Brief Report
Psychological Measures of Islamic Gratitude (PMIG)

Oleh
Irwan Nuryana Kurniawan

Latar belakang

- Kebanyakan studi empiris tentang pengukuran variabel syukur, misalnya Gratitude Questionnaire-6 (GQ-6; McCullough dkk. 2002), Gratitude Resentment Appreciation Test (GRAT; Watkins dkk., 2003), dan Appreciation Scale (Adler & Fagley, 2005) memandang bersyukur sebatas ungkapan terima kasih seseorang kepada sesama manusia yang telah memberikan bantuan, keuntungan, dan kebaikan sebagaimana yang diungkap.
- Konsep bersyukur secara eksplistit tidak terhubung dengan Tuhan. Bahkan dalam konteks perayaan hari besar keberagamaan pun, bersyukur tetap tidak terkait dengan Tuhan. Sebagai contoh pengukuran syukur dalam GRAT (Watkins dkk., 2003) adalah pernyataan "Saat Natal, tampaknya saya tidak pernah mendapatkan hadiah sebanyak atau sebagus yang diterima orang lain." ; "Salah satu waktu favorit saya di setiap tahun adalah *Thankgiving*."
- Pengukuran syukur dengan ketiga skala psikologis tersebut tentunya tidak akan mampu secara akurat memotret bersyukur pada masyarakat Muslim. Belum lagi kalau dikaitkan dengan konsep syukur dalam perspektif Islam. Dalam perspektif Islam, bersyukur harus selalu terhubung kepada Allah Ta'ala(QS. An-Nahl, 16: 53). Tidak hanya sebatas ungkapan terima kasih kepada manusia yang telah memberikan bantuan, keuntungan, dan kebaikan. Bersyukur kepada manusia pun merupakan manifestasi bersyukur kepada Allah. Jadi, tidak bisa disebut bersyukur ketika tindakannya tidak terhubung kepada Allah Ta'ala .
- PMIG diharapkan menjadi alat ukur syukur yang lebih sensitif dan adaptif terhadap konteks sosiokultural, merepresentasikan dengan lebih baik keyakinan dan nilai-nilai masyarakat muslim Indonesia
- PMIG dikembangkan oleh Kurniawan, Romdhon, Akbar, & Endah (2012), melibatkan dua kali studi yaitu
  a. Studi I : PMIG tersusun atas 64 aitem, dan menyertakan Gratitude Questionnaire (GQ-6) sebagai variabel kriteria yang sama-sama mengungkap variabel syukur, diberikan kepada 98 responden mahasiswa psikologi UII. Seleksi awal menggunakan pendekatan *part-whole correlation, reliability analysis,* dan *content analysis, d*ari 64 aitem, terdapat 18 aitem gugur, *Corrected item-total correlation 0.299 – 0.776,* dan reliabilitas (Cronbach's Alpha) 0.956. Dengan analisis faktor eksploratori dihasilkan informasi psikometrik sebagai berikut : PMIG terdiri atas 34 aitem, 4 faktor pembentuk, dan memiliki koefisien reliabilitas α Cronbach sebesar = 0.945. Total varians bersyukur mampu dijelaskan 56,63% oleh PMIG. PMIG berkorelasi positif dan signifikan pada level 0,01 dengan GQ-6 sebesar 0,451
  b. Studi II: PMIG tersusun ata 46 aitem, dan menyertakan Gratitude Qutoriestionnaire (GQ-6) sebagai variabel kriteria yang sama-sama mengungkap variabel syukur dan Social Desirability Scale-Short Form (SDS-SF; terdiri atas 11 aitem) sebagai variabel kontrol, kepada 256 mahasiswa psikologi UII. Dengan analisis faktor eksploratori dihasilkan informasi psikometrik sebagai berikut:

PMIG terdiri atas 25 aitem, 4 faktor pembentuk , dan memiliki koefisien reliabilitas α Cronbach sebesar = 0.935. Total varians bersyukur mampu dijelaskan 61,39% oleh PMIG. PMIG berkorelasi positif dan signifikan pada level 0,01 dengan GQ-6 sebesar 0,651 dan berkorelasi positif dan signifikan pada level 0,01 dengan SDS-SF sebesar 0,295. Terkait korelasi yang terakhir, pengaruh social desirability terhadap PMIG termasuk kategori *small effect size*

c. Hasil akhir dari studi pendahuluan pengembangan PMIG tersebut secara konsisten bersyukur dalam perspektif Islam terbentuk atas 4 faktor pembentuk:
   1. Bersyukur dengan hati: 9 aitem, α = 0.932.
   2. Bersyukur dengan lisan (verbal)
      a. Kepada Allah: 8 aitem, α = 0.871.
      b. Kepada manusia: 4 aitem, 0.748.
   3. Bersyukur dengan perbuatan (perilaku): 4 aitem, α = 0.771.
d. Berdasarkan temuan tersebut, Kurniawan dkk (2012) merumuskan bahwa bersyukur dalam perspektif Islam dapat dilihat dari 4 faktor ukuran psikologis bersyukur:
   1. Pertama, Bersyukur dengan Qolbu. Seseorang dikatakan bersyukur dengan qolbu ketika meyakini dan mengakui semua nikmat yang diterima berasal dari Allah. Menyadari bahwa setiap kebaikan yang diterima dari orang lain itu berasal dari Allah dan meyakini ada keterlibatan Allah di dalam setiap nikmat yang diperoleh, termasuk usaha yang dilakukan Meyakini bahwa setiap kebaikan yang dilakukan merupakan karunia dari Allah, percaya ada kemudahan dari Allah untuk setiap kesulitan yang dihadapi, dan meyakini ada kebaikan dari Allah untuk setiap musibah/kesulitan yang dalami. Bersyukur dengan Qolbu merupakan faktor terpenting dari semua faktor pembentuk syukur dalam perspektif Islam karena faktor pertama ini mampu menjelaskan varian bersyukur sebesar 40,895% dari total 61,39% kemampuan PMIG dalam menjelaskan varian bersyukur dalam perspektif Islam.
   2. Kedua, Bersyukur dengan Lisan kepada Allah (Memuji Allah). Seseorang dikatakan bersyukur dengan lisan kepada Allah ketika senantiasa memuji Allah atas segala karunia yang diterimanya. Ketika berpakaian, dia mengucapkan"Segala puji Allah yang telah memberikanku pakaian ini dan menjadikannya sebagai rezkiku tanpa ada daya dan upaya dariku"; ketika bangun tidur, mengucapkan"Segala puji bagi Allah yang telah menghidupkan kita setelah mematikannya, dan hanya kepada-Nya dibangkitkan". Bahkan, bukan hanya ketika mendapatkan perkara yang menggembirakan, dia memuji Allah dengan mengucapkan"Segala puji bagi Allah yang dengan nikmat-Nya menjadi sempurnalah hal-hal yang baik", ketika mendapatkan perkara yang dibencinya, dia tetap memuji Allah dengan mengucapkan"Segala puji bagi Allah dalam setiap keadaan". Faktor Bersyukur dengan Lisan kepada Allah (Memuji Allah) mampu menjelaskan varians syukur dalam perspektif Islam sebesar 10,709%.
   3. Ketiga, Bersyukur dengan Lisan kepada Manusia (Berterima Kasih) seseorang dikatakan bersyukur dengan lisan kepada manusia ketika mengucapkan terima kasih kepada orang yang telah berbuat baik

kepadanya, berterima kasih kepada orang yang memberikan nasihat, termasuk juga berterima kasih kepada orang yang telah menginspirasinya berbuat kebaikan. Termasuk dalam kategori ketiga ini adalah seseorang mengungkapkan pujian atas kebaikan yang diterimanya dari orang lain sementara dia sendiri tidak bisa membalas kebaikannya. Faktor Bersyukur dengan Lisan kepada Manusia (Berterima Kasih) mampu menjelaskan varians syukur dalam perspektif Islam sebesar 4,605%.

4. Keempat, Bersyukur dengan Tindakan. Seseorang dikatakan bersyukur dengan tindakan ketika dia memaksimalkan semua potensi yang dikaruniakan Allah kepadanya untuk kemanfaatan orang banyak. Termasuk dalam kategori bersyukur dengan tindakan adalah mempergunakan waktu luang yang dimiliki untuk melakukan kebaikan, bersemangat melakukan kebaikan, membalas kebaikan orang lain, dan memberikan kepada orang lain sebagai bentuk terima kasih. Faktor Bersyukur dengan Tindakan mampu menjelaskan varians syukur dalam perspektif Islam sebesar 5,176%.

Cara menuliskan sebagai Daftar Pustaka

Kurniawan, I. N., Romdhon, A., Akbar, P. L., & Endah, N. (2012). Pengembangan psychological measures of Islamic gratitude (PMIG-Ukuran-ukuran psikologis kebersyukuran dalam perspektif Islam). *Laporan Penelitian (Unpublished)*. Yogyakarta: Research Centre for Developing Psychological Measures on Islamic Perspective.