalan dengan penelitian Danti (2016) yang menyimpulkan bahwa dukungan sosial yang diterima mustahik mempengaruhi kebahagiaannya. Artinya dukungan sosial lembaga zakat memiliki peranan penting dalam mewujudkan kebahagiaan pada mustahik. Sarafino (2011) menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada pemberian kenyamanan pada orang lain, dalam hal ini Mustahik yang mendapatkan dukungan sosial dari lembaga amil zakat merasa dihargai, dicintai dan mendapatkan kenyamanan, dengan kenyamanan ini mustahik akan merasa dapat menjalani kehidupan dengan baik.

Carr (2011) mengemukakan dukungan sosial dapat diraih apabila individu dapat berinteraksi di lingkungan sosialnya. Lingkungan sosial dalam hal ini lembaga amil zakat memberikan bantuan untuk memenuhi kebutuhan mustahik. Hubungan pemenuhan kebutuhan ini merupakan indikator tercapainya kebahagiaan.

Mustahik dikatakan bahagia dalam hidupnya ketika mampu memenuhi kebutuhan hidup, mendapatkan kepuasan hidup, gembira, merasakan ketenangan, dapan mengontrol diri serta memiliki efikasi yang positif dalam kehidupan. Kondisi mustahik yang belum bisa mencukupi kebutuhan dengan hadirnya lembaga zakat yang memberikan dukungan langsung berupa bantuan sembako, uang maupun jasa membuat mustahik merasa didukung, dicintai serta merasa dihargai. Perasaan dicintai, dihargai menurut Sarason, Henry, Robert dan Barbara

(2011) akan membentuk harga diri dan cenderung memandang positif dan optimistik dalam kehidupannya.

Dukungan instrumental atau bantuan langsung yang diterima mustahik dapat memberdayakan mustahik menjadi lebih produktif sesuai fungsi zakat untuk mengentaskan kemiskinan. Selain itu, beberapa program strategis yang direalisasikan oleh lembaga amil zakat seperti program pendampingan ekonomi, beasiswa pendidikan, dan layanan kesehatan merupakan bentuk dukungan instrumental untuk menjadikan mustahik menjadi lebih produktif dan berdaya. Hal ini sejalan dengan pendapat Smet (1994) bahwa dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, munculnya rasa percaya diri dan kompeten. Dalam hal ini seseorang yang merasa memperoleh dukungan sosial secara emosional akan merasa percaya diri dan kompeten.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran mustahik dan dukungan sosial lembaga amil zakat berpengaruh terhadap kebahagiaan. Secara bersama-sama, kebersyukuran dan dukungan sosial lembaga amil zakat berpengaruh secara signifikan, sebesar 8,4% terhadap kebahagiaan.

B. Saran

1. Kepada Mustahik

Diharapkan dapat meningkatkan kebersyukuran dengan menyadari nikmat Allah dalam makna yang lebih luas, meliputi rezeki kehidupan, kesehatan, keluarga, serta memperbanyak pujian atas nikmat yang telah Allah berikan. Selain itu disarankan agar para mustahik semakin mengembangkan rasa kesyukuran di dalam hati dengan senantiasa menyadari dan mengakui bahwa Allah sebagai pemberi karunia kehidupan, dan semakin mendekatkan diri kepada Allah melalui berbagai ibadah sebagai perwujudan dari rasa syukur kepada Allah SWT.

2. Kepada Lembaga Amil Zakat

Kepada lembaga amil zakat disarankan agar dapat memberikan program tambahan yang dapat mengembangkan kebersyukuran mustahik dan menyadari keberadaan lembaga amil zakat sebagai institusi yang memberikan dukungan bagi para mustahik

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Fauzan, Abdullah bin Shalih. (2014). *Misteri Nikmat Dan Syukur*. Penerjemah Ahmad Syaikhu. Solo: Attibyan.
- Al-Munajjid, Muhammad bin Shalih. (2006). *Silsilah Amalan Hati*. Penerjemah Bahrun Abu Bakar. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Carr, A. (2011). *Positive Psychology*. London and New York : Toulodge
- Danty, Vina Audina. (2016). Hubungan antara Dukungan Sosial Dengan Kebahagiaan Mustahik Lazis Sabilillah Malang. *Skripsi*. UIN Malang
- Diener, Ed & Biswas –Diener, Robert. (2001). *Will Money Increase Subjective Well-Being*.
- Diener, E., Scollon, C.N., dan Lucas, R.E. (2003). The evolving concept of subjective well-being: the multifaceted nature of happiness. *Advances in Cel Aging and Gerontology*, 15,187-219.
- Diener, E., E. M. Suh, R. E. Lucas, dan H. L Smith. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*. 125: 276-302.
- Easterlin, R. A. (1974). *Does Economic Growth Improve the Human Lot?* In : Paul A. D., M. V. Reder (eds) Nations Households in Economic Growth: Essays in Honour of Moses Abramovitz. New York : Academic Press.
- Eddington, N. dan Shuman, R. (2005). *Subjective Well Being (Happiness)*. <http://www.texcpe.com/cpe/PDF/ca-happiness.pdf>. Diakses pada 20Maret 2017.
- Elzaky, Jamal. (2015). *Buku Pintar Mukjizat Kesehatan Ibadah*. Jakarta : Zaman
- Fuad, Muskinul. (2016). Psikologi kebahagiaan dalam al-qur'an (tafsir tematik atas ayat-ayat al-qur'an tentang kebahagiaan). *Laporan Penelitian*. IAIN Purwokerto
- Ganster, D.C., Fusilier, M.R., and Meyes, B.T. 1986. Role of Social Support in The Experience of Stress at Work. *Journal of Applied Psycholog*, 71: 102-110.
- Guerrero and Andersen. (2000). *Close relationship: A sourcebook*. California: Sage Publication. Inc
- Harafah. (2015). *Zakat Itu Perlu Dalam Rangka Memberdayakan Ekonomi Umat*. Kendari : Unhalu Press
- Harre, R. & Parrot, W.G. (2000). *The Emotion: Social, Cultural and biological dimensions*. London: Sage Publication, Inc.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073–1082.
- Kementrian Agama Republik Indonesia. (2015). *Pedoman Zakat 9 Seri*. Jakarta : Kemenag
- Khavari, Kalil. (2006). *Menciptakan Kebahagiaan dalam Setiap Keadaan*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Lyubomirsky, S., Shedon, K M., dan Schkade, D. (2005). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change.” *APA Review of General Psychology*. 9(2),111-131.

- Lyubomirsky, S., Tkach, C., & Dimatteo, M. R. (2006). What Are the Differences Between Happiness and Self-Esteem. *Social Indicators research*. 78. 363-404.
- Maulana, Hendra. (2008). Analisa Distribusi Zakat dalam Meningkatkan Kesejahteraan Mustahik (Studi pada Baz Kota Bekasi). *Skripsi*.
- Pertiwi, Ratih Eka & Firmansyah, Manda. (2011). Manfaat bersyukur, sebuah tinjauan perspektif Islam. *Proceeding International Conference and the 3rd of Congress of Association of Islamic Psychology*. Malang : UIN Malang Press
- Putri. (2009). Kebahagiaan dan Kualitas Hidup Penduduk Jabodetabek (Studi Dewasa Muda Bekerja dan Tidak Bekerja). *Skripsi*: Universitas Indonesia.
- Rahardjo. (2007). *Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran*. Jurnal Penelitian Psikologi, No. 2, Volume 12, Desember 2007. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Rahman, Al-Zahrul. 1995. *Doktrin Ekonomi Islam*. Jakarta. Dana Bhakti Wakaf. h.295.
- Sarafino, Edward P. (1997). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions*. USA : John Willey & Sons.
- Sarason, B & Gregory. (1990). *Social Support : An International View*. New York: John Wiley & Sons.
- Sarason, I. G., Henry M. L., Robert B. B & Barbara R. S. (1983) Assessing Social Support: The Social Support Questioner. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44.
- Seligman, E. P, M. (2005). *Authentic Happiness Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: Mizan.
- Sentanu, Erbe. (2009). *Quantum ikhlas, teknologi aktivasi kekuatan hati*. Jakarta : Elex Media Komputindo
- Sevilla, C., Ochave, J., Punsalan, T., Regala, B., Uriarte, G. (1993). *Pengantar Metode Penelitian*. Jakarta : UI-Press
- Sugiyono, (2006). *Metode Penelitian: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Usman, H. dan R. Purnomo Setiady Akbar. 2000. *Pengantar Statistika*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Veenhoven R. 2000. Happiness Relative. <https://personal.eur.nl/veenhoven/Pub1980s/89f-full.pdf> diakses 16 Maret 2017
- Walen, Heather R & Margie. E Lachman. (2000). *Social Support and Strain Journal of Social & Personal Relationship*. 17(1). San Diego University, Brandeis University. Sage Publications.
- Wenas, G.E; Opod, Henry & Pali, Cicilia. (2015). Hubungan kebahagiaan dan status sosial ekonomi keluarga di Kelurahan Artembaga II Kota Bitung. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*. 3(1), 532-538
- Wibowo, M.Ghafur. (2016). Kebijakan Pembangunan Nasional : dari Pertumbuhan (Growth) Menuju Kebahagiaan (Happiness). *Jurnal Ilmu Syari'ah dan Hukum*. 50(1), 223-239
- Wilson, William P. (1997). Correlates of Avowed Happiness. *Psychological Buletin* No.67

Jadwal Pelaksanaan

No	Uraian kegiatan	Bulan					
		Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli
1	Persiapan Penelitian (Instrumen dan Try out skala)	■					
2	Pegambilan data penelitian		■				
3	Analisis Data			■			
4	Pembahasan				■	■	
5	Penyusunan Laporan Penelitian					■	■