

**HUBUNGAN ANTARA TAWADHU DAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA SANTRI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia
Untuk Memenuhi Syarat Menyelesaikan Studi Psikologi



Disusun oleh :

Ulfatul Munawaroh

13320121

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA
2018**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul :

**HUBUNGAN ANTARA TAWADHU DAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA SANTRI**

Telah disetujui dan disahkan pada tanggal :

09 FEB 2018



Mengesahkan,

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial

Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Program Studi,



Yitral Aliza Rachmawati, S.Psi., M.Psi

Dewan Penguji,

1. Dr. Hepi Wahyuningsih, S. Psi., M. Si.
2. Nanum Sofia, S. Psi., S. Ant., M. A.
3. Fani Eka Nurtjahjo, S. Psi., M. Psi.

Tanda Tangan

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Ulfatul Munawaroh

NIM : 13320121

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : *Hubungan Antara Tawadhu dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Santri*

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi, saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun. Pelanggaran berupa plagiatisme, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah penulis, dan bukan karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi, saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya bersedia menerima segala konsekuensi yang ada sebagaimana yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti bahwa skripsi saya merupakan karya orang lain, maka bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan oleh Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 2018

Yang menyatakan,



Ulfatul Munawaroh

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala Puji kehadiran Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* atas segala nikmat, rahmat dan karunia-Nya sehingga karya penelitian sederhana ini dapat diselesaikan. Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada Rasulullah *Shalallahu 'alaihi Wa Salam* yang selalu mengalirkan ruh semangat perjuangan melalui penelitian ini. Selalu teriring doa dan harapan semoga penelitian sederhana ini tercatat sebagai ilmu yang bermanfaat. Ucapan terima kasih kepada yang tercinta atas doa, kasih sayang, dukungan yang selalu mengiringi disetiap langkah saya. Karya sederhana ini saya persembahkan teruntuk :

Bapak Abdul Muntholib beserta Ibu Umi Bariroh

Sosok mulia sebagai perantara Allah untuk memberikan cinta, kasih sayang, nasihat, dukungan, semangat, doa untuk putra-putrinya selama ini.

Kakak-kakak saya

(M. Zaenal Jazuli, Yunina Romadhoni, M. Samsul Ma'ali, Nur Anifah,

Jazilatul Mustaniroh, Lukman Rosyid, M. Khaidhir Malik)

Atas segala doa, dukungan, dan semangat untuk segera menyelesaikan

kuliah

HALAMAN MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِن تَنصُرُوا اللَّهَ يَنصُرْكُمْ وَيُثَبِّتْ

أَقْدَامَكُمْ

“Hai orang-orang mukmin, jika kamu menolong (Agama) Allah, niscaya Dia akan menolongmu dan meneguhkan kedudukanmu” (QS. Muhammad :7)

إِن أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنفُسِكُمْ وَإِن أَسَأْتُمْ فَلَهَا فَإِذَا جَاءَ وَعْدُ
الْآخِرَةِ لِيَسْتَعْرِضُوا وُجُوهَكُمْ وَلِيَدْخُلُوا الْمَسْجِدَ كَمَا

دَخَلُوهُ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَلِيُتَبِّرُوا مَا عَلَوْا تَتْبِيرًا

“ Jika kamu berbuat baik, sesungguhnya kalian berbuat baik bagi diri kamu sendiri, dan jika kamu berbuat jahat maka (kejahatan) itu bagi diri kamu sendiri. Dan apabila datang saat hukuman bagi (kejahatan) yang kedua, Kami datangkan orang-orang lain untuk menyuramkan muka-muka kamu dan mereka masuk ke dalam masjid, sebagaimana musuh-musuhmu memasukinya pada kali pertama dan membinasakan sehabis-habisnya saja yang mereka kuasai ” (QS. Al Isra’:7)

خير الناس انفعهم للناس

“ Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain”
(HR. Ahmad)

PRAKATA

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Alhamdulillahillobbil'alamiin, puji syukur kehadiran Allah *Subhanahu wa Ta'ala* yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tertap tercurah limpahkan kepada junjungankita Nabi Agung Muhammad *Shallallahu 'alaihi wa sallam*, manusia mulia dengan segala keagungan akhlaknya.

Karya tulis ilmiah ini sebagai bagian dari perjalanan penulis dalam menuntut ilmu. Teriring harapan besar semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi masyarakat luas. Terutama bagi para penuntut ilmu agar tidak mengesampingkan adab dalam menuntut ilmu sehingga kebermanfaatannya akan terus mengalir, serta berimbas pada kesejahteraan diri seseorang.

Karya tulis ilmiah ini merupakan pengalaman pertama penulis dalam melakukan penelitian melalui pendekatan kuantitatif, sehingga penulis sangat menyadari bahwa masih banyak kekurangan di dalamnya. Penulis jadikan batu loncatan agar terus belajar dan bahan introspeksi diri agar tidak cepat puas dengan hasil yang didapatkan saat ini.

Terselesainya karya tulis ilmiah ini tentunya berkat bantuan Allah *Subhanahu wa Ta'ala* melalui perantara orang-orang yang dikasihi-Nya. Dengan segala kerendahan hati, penulis ucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada:

1. Bapak Arief Fahmi, Dr.rer.nat., S.Psi., MA., HRM., Psi., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.

2. Ibu Mira Aliza Rachmawati, S.Psi., Psikolog selaku Ketua program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
3. Ibu Hepi Wahyuningsih, S.Psi., M.Psi, selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, perhatian, dukungan dan ilmu dalam proses penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Irwan Nuryana Kurniawan, S.Psi., M.Si., yang telah meluangkan waktu untuk berdiskusi dan berbagi ilmu tentang banyak hal selama penyusunan skripsi.
5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang telah membimbing saya dari awal belajar di kampus hingga berakhirnya pendidikan saya saat ini, semoga semua ilmu yang diberikan bermanfaat dan selalu mengalir kebaikan atasmu.
6. Seluruh karyawan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang membantu kelancaran segala bentuk administrasi selama kuliah serta penyusunan skripsi.
7. Kedua orang tua saya, Bapak Abdul Mutholib dan Ibu Umi Bariroh yang tidak pernah berhenti mendoakan dan memberikan cinta, kasih sayang, dukungan, perhatian selama proses belajar saya. Serta mohon maaf yang terdalam atas ketidak tepatan waktu saya dalam menyelesaikan studi saya.
8. Kakak- kakak saya, Zaenal Jazuli, Samsul Mangali, Jazilatul Mustaniroh, Khaidhir Malik yang selalu memberikan kasih sayang, perhatian, dukungan semangat untuk segera menyelesaikan skripsi ini.

9. Teman-teman saya di asrama Pandan Aran ; Indi, Chilfa, Ar Ruum, Sabella, Nadia, Aufa, Atiya, Mbak Yaya, Azkiya, Luluk, Latifah dll yang telah kebersamai saya selama proses belajar dan saling memberikan semangat untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman sekamar di Pondok Pesantren Al Munawwir yang selalu memberikan dukungan dan semangat dalam proses penyusunan skripsi.
11. Sahabat saya yang saya anggap sebagai saudara saya sendiri, Siti Solichatul Makiyyah, Putri Rahayu B serta teman-teman saya yang lain yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang selalu memberikan dukungan dalam proses penyusunan skripsi
12. Seluruh santri putri Pondok Pesantren Al Munawwir Komplek Q yang telah memberikan dukungan serta bersedia menjadi responden dalam penelitian skripsi saya.
13. Santri putra Pondok Pesantren Al Munawwir komplek L dan Nurussalam yang bersedia membantu saya dalam proses pengumpulan data penelitian saya.
14. Santri putri Pondok Pesantren Nurussalam, Komplek Hindun dan Komplek R yang bersedia membantu saya dalam proses pengumpulan data penelitian saya.
15. Teman-teman Psikologi angkatan 2013 yang telah kebersamai selama proses pendidikan di kampus yang saling memberikaan dukungan satu sama lain, dan berbagi ilmu.

16. Teman-teman Jafana yang selalu memberikan motivasi dan saling menguatkan antara satu sama lain.
17. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas segala kontribusi dan bantuan yang diberikan.

Semoga semua amal baik yang telah diberikan mendapatkan keridhaan serta balasan terbaik dari Allah *Subhanahu wa ta'ala* dan teriring doa *jazakumullahu ahsanal jaza'*. *Jazaa an katsira. Amin ya Rabbal 'alamiin.*

Penulis membuka lebar segala bentuk masukan berupa kritik maupun saran yang membangun dari para pembaca sebagai bahan evaluasi demi kesempurnaan penelitian ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Yogyakarta, 2018

Ulfatul Munawaroh

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
D. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA.....	14
A. Kesejahteraan Psikologis	14
1. Definisi Kesejahteraan Psikologis.....	14
2. Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis	16
3. Faktor-faktor Kesejahteraan Psikologis	21
B. Tawadhu	24
1. Definisi Tawadhu	24
2. Aspek-aspek Tawadhu	26
C. Hubungan Antara Tawadhu dan Kesejahteraan Psikologis ...	30
D. Hipotesis.....	34

BAB III : METODE PENELITIAN.....	35
A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian	35
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	35
1. Kesejahteraan Psikologis	35
2. Tawadhu.....	35
C. Subjek Penelitian	36
D. Metode Pengumpulan Data.....	36
1. Skala Kesejahteraan Psikologis	36
2. Skala Tawadhu	38
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	39
F. Metode Analisis Data.....	41
BAB IV : PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	42
A. Orientasi Kacah dan Persiapan.....	42
1. Orientasi Kacah.....	44
2. Persiapan Penelitian	44
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	51
C. Hasil Penelitian	52
D. Pembahasan.....	59
BAB IV : PENUTUP	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran-saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1 Distribusi Aitem Skala Kesejahteraan Psikologis.....	37
Tabel 2 Distribusi Aitem Skala Tawadhu	39
Tabel 3 Hasil <i>Exploratory Factor Analysis</i> Skala Kesejahteraan Psikologis ..	47
Tabel 4 Hasil <i>Exploratory Factor Analysis</i> Skala Tawadhu.....	50
Tabel 5 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	52
Tabel 6 Norma Persentil untuk Kategorisasi	53
Tabel 7 Norma Kategorisasi Menurut Skor Persentil	53
Tabel 8 Norma Hasil Kategorisasi Menurut Persentil	54
Tabel 9 Hasil Uji Normalitas	55
Tabel 10 Hasil Uji Linearitas	55
Tabel 11 Hasil Uji Hipotesis	56
Tabel 12 Korelasi Aspek Tawadhu Terhadap Kesejahteraan Psikologis.....	57
Tabel 13 Hasil Korelasi Tawadhu Terhadap Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Jenis Kelamin.....	59
Tabel 14 Hasil Korelasi Aspek Tawadhu Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Laki-laki	59
Tabel 15 Hasil Korelasi Aspek Tawadhu Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan.....	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Skala <i>Try Out</i>	76
Lampiran 2 Tabulasi Data <i>Try Out</i>	85
Lampiran 3 Analisis Reliabilitas Data <i>Try Out</i>	96
Lampiran 4 Analisis Validitas Data <i>Try Out</i>	107
Lampiran 5 Skala Data Penelitian.....	120
Lampiran 6 Tabulasi Data Penelitian	127
Lampiran 7 Uji Deskripsi Penelitian	138
Lampiran 8 Uji Deskripsi Data Penelitian	140
Lampiran 9 Uji Asumsi.....	143
Lampiran 10 Uji Korelasi	145
Lampiran 11 Analisis Tambahan	147

HUBUNGAN ANTARA TAWADHU DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA SANTRI

**Ulfatul Munawaroh
Hepi Wahyuningsih**

Intisari

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tawadhu dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri. Responden dalam penelitian ini adalah 131 mahasiswa santri dengan rentang usia 17-23 tahun. Hipotesis yang diajukan penelitian adalah adanya hubungan positif antara variabel tawadhu dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri. Semakin tawadhu maka akan semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa santri. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tawadhu maka kesejahteraan psikologisnya juga akan rendah. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Diener (2009) dan skala tawadhu yang dikembangkan peneliti berdasarkan Al Qur'an dan Hadits. Data yang diperoleh dalam penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dari *Spearman's rho* yang digunakan untuk melihat hubungan antar variabel. Hasil penelitian menunjukkan ada korelasi positif antara tawadhu dan *psychological well-being* ($r=0,492$ dan $p=0,000$ ($p<0,01$)) dengan kontribusi variabel pada Kesejahteraan Psikologis sebesar 24,2 %. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka hipotesis penelitian ini diterima.

CORRELATION OF TAWADHU AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF COLEGE STUDENT IN ISLAMIC BOARDING HOUSE

**Ulfatul Munawaroh
Hepi Wahyuningsih**

Abstrack

The aim of this study is to examine the correlation of tawadhu and psychological well-being of college student in islamic boarding house. Respondent of this study is college student in Islamic boarding house in the age 17-23. The hypothesis is, there is correlation between tawadhu and psychological well-being. The higher tawadhu, the higher psychological well-being. On the contra, the lower tawadhu, the lower psychological well-being. The scale used in this study is psychological well-being developed by Diener (2009) and tawadhu scale developed by Qur'an, Hadits' researcher. Technic analysis data used, is correlation analysis technic; Spearman rho's product moment. The result shows there is positive correlation between tawadhu and psychological well-being ($r=0,492$ and $p=0,000$ or $p<0,001$) with variable contributin on psychological well-being, 24,2%. So, the hyphotesis is accepted.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia berhak untuk mendapatkan kebahagiaan hidup. Kebahagiaan menjadi bagian pencapaian tertinggi dari setiap tindakan manusia (Ryff, 1989). Aristoteles mengasumsikan kebahagiaan dengan istilah *eudaimonia* (Ryff dan Singer, 2008). *Eudaimonia* adalah perasaan yang disertai dengan perilaku yang secara konsisten mengarahkan kepada berfungsinya potensi positif individu secara optimal (Waterman, 1993). Waterman (1993) juga menyatakan bahwa *eudaimonia* merupakan indikasi dari kesejahteraan psikologis manusia. Diener (2009) berpendapat bahwa kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan yang menggambarkan individu dalam memfungsikan dan mengarahkan cara berfikirnya dalam mengoptimalkan potensi positif yang dimiliki untuk menjalani kehidupannya. Hal ini yang mendasari bahwa setiap manusia membutuhkan kesejahteraan psikologis, tidak terkecuali mahasiswa santri.

Pada sebuah penelitian yang melibatkan 9.000 mahasiswa di 47 negara, didapatkan 20 nilai tertinggi (kesejahteraan, cinta, kekayaan, kesehatan, dll). Dari 20 nilai tersebut lebih dari 50% mahasiswa menyatakan bahwa kesejahteraan menjadi suatu hal yang penting (Kim-Prieto, dkk., 2005). Kesejahteraan psikologis penting bagi mahasiswa karena berguna untuk mengaktualisasikan dan mengembangkan potensi diri agar dapat menemukan makna hidup berdasarkan

pengalaman-pengalaman yang didapatkan dalam proses mencapai tujuan hidup di masa depan (Ryff dan Singer, 2008).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi akan terhindar dari depresi dan menurunnya tingkat stres (Goldstein dalam Anggraeni dan Jannah, 2014). Penelitian lain menunjukkan, terdapat hubungan positif antara kesejahteraan psikologis dan performansi akademik (Bordbar, dkk., 2011). Didapatkan bahwa salah satu faktor dari timbulnya permasalahan akademik mahasiswa adalah kesejahteraan yang rendah. Namun di sisi lain kesejahteraan psikologis memiliki hubungan positif terhadap religiusitas (Saputri, 2013). Kualitas religiusitas dapat ditunjang melalui lingkungan yang religius (Anggraeni, 2011). Oleh karena itu, santri memiliki nilai lebih berupa lingkungan religius yang didapatkan dari aktivitas-aktivitas keagamaan yang dilaksanakan setiap hari dimana hal tersebut dapat berpengaruh pula terhadap kesejahteraan psikologis. Adapun tanda kesejahteraan psikologis yang tinggi antara lain, terhindar dari tekanan dan masalah psikologis, adanya penilaian positif terhadap diri, mampu bertindak secara mandiri serta tidak hanyut dengan pengaruh lingkungannya (Ryff, 1989).

Berdasarkan temuan penelitian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa ciri dari mahasiswa santri dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi antara lain terhindar dari depresi, rendahnya tingkat stres, memiliki performansi akademik yang baik dan terhindar dari permasalahan-permasalahan psikologis lainnya. Selain itu, mahasiswa santri juga mampu menerima kekurangan dan kelebihan diri. Mahasiswa santri tidak menganggap tugas akademik kampus maupun pondok

pesantren sebagai beban yang berat namun, keduanya tetap dijalani dengan baik agar berpengaruh positif terhadap performansi akademik. Dengan demikian, akan muncul sikap optimis terhadap tujuan hidup yang dimiliki. Ciri lain dari mahasiswa santri yang memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi yaitu terhindar dari permasalahan psikologis, yang ditandai dengan kemampuan untuk terlibat dalam kesejahteraan orang lain, optimis menjalani hidup dan merasa terikat dan terlibat dengan kegiatan sebagai mahasiswa santri. Sebaliknya, kesejahteraan psikologis yang rendah ditandai dengan performansi yang rendah karena permasalahan akademik yang terjadi, kegiatan akademik di kampus maupun di pondok pesantren dijadikan sebagai beban berat karena merasa tidak terikat dan terlibat, merasa pesimis dengan masa depan, kompetensi yang dimiliki tidak dikembangkan dengan maksimal.

Mahasiswa berada pada rentang usia 17-25 tahun, dan termasuk dalam masa remaja akhir (Depkes, 2009). Masa remaja akhir ditandai dengan minat karir, eksplorasi identitas diri yang lebih nyata dibandingkan dengan masa sebelumnya (Santrock, 2003) selain itu juga melewati masa pergolakan yang penuh dengan konflik suasana hati (Hall dalam Santrock, 2012). Di sisi lain remaja saat ini dihadapkan pada lingkungan yang tidak stabil sebagaimana satu atau dua dekade yang lalu, serta pilihan gaya hidup yang semakin kompleks dengan berbagai macam godaan negatif. Hal tersebut berpengaruh terhadap timbulnya berbagai permasalahan yang dialami remaja seperti penyalahgunaan obat-obatan terlarang, kekerasan, depresi, kenakalan remaja, aktivitas seksual di luar nikah, permasalahan akademik dan sebagainya (Santrock, 2003). Kondisi tersebut membuat sebagian

besar orangtua khawatir jika hal tersebut terjadi pada putra-putrinya yang jauh dari pantauan orang tua. Berdasarkan wawancara kepada sebagian mahasiswa bahwa sebagian besar alasan mereka tinggal di pondok pesantren atas dasar permintaan orangtua walaupun tidak sedikit pula atas dasar kemauan diri sendiri. Hal tersebut berpengaruh terhadap tanggung jawab individu yang semakin besar yaitu sebagai mahasiswa dan santri sehingga tuntutan akademik dan non akademik juga semakin besar pula. Keadaan tersebut dapat memicu timbulnya stres pada mahasiswa santri. Seperti paparan hasil penelitian dari Macan, dkk (Waithaka & Gough, 2017) yang menunjukkan bahwa lingkungan universitas menimbulkan beragam kesulitan bagi mahasiswa serta situasi penuh tekanan (*stressfull*). Sumber stres mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya syarat akademik, kurikulum, praktik pengajaran, iklim dari institusi sosial (Astin, 2012), manajemen waktu, perubahan aktivitas sosial, tanggung jawab yang lebih banyak, tekanan akademik yang semakin banyak (Macan dan Shahani, 1990). Sedangkan dalam *setting* pondok pesantren, sumber stres yang dialami santri antara lain tuntutan-tuntutan berupa batasan minimum yang harus dicapai pada materi pelajaran agama, kewajiban santri untuk mendalami dan menguasai materi tersebut (Anggraeni, 2011). Kondisi ini terkadang membuat santri merasa tertekan dengan tuntutan tersebut. Di satu sisi, santri berusaha untuk mematuhi peraturan yang ditetapkan dari pihak pondok pesantren. Namun di sisi lain, mereka merasa tidak mampu dengan target yang ditetapkan, sehingga membuat munculnya stres pada diri santri.

Peneliti melakukan wawancara kepada dua mahasiswa santri. Adapun uraian hasil wawancara responden pertama, menunjukkan bahwa responden sering tidak

mengerjakan tugas kuliah karena padatnya kegiatan di kampus maupun di pondok pesantren. Kondisi tersebut mempengaruhi prestasi akademik responden. Apalagi dengan tanggung jawab besar dari kedua orang tuanya karena responden merupakan anak tunggal. Keinginan responden untuk kuliah sekaligus tinggal di pondok pesantren merupakan keinginannya sendiri sehingga harus mampu mempertanggungjawabkan keputusannya. Responden merasa pesimis karena tidak maksimal dengan performansi di kampus maupun di pondok pesantren, sehingga menyebabkan keduanya terbengkalai. Responden kedua adalah mahasiswa jurusan fisika, sedangkan di pondok, responden termasuk santri tahfidz. Santri tahfidz memiliki target hafalan setengah juz pada tiap bulan. Bagi santri yang tidak mencapai target akan diberikan sanksi berupa penyitaan *handphone* selama satu minggu serta dilaporkan kepada pengasuh. Responden sering mendapatkan sanksi dari pengurus karena tidak mencapai target minimal hafalan karena responden sibuk dengan tuntutan tugas kelas maupun laporan praktikum dari kampus, sehingga responden waktu responden memiliki keterbatasan waktu untuk membuat hafalan yang baru. Responden juga sering mendapatkan peringatan dari pengurus keamanan yang disebabkan karena responden sering tiba di pesantren melebihi waktu yang telah ditetapkan. Batasan waktunya adalah ketika waktu maghrib. Alasan responden yaitu menyelesaikan tugas kampus, dimana alasan tersebut tidak diterima oleh pengurus keamanan karena tugas dapat dikerjakan di pondok pesantren setelah kegiatan selesai. Selain itu, responden juga merasa canggung dengan teman-teman kamarnya karena responden sering mendapatkan teguran maupun sanksi dari pengurus. yang membuat responden susah untuk membagi

waktu, sehingga hal tersebut menimbulkan kecemasan karena tuntutan yang berat yang responden rasakan. Responden merasa belum memiliki keterikatan dalam menjalani tanggung jawabnya, sehingga tuntutan keduanya membuat responden merasa berat. Namun responden juga harus tetap komitmen untuk menyelesaikan keduanya karena hal tersebut merupakan keputusan yang diambil responden.

Permasalahan-permasalahan yang terjadi pada mahasiswa santri tersebut menimbulkan sikap pesimis, kecemasan. Hal tersebut berpengaruh pada tujuan mahasiswa santri. Kesejahteraan psikologis dapat membuat individu mampu menjalani fungsi psikologisnya dengan baik, termasuk dalam hal pencapaian prestasi belajar, sehingga individu akan memiliki potensi positif yang berfungsi secara penuh (Chow dalam Misero dan Hawadi, 2012).

Dalam usaha mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi, tentunya terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi antara lain dukungan sosial, status sosial ekonomi, relasi sosial, umur, jenis kelamin, status pernikahan (Wells, 2010), pekerjaan, pernikahan, kondisi masa lalu seseorang terutama pola asuh keluarga, kesejahteraan ekonomi, pendidikan, kesehatan dan fungsi fisik serta kepercayaan dan emosi (Mirowsky dan Ross, 2010), religiusitas (Pargament dalam Amawidyati dan Utami, 2010; Bastaman dalam Saputri, 2013). Koenig (Subandi, 2013) juga menyebutkan bahwa orang yang religius mempunyai tingkat kesejahteraan dan kepuasan hidup yang lebih baik, menunjukkan rendahnya tingkat kecemasan, lebih mampu dalam mengatasi stres, rendah kemungkinannya untuk melakukan bunuh diri, memberikan harapan, optimisme, mendapatkan dukungan sosial, kestabilan dan kepuasan pernikahan.

Religiusitas merupakan akar dari kerendahan hati atau *humility* (Aghababei, dkk., 2015). Hasil penelitian Aghababei, dkk (2015) menunjukkan kerendahan hati manusia adalah tidak memiliki hak untuk bergantung kepada hal-hal yang bersifat material, memanipulasi, dan mengeksploitasi orang lain. Tetapi, memiliki beberapa keuntungan adaptif untuk diri sendiri maupun orang lain dan baik untuk mencapai sesuatu yang menyenangkan dan menghindari rasa sakit atau bahkan lebih baik untuk menjalani kehidupan yang penuh makna dan kehidupan yang baik. Tagney (2000), mendefinisikan rendah hati sebagai usaha memiliki rasa penerimaan diri, pemahaman terhadap ketidaksempurnaan dan terbebas dari rasa sombong dan harga diri yang rendah. Orang-orang yang rendah hati dengan pencapaian yang dicapai cenderung memiliki sedikit ancaman dari pada orang yang sombong. Lingkungan sosial secara otomatis akan menentang orang-orang yang berlaku sombong. Berbeda dengan orang yang rendah hati, mereka akan mendapatkan banyak evaluasi positif dari lingkungan sosial untuk kebaikan pencapaiannya.

Kerendahan hati tidak hanya menyiratkan penilaian akurat terhadap diri sendiri, namun memerlukan nilai melupakan diri sendiri. Dalam proses menjadi "*unselved*" secara signifikan berpengaruh positif terhadap psikologis maupun fisik individu. Menurut ahli klinis, orang yang terlalu memandang diri secara berlebihan akan menimbulkan gejala-gejala psikologis seperti kecemasan, depresi, antisosial dan sebagainya. Seperti yang digambarkan oleh As Baumeister (Tagney, 2000) bahwa banyak keuntungan yang didapatkan dari usaha untuk melarikan diri (*escaping self*) dalam artian bahwa tidak terlalu fokus dengan nilai diri, yaitu merasa lega dengan hal-hal yang membebani diri dan keharusan untuk terlalu

mempertahankan serangan dari diri sendiri. Bahkan dari perspektif kesehatan fisik, beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa fokus terhadap diri secara berlebihan akan memiliki risiko terserang penyakit jantung koroner (Scherwitz & Canic dalam Tagney, 2000). Konsep *humility* atau rendah hati memiliki kesamaan dengan konsep tawadhu.

Tawadhu merupakan sikap rendah hati, sedangkan lawan dari tawadhu adalah sombong atau takabbur (Ilyas, 2001). Seseorang yang rendah hati tidak memandang dirinya lebih daripada orang lain sedangkan orang yang sombong selalu memandang dirinya secara berlebihan. Berdasarkan paparan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti kerendahan hati melalui konsep Islam yaitu tawadhu, yang banyak disebut juga dalam Al Quran dan hadits. Dalam hal ini peneliti akan menghubungkan tawadhu dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara tawadhu dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah khasanah ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi pendidikan, psikologi Islam, psikologi positif, dan psikologi klinis dengan mengetahui hubungan keterkaitan antara tawadhu dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dalam kehidupan

sehari-hari. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi mahasiswa yang sedang menuntut ilmu dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan menerapkan sikap tawadhu atau rendah hati.

a. Bagi Pengasuh dan Pengelola Pondok Pesantren

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan evaluasi kepada pengasuh serta pengelola pondok pesantren dalam rangka meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa santri melalui sikap tawadhu.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang kesejahteraan psikologis pernah dilakukan oleh Dierendonck, dkk (2007) dengan judul “*Ryff’s Six Factor Model of Psychological well-being, A Spanish Exploration.*” Responden penelitian berjumlah 919 subjek dengan pembagian 592 partisipan dari Spanyol dan 327 partisipan dari Columbia. Hasil dari penelitian ini adalah skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff dapat digunakan pada kultur yang berbeda, baik digunakan di negara yang berbeda maupun dengan bahasa yang berbeda pula namun tetap mempertahankan keenam dimensi agar mendapatkan gambaran kesejahteraan psikologis yang utuh. Adapun hasil uji reliabilitas skala menunjukkan konsistensi yang baik pada masing-masing dimensi dengan nilai *alpha cronbach* berkisar dari 0,68 hingga 0,82.

Adapun penelitian lain dengan tema kesejahteraan psikologis yang dilakukan oleh Saputri, Hardjono dan Karyanta (2013) yang berjudul “ Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-being* pada Santri Kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur’an Ibnu ‘Abbas Klaten”. Penelitian ini mengacu pada teori kesejahteraan psikologis dari Ryan dan Deci terkait dengan fungsi optimal dari individu. Sedangkan alat ukur yang digunakan adalah skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff dengan jumlah 42 item dengan metode analisis regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontribusi religiusitas lebih besar dari pada dukungan sosial terkait pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis.

Penelitian yang dilakukan oleh Klar dan Kasser (2009) dengan judul “*Some Benefits of Being an Activist: Measuring Activism and Its Role in Psychological Well-being*”. Penelitian ini melibatkan 341 responden mahasiswa, 718 aktivis komunitas nasional serta sebanyak 296 mahasiswa menjadi kelompok eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan para aktivis politik lebih tinggi walaupun kegiatannya memiliki risiko tinggi serta aktivis cenderung lebih berkembang daripada non aktivis. Selain itu aktivis cenderung lebih puas dengan pengalaman-pengalaman yang didasari dengan kebutuhan psikologis yang muncul dengan dorongan motivasi internal.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ramadhan (2012) tentang kesejahteraan psikologis pada remaja santri penghafal Al Qur’an. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang menunjukkan bahwa masing-masing subjek memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang bervariasi. Berdasarkan penelitian-

penelitian yang telah dijelaskan di atas, maka keaslian penelitian yang akan dilakukan dapat ditinjau dari keaslian topik, keaslian teori, keaslian alat ukur dan keaslian responden penelitian. Adapun secara lebih rinci akan dijelaskan sebagai berikut :

1. Keaslian Topik

Topik penelitian yang diangkat oleh Dierendonck, dkk (2007); Saputri, Hardjono dan Karyanta (2013); Klar dan Kasser (2009) dan Ramadhan (2012) adalah kesejahteraan psikologis. Topik tersebut sama dengan topik yang diangkat oleh penulis namun memiliki perbedaan terhadap kajian yang akan dibahas. Penulis akan mengkaji tentang hubungan antara tawadhu dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri. Sedangkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dierendonck, dkk (2007) menunjukkan bahwa skala kesejahteraan psikologis milik Ryff dapat digunakan di berbagai kultur yang berbeda baik dari kebudayaan maupun bahasa yang digunakan yang dapat dilihat dari hasil reliabilitas yang konsisten. Penelitian dari Saputri, Hardjono dan Karyanta (2013) menggunakan religiusitas dan dukungan sosial sebagai variabel independen. Penelitian oleh Klar dan Kasser (2009) mengungkap kesejahteraan psikologis pada para aktivis mahasiswa, sedangkan pada penelitian Ramadhan (2012) memberikan gambaran tentang kesejahteraan psikologis yang bervariasi dari para remaja penghafal Al Quran dengan segala tuntutan yang ada.

2. Keaslian Teori

Penelitian yang dilakukan oleh Dierendonck, dkk (2007); Saputri, Hardjono dan Karyanta (2013); Klar dan Kasser (2009) dan Ramadhan (2012) menggunakan teori kesejahteraan psikologis dari Ryff. Peneliti akan menggunakan teori kesejahteraan psikologis dari Diener (2009), sedangkan teori tawadhu akan mengacu pada Al Qur'an dan Hadits Nabi.

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan oleh Dierendonck, dkk (2007); Saputri, Hardjono dan Karyanta (2013) dan Klar dan Kasser (2009) adalah alat ukur kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Ryff. Ramadhan (2012) menggunakan metode penelitian kualitatif yang juga menggunakan aspek-aspek dari Ryff untuk mengidentifikasi kesejahteraan psikologis subjek. Sementara, peneliti menggunakan alat ukur kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Diener (2009). Sedangkan skala tawadhu dikembangkan oleh peneliti yang berbeda pula dengan skala *humility* atau kerendahan hati yang sudah ada.

4. Keaslian Responden

Penelitian yang dilakukan oleh Dierendonck, dkk (2007) melibatkan responden laki-laki dan perempuan yang bertempat di Spanyol dan Columbia dengan rentang usia 16-74 tahun. Responden pada penelitian Saputri, Hardjono dan Karyanta (2013) melibatkan santri kelas VIII di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten. Pada penelitian Klar dan Kasser (2009), mahasiswa sebagai responden penelitiannya sedangkan penelitian Ramadhan (2012) remaja santri penghafal Al Quran di Pondok Pesantren Yayasan Al Azhar Budi Mulia

Malang. Berbeda dengan responden yang peneliti libatkan yaitu mahasiswa santri di Pondok Pesantren Al Munawwir Yogyakarta.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan memiliki perbedaan dengan beberapa penelitian sebelumnya baik dari topik, dasar teori, alat ukur maupun responden penelitian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kesejahteraan psikologis

1. Definisi Kesejahteraan psikologis

Kesejahteraan psikologis memiliki makna yang berbeda antara individu dengan individu yang lainnya. Menurut Diener (2009) adalah suatu keadaan yang menggambarkan bahwa individu dapat menfungsikan kapasitas-kapasitas yang ada pada dirinya secara optimal dalam menjalankan kehidupannya serta mengarahkan. Makna tersebut didasarkan pada teori humanistik yang mencakup keberfungsian secara positif terhadap kehidupan yang dijalani. Diener (2009) berpendapat bahwa kesejahteraan psikologis berbeda dengan perasaan subjektif dimana kesejahteraan subjektif mengarah kepada proses evaluasi seseorang terhadap kehidupannya sedangkan kesejahteraan psikologis lebih mengarah pada cara berfikir seseorang untuk optimal dan efektif dalam merealisasikan potensi yang dimiliki.

Terdapat beberapa alternatif perspektif yang dinyatakan oleh Ryff (1989) untuk menggambarkan kesejahteraan psikologis individu antara lain perspektif Maslow dimana individu mampu mengaktualisasikan diri, perspektif Rogers yang mampu memfungsikan secara penuh kehidupannya, perspektif Allport tentang kematangan individu dalam menghadapi permasalahannya. Berdasarkan berbagai alternatif pandangan tersebut membuktikan bahwa para ahli teori yang lain juga membahas kesejahteraan psikologis namun dengan konsep yang

berbeda. Ryff dan Keyes (1995) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis berbeda dengan kesejahteraan subjektif dan termasuk dalam pendekatan multidimensi yang terdiri dari enam aspek yaitu kondisi dimana individu mampu menerima dirinya apa adanya, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup serta mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu.

Pendapat Ryff dan Singer (2008) menyebutkan bahwa kesejahteraan lebih dari sekedar perasaan senang atau puas dengan kehidupan, tidak adanya emosi negatif atau pengalaman yang menentukan hidup yang lebih baik namun juga mampu mengelola tantangan, kesulitan hidup maupun pengalaman-pengalaman lain yang membuat hidup menjadi semakin bermakna. Sementara, Ryan dan Deci (2001) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai suatu kondisi seseorang dalam memfungsikan secara penuh kehidupan dengan merealisasikan potensi diri untuk mencapai kehidupan yang bermakna.

Kesejahteraan individu juga dapat dijelaskan melalui dua perspektif yaitu perspektif *hedonic* maupun *eudaimonia* (Waterman, 1993). Pendekatan *hedonic* lebih berfokus kepada kesenangan dan keinginan kuat pada sesuatu yang bersifat lahiriah (Ryan dan Deci, 2001), dan hasil yang spesifik yang kaitannya dengan pencapaian terhadap pengaruh positif bagi kehidupannya tanpa adanya kesengsaraan dalam prosesnya (Ryan, dkk, 2008). Pendekatan tersebut digunakan untuk mengasesmen pengalaman menyenangkan untuk mencapai kesejahteraan subjektif (Diener dan Lucas dalam Ryan dan Deci, 2001).

Sedangkan pendekatan *eudaimonia* berfokus pada sesuatu yang secara intrinsik diyakini sebagai sesuatu yang berharga dalam usaha mengembangkan hal-hal terbaik dalam dirinya (Ryan dan Deci, 2001). Ryan, dkk (2008) juga menyampaikan bahwa *eudaimonia* juga berfokus pada konten hidup seseorang dan proses mendapatkan kehidupan terbaik. Di dalam pernyataan yang lain Ryan dan Deci (2001) berpendapat bahwa *eudaimonia* berkaitan dengan kegiatan hidup seseorang yang kongruen atau dilaksanakan dengan penuh makna dan totalitas atau keterlibatan penuh pada aktivitas yang dilakukan, hsebagai indikasi kesejahteraan psikologis seseorang.

Beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu dalam mengoptimalkan potensi-potensi positif sebagai sesuatu yang utuh dan menerima diri apa adanya sehingga mampu melakukan hubungan yang positif di lingkungan mana saja untuk mencapai kehidupan yang bermakna.

2. Aspek-Aspek Kesejahteraan psikologis

Diener (2009) membagi aspek kesejahteraan psikologis menjadi 8 aspek yaitu:

a. Makna dan tujuan hidup

Makna bukan suatu keadaan subjektif namun suatu penilaian yang tidak memihak dan lebih objektif dari sejarah, pengalaman hidup. Pemaknaan hidup inilah yang menjadikan individu merasa sejahtera dan bersemangat dalam menjalani kehidupannya serta berusaha mencapai tujuan yang telah disusunnya.

b. Hubungan yang hangat dan saling mendukung

Dukungan tidak hanya ditekankan pada dukungan orang lain terhadap kita namun juga adanya dukungan kita terhadap orang lain. Orang lain menjadi sangat penting karena bisa menjadi obat penawar terbaik bagi kekecewaan hidup sehingga menjaga hubungan yang hangat sangat dibutuhkan.

c. Keterlibatan dan ketertarikan

Csikzentmihalyi menyatakan bahwa keterlibatan, ketertarikan, menjadi inti dari komponen kesejahteraan psikologis. Seligman juga menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis akan menimbulkan adanya perasaan terikat, tertarik, menyenangkan dan bermaknaan terhadap tujuan hidup.

d. Kontribusi terhadap kesejahteraan orang lain

Dunn menyatakan bahwa orang yang banyak memberikan kebermanfaatan atas orang lain akan memperoleh sesuatu lebih banyak daripada yang diberikan sebelumnya. Hal senada juga disampaikan oleh Brown, Nesse, Vinokur & Smith bahwa kebermanfaatan terhadap kesejahteraan maupun kebahagiaan orang lain akan berkaitan erat dengan kesehatan psikologis.

e. Kompetensi

Kompetensi merupakan salah satu kebutuhan psikologis yang harus dimiliki oleh individu karena berkaitan dengan pengalaman berperilaku yang dikelola secara efektif. Kompetensi diperlukan untuk memelihara motivasi

intrinsik individu yang berpengaruh terhadap perasaan positif individu dalam menghadapi tantangan kehidupan.

f. Penerimaan diri

Penerimaan diri berarti mampu mengakui semua aspek positif maupun negatif yang ada dalam diri sehingga mampu menyadari kegagalan yang terjadi. Penerimaan diri juga merupakan proses evaluasi jangka panjang terhadap semua kelebihan dan kekurangan sebagai bagian dari dirinya yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis.

g. Optimisme

Peterson, Scheier, dan Carver menyatakan bahwa individu yang memiliki harapan dan keyakinan terhadap masa depan sesuai yang diharapkan akan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis karena erat kaitannya dengan bagaimana individu menyusun strategi untuk keluar dari masalah, mencari dukungan sosial dan tetap bertahan pada situasi yang menekan. Seligman menambahkan bahwa optimisme memberikan daya tahan lebih baik dalam menghadapi depresi ketika dihadapkan dengan musibah yang melanda, kinerja yang lebih tinggi di tempat kerja terutama dalam tugas-tugas yang menantang serta kesehatan fisik yang lebih baik.

h. Penghargaan dari orang lain

Aspek ini berkaitan dengan hubungan baik yang dibangun dengan orang lain. Maslow menyatakan bahwa manusia juga memiliki kebutuhan akan penghargaan dari orang lain.

Terdapat beberapa aspek kesejahteraan psikologis juga dari Ryff dan Singer (2008) diantaranya adalah sebagai berikut :

a. Penerimaan diri (*self acceptance*)

Penerimaan diri merupakan bagian penting dari kesejahteraan psikologis yang berkaitan dengan sikap positif terhadap dirinya sendiri. Mengakui semua aspek positif maupun negatif yang ada dalam diri sehingga mampu menyadari kegagalan yang terjadi. Penerimaan diri juga merupakan proses evaluasi jangka panjang terhadap semua kelebihan dan kekurangan sebagai bagian dari dirinya. Erikson (Wells, 2010) juga menambahkan bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk berdamai dengan dirinya sendiri dan pengalaman tidak baik di kehidupan masa lalu.

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

Hubungan yang positif menjadi komponen penting untuk menjalin kehidupan yang baik dengan orang lain. Maslow mendiskripsikannya dengan sikap percaya dalam berhubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi, dan keintiman yang kuat, memahami pemberian dan penerimaan dalam suatu hubungan. Allport menjelaskan bahwa hubungan yang hangat yang ditunjukkan menandakan sebuah kematangan diri.

c. Pengembangan diri (*personal growth*)

Pengembangan potensi diri bersifat dinamis artinya perlu adanya proses yang berkelanjutan untuk mengoptimalkannya. Roger menjelaskan bahwa individu harus memiliki sifat terbuka dengan pengalaman dimana ia

berkembang sehingga ada tantangan yang berbeda dalam tahap kehidupannya.

d. Tujuan hidup (*purpose in life*)

Kesejahteraan psikologis mencakup kepercayaan yang memberikan individu merasa bahwa hidup harus memiliki makna dan tujuan yang akan dicapai. Tujuan hidup menjadi tantangan yang mendasar untuk menjalani kehidupan yang autentik dan terarah. Allport menjelaskan bahwa pemahaman yang jelas tentang tujuan hidup menjadi indikasi kematangan seseorang. Sementara jika mengacu pada pendapat Jardon tentang definisi kesehatan mental seseorang yang memiliki tujuan dan makna hidup dimana secara eksplisit muncul dari adanya keyakinan dari dalam untuk mencapainya.

e. Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)

Mampu memanipulasi dan mengatur lingkungan melalui kontribusi fisik dan mental, menyusun kontrol yang kompleks terhadap aktivitas eksternal, menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan, serta mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri. Kemampuan seorang individu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang tepat dan nyaman bagi kondisi mentalnya merupakan ciri dari kesehatan mental individu.

f. Kemandirian (*autonomy*)

Kemandirian mengacu pada kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan secara mandiri. Seseorang yang memiliki kemandirian cenderung

memiliki kerangka penilaian internal dengan mengevaluasi diri sesuai standar yang individu tetapkan bukan atas dasar standar orang lain.

Dari beberapa landasan teori di atas, penulis menggunakan teori kesejahteraan psikologis dari Diener sebagai teori utama. Aspek kesejahteraan psikologis dari Diener terdiri atas 8 aspek yaitu makna dan tujuan hidup, hubungan yang hangat dan saling mendukung, keterikatan dan ketertarikan, kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis orang lain, kompetensi, penerimaan diri, optimis dan dihargai oleh orang lain

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Wells (2010) diantaranya adalah sebagai berikut :

a. Usia

Persepsi individu terhadap dirinya akan berubah seiring berjalannya waktu. Semua persepsi yang terbentuk pada setiap tahapan perkembangan berperan penting dalam proses pemahaman terhadap kesejahteraan psikologis. Perubahan hidup yang signifikan bermula dari kematangan dalam proses evaluasi diri di kehidupan masa lalu, saat ini maupun yang akan datang.

b. Gender

Dalam beberapa studi yang dilakukan ditemukan kesulitan dalam menarik kesimpulan terkait perbedaan kesejahteraan psikologis pada jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Gender memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis, namun pada sisi lain tidak berpengaruh. Hal

tersebut tergantung pada konteks tema yang diteliti. Terdapat perbedaan antara kesejahteraan psikologis pada laki-laki dan perempuan jika dihubungkan dengan *self esteem* pada keduanya. Pada studi meta-analisis yang dilakukan oleh Pinquart dan Sorensen menunjukkan tidak adanya perbedaan kesejahteraan psikologis pada laki-laki dan perempuan dengan kisaran usia dewasa hingga usia tua.

c. Status Pernikahan

Studi yang dilakukan oleh Ascriba-Aguir dan Tenias-Burillo menunjukkan hubungan yang baik dengan pasangan akan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Hal ini berkaitan dengan proses pengambilan keputusan bersama yang berdampak pada terciptanya interaksi yang baik antar pasangan.

d. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan gambaran ungkapan perilaku berupa dukungan yang diberikan seseorang individu kepada individu lain yang memiliki keterikatan dalam hidupnya. Dukungan sosial dari orang-orang yang bermakna dalam kehidupan seseorang dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan seseorang. Dukungan sosial yang diberikan bertujuan untuk memberikan dukungan dalam mencapai tujuan dan kesejahteraan hidup. Adanya interaksi yang baik dan memperoleh dukungan dari rekan kerja akan mengurangi munculnya konflik dan perselisihan ditempat kerja.

e. Status sosial ekonomi

Diener menyatakan bahwa sosialekonomi menjadi faktor penting dalam kesejahteraan psikologis, yang mencakup kondisi keuangan keluarga, kesehatan, tingkat pendidikan, keberhasilan pekerjaan dan aktivitas *refreshing* dan status sosial di masyarakat. Kegagalan dalam pekerjaan dan terhambatnya pendapatan dapat mengakibatkan stres kerja yang berdampak pada menurunnya kesejahteraan psikologis karyawan yang berakhir dengan performa kerja buruk dan produktifitas rendah akan merugikan organisasi ataupun perusahaan.

f. Relasi sosial

Berkaitan dengan aktivitas sosial yang diikuti oleh individu seperti aktif dalam organisasi, kualitas dan kuantitas aktivitas yang dilakukan, serta dengan siapa kontak sosial dilakukan. Relasi yang baik dengan menjaga kualitas hubungan sosial dengan lingkungan akan mengurangi munculnya konflik dan meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam hidup. Dalam beberapa penelitian ditemukan bahwa keterisolasian sosial, kesendirian, dan hilangnya dukungan sosial akan meningkatkan risiko berkurangnya harapan hidup.

Bastaman (Saputri, 2013) menyatakan bahwa religiusitas berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Hal ini berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna.

Berdasarkan faktor-faktor yang telah disebutkan, kesejahteraan psikologis seseorang dapat dipengaruhi oleh usia, gender, status pernikahan, dukungan sosial, status sosial ekonomi, relasi sosial dan religiusitas. Penulis menggunakan religiusitas sebagai faktor yang menjembatani variabel tawadhu yang akan dihubungkan dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa santri.

B. Tawadhu

1. Definisi Tawadhu

Tawadhu merupakan bentuk akhlak yang baik dan banyak disebutkan dalam Al Quran dan Hadits. Di dalam Al Qur'an Surah Al Hijr: 88 ditegaskan untuk bersikap rendah hati, menjalin hubungan yang harmonis, memberikan perlindungan dan ketabahan bersama kaum beriman khususnya dalam keadaan sulit dan krisis (Shihab, 2009). Qur'an surah Al Furqan: 63 menjelaskan sikap rendah hati melalui lafadz *عباد الرحمن* yang artinya hamba-hamba ar-Rahman yaitu orang yang senantiasa berjalan di atas bumi dengan lemah lembut, tidak angkuh, rendah hati dan penuh dengan wibawa (Shihab, 2009). Sementara menurut Hujjatul Muslim (Shihab, 2009) merupakan suatu sikap peneladanan sifat *ar-Rahman* pada diri seseorang akan memercikkan kasih sayang kepada sesama manusia dengan memberikan nasihat secara lemah lembut dan tidak dengan kekerasan.

Pendapat lain mengenai tawadhu disampaikan oleh Al Huft (1978) yaitu merendahkan diri tanpa menghinakannya atau meremehkan harga diri, sehingga akan timbul rasa persamaan, saling menghormati terhadap orang lain, toleransi,

rasa senasib dan cinta kepada keadilan, rasa saling mengasihi antara satu dengan yang lain. Sifat kasih sayang akan mendekatkan diri kepada Allah “*Sesungguhnya rahmat Allah amat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik*”(Al A’raff: 56). Tawadhu menurut Hawwa (2006) adalah bentuk sebuah khidmat atau pelayanan diri terhadap orang lain sekaligus sebagai sarana untuk mensucikan jiwa karena dapat menjauhkan jiwa dari keangkuhan, ujub dan akan mencapai kesejahteraan dalam hidup.

Ilyas (2001) menyebutkan bahwa tawadhu berbeda dengan rendah diri karena rendah diri berarti kehilangan kepercayaan diri. Dalam praktiknya orang yang rendah hati cenderung merendahkan dirinya di hadapan orang lain, yang bukan berarti bahwa dirinya tidak memiliki kepercayaan diri. Sikap tawadhu tidak akan membuat derajat seseorang menjadi rendah namun justru akan dihormati dan dihargai orang lain karena kontribusi kita (Ilyas, 2001) seperti disebutkan dalam sebuah hadits :

Dari Abu Hurairah, dari Rasulullah Shallahu ‘alaihi wa Sallam bersabda: “Sedekah tidak akan mengurangi harta seseorang, Allah akan menambahkan kemuliaan bagi orang yang pemaaf dan Allah akan mengangkat seseorang yang tawadhu (merendahkan diri) di hadapan Allah.” HR. Muslim no:2588 (Baqi, 2010).

Mujib (2006) mendefinisikan tawadhu sebagai sikap kalbu yang tenang, berwibawa, rendah hati, lemah lembut, tanpa disertai rasa jahat ingin merendahkan orang lain, rasa congkak dan sombong. Karakter متواضع atau orang yang tawadhu bukan berarti menunjukkan kebodohan seseorang melainkan menunjukkan sikap kedewasaannya. Melalui tawadhu, seseorang tidak banyak menuntut orang lain untuk melakukan sesuatu yang lebih dari apa

yang dia mampu melainkan memberi kesempatan dan mendorong orang lain untuk berprestasi melebihi prestasi yang dicapai, sementara dirinya tetap terus aktif berprestasi. Sedangkan Khalid (2006) menjelaskan bahwa tawadhu memiliki dua makna yaitu menerima kebenaran yang datang dari siapapun serta mampu menjalin interaksi dengan semua manusia dengan sikap penuh kasih sayang dan kelembutan.

Dalam konsep psikologi, konsep tawadhu hampir sama dengan *humility* atau kerendahan hati. Elliot (2010) mendefinisikan *humility* sebagai nilai kebaikan moral yang diukur melalui pengukuran kesuksesan diri dan kemampuan mengetahui kesalahan diri, keterbatasan diri, ketidaksempurnaan diri, terbuka akan ide-ide baru dan melupakan nasihat diri serta menjaga diri sendiri seperti layaknya menjaga orang lain, mencintai dan menghormati orang lain.

Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa tawadhu merupakan suatu sikap merendahkan diri dihadapan orang lain sebagai wujud penghargaan diri untuk menciptakan rasa persamaan dan saling menghormati dengan sikap penuh kelembutan, kasih sayang, mau berinteraksi dengan siapapun serta menerima kebenaran dari siapapun sebagai sarana mensucikan diri dari sikap ingin ujub maupun sombong dihadapan orang lain.

2. Aspek-Aspek Tawadhu

Menurut Ilyas (2001) ada beberapa bentuk dari tawadhu di antaranya:

- a. Tidak menonjolkan diri dari orang yang level atau statusnya sama, kecuali apabila sikap tersebut menimbulkan kerugian bagi agama atau umat Islam

- b. Berdiri dari tempat duduknya dalam satu majelis untuk menyambut kedatangan orang yang lebih mulia dan lebih berilmu daripada dirinya dan mengantarkan ke pintu keluar ketika hendak meninggalkan majelis
- c. Bergaul dengan orang yang awam dengan ramah dan tidak memandang dirinya lebih dari mereka
- d. Bersedia mengunjungi orang lain sekalipun status sosialnya lebih rendah.
- e. Bersedia duduk bersama dengan fakir miskin, orang cacat tubuh, kaum dhuafa serta memenuhi undangan yang diberikan
- f. Tidak makan dan minum secara berlebihan dan memakai pakaian yang menunjukkan kemegahan dan kesombongan.

Sedangkan menurut Mishri (Nashruddin, 2015) terdapat tiga indikator tawadhu di antaranya :

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

Penulis mengacu pada Al Qur'an dan Hadits dalam penyusunan skala tawadhu di antaranya adalah sebagai berikut :

- a. *“Dan janganlah kam memalingkan mukamu dari manusia (karena sombong) dan janganlah kamu berjalan di muka bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong lagi membanggakan diri”* (QS Luqman:18)
- b. *“Janganlah sekali-kali engkau mengarahkan matamu kepada apa yang dengannya Kami telah senang golongan-golongan di antara mereka dan janganlah kamu bersedih hati terhadap mereka dan berendah dirilah kamu terhadap orang-orang yang beriman”* (Al Hijr:88).
- c. *“Dan hamba-hamba Tuhan yang maha Pengasih itu adalah orang-orang yang berjalan di atas bumi dengan rendah hati dan apabila*

- orang-orang jahil menyapa mereka, mereka mengucapkan kata-kata yang mengandung keselamatan” (QS. Al Furqon: 63).
- d. Dari Abu Hurairah, dari Rasulullah Shallahu ‘alaihi wa Sallam bersabda: “Sedekah tidak akan mengurangi harta seseorang, Allah akan menambahkan kemuliaan bagi orang yang pemaaf dan Allah akan mengangkat seseorang yang tawadhu (merendahkan diri) di hadapan Allah.” HR. Muslim no:2588 (Baqi, 2010).
 - e. Dari Anas, Sesungguhnya ada seseorang perempuan yang sedang terganggu akalnya berkata kepada Rasulullah Shallahu ‘alaihi wa Sallam: “Wahai Rasulullah! Aku ada perlu denganmu. “Rasulullah menjawab: “Ya Ummi Fulan! Carilah jalan mana yang engkau mau, agar aku bisa membantu keperluanmu. “Lalu Rasulullah Shallahu ‘alaihi wa Sallam berkhawat bersamanya di sebuah jalan sampai dia selesai urusannya”. HR. Muslim no:2326 (Baqi, 2010).
 - f. Pernah ada seorang budak yang berada di kota Madinah, menggandeng tangan Rasulullah Shallahu ‘alaihi wa sallam lalu dia membawa beliau ke mana saja yang dikehendakinya untuk memenuhi kebutuhannya.” HR Bukhari (Al-Hasyimi, 2012)
 - g. Diceritakan oleh Abu Thahir Muthahir bin ‘Ali bin ‘Abdillah Al Farisi, saya Abu Dzar Muhammad bin Ibrahim Ash Shohabiy, saya Abu Muhammad ‘Abdullah bin Muhammad bin Ja’fari bin Hayyana Al Ma’ruf bi abi al Syaikh, saya Muhammad bin Bakar, saya Abu Ma’syar, dari Sa’id Ya’ni Al Maqburi, dari Aisyah, Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda: Wahai Aisyah, kalaulah sekiranya aku mau tentu ada gunung yang terbuat dari emas berjalan menemaniku. Telah datang kepadaku malaikat yang kain bagian bawahnya hampir setinggi Ka’bah. Dia mengatakan:”Sesungguhnya Rabbku kirim salam kepadamu dan berfirman: “Kalau engkau mau Aku jadikan seorang Nabi dan hamba atau seorang Nabi dan Malaikat”. Lalu aku berpaling kepada Jibril ‘alaihi sallam, dan ia mengisyaratkan padaku supaya rendah diri. Maka aku jawab:” Aku rela menjadi Nabi dan seorang Hamba.”
 - h. Diceritakan oleh Abu Thahir Muthahir bin ‘Ali bin ‘Abdillah Al Farisi, saya Abu Dzar Muhammad bin Ibrahim Ash Shohabiy, saya Abu Muhammad ‘Abdullah bin Muhammad bin Ja’fari bin Hayyana Al Ma’ruf bi abi al Syaikh, saya Muhammad bin Bakar, saya Abu Ma’syar, dari Sa’id Ya’ni Al Maqburi, dari Aisyah, Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda “Aku makan sebagaimana makannya seorang hamba sahaya, dan aku duduk seperti duduknya seorang budak”

Hadits pada point “g dan h” tidak ditemukan pada hadits yang diriwayatkan oleh perawi (periwayat) hadits shahih. Akan tetapi tertera *sanad* hadits atau mata rantai para perawi hadits, yang berfungsi untuk menimbang keshahihan hadits

(Khon, 2011). Terdapat sanad yang tidak bersambung dengan *sayyidah* Aisyah yaitu Abu Ma'syar dan Abu Dzar Muhammad. Meskipun demikian, boleh hukumnya meriwayatkan hadits bukan *shahih* yang berisi tentang keutamaan suatu amal (*fadha'il amal*), akhlak (Ad-Dhimasyqi, 2008). Menurut *jumhur ulama* (Ad-Dhimasyqi, 2008), hadits tersebut boleh mengamalkannya namun tidak dapat digunakan sebagai dasar hukum.

- i. *Telah menceritakan kepada kami Abdurrozaq telah mengabarkan kepada kami Ma'mar dar Az Zuhri dari Urwah dan dari Hisyam bin Urwah dari ayahnya berkata, seorang laki-laki bertanya kepada Aisyah: "Apakah Rasulullah juga melakukan pekerjaan-pekerjaan di rumahnya? Aisyah menjawab, "Ya, Rasulullah Shallallahu'alaihi wa sallam juga sering mengesol sandalnya, dan menjahit pakaiannya serta beliau melakukan sesuatu di rumahnya sebagaimana seorang kalian lakukan di rumahnya." HR. Ahmad No: 24176*
- j. *Ya Allah hidupkanlah hamba dalam keadaan miskin, dan wafatkan diriku dalam keadaan miskin serta bangkitkan diriku bersama orang-orang miskin kelak pada hari kiamat". Aisyah bertanya, "Mengapa demikian wahai Rasulullah?", Beliau menjawab "Sesungguhnya mereka akan masuk surga sebelum kaum kaya di antara mereka dengan selisih waktu hingga empat puluh kharif (tahun). Wahai Aisyah, janganlah kau menolak (memberikan sesuatu) kepada orang miskin meski hanya dengan separuh buah kurma. Wahai Aisyah, cintailah orang-orang miskin dan dekatilah mereka, niscaya Allah akan mendekatimu pada hari kiamat nanti" HR At-Tirmidzi no: 2352 (Al Albani, 2013).*
- k. *Dari Iyadh bin Himar (saudara laki-laki dari Basnu Mujasyi'), dia berkata: " Pada suatu hari Rasulullah Shallahu 'alaihi wa Sallam berdiri di tengah-tengah kami menyampaikan khutbahnya: 'Sesungguhnya Allah menyuruhku.....' Lalu dia (rawi) menyebutkan hadits Hisyam dari Qatadah. Dia menambahkan: "Sesungguhnya Allah menurunkan wahyu kepadaku agar kalian mempunyai sifat tawadhu sehingga tidak ada seorang pun di antara kalian yang merasa hebat di depan yang lain." Juga: " Dan mereka adalah orang yang hanya ikut-ikutan, tidak mencari keluarga atau harta." Aku (Qatadah) bertanya kepada Mutharrif: "Apakah ada orang yang seperti itu, wahai Abu Abdillah?" Dia menjawab: "Ya, ada. Demi Allah! Aku menjumpai mereka di zaman Jahiliyyah. Seorang laki-laki yang menggembalakan (ternak) di suatu kampung, tidak ditemani satu orang pun, kecuali ibunya dan berzina dengan (ibu) nya." HR. Muslim (Baqi, 2010)*

Dari beberapa ayat Al Qur'an dan Hadits tentang tawadhu di atas kemudian akan diturunkan menjadi indikator perilaku dan item pernyataan. Sementara, aspek-aspek tawadhu dari Ilyas dan Mishri digunakan sebagai tambahan referensi penulis.

C. Hubungan Antara Tawadhu dan Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis adalah suatu keadaan yang menggambarkan bahwa individu dapat memfungsikan kapasitas-kapasitas yang ada pada dirinya secara optimal untuk menjalani kehidupan (Diener, 2009). Usaha untuk mencapai kesejahteraan psikologis, tentunya mempertimbangkan beberapa faktor yang mempengaruhi, salah satunya adalah religiusitas (Bastaman dalam Saputri, 2013). Religiusitas menjadi akar dari kepribadian rendah hati (Aghababei, dkk., 2015). Individu yang rendah hati menyadari bahwa manusia tidak memiliki hak untuk memanipulasi, mengeksploitasi orang lain dan bergantung kepada hal-hal yang bersifat material (Aghababei, dkk., 2015). Rendah hati sebagai komponen penting dalam hubungan personal dan interpersonal (Elliot, 2010). Sedangkan hubungan interpersonal yang baik menjadi prinsip dasar dari kesejahteraan psikologis (Elliot, 2010). Bentuk perilaku yang dilaksanakan adalah dengan menjalin hubungan hangat dan saling mendukung, yang merupakan potensi positif manusia untuk mencapai kesejahteraan psikologis (Diener, 2009)

Hubungan hangat dan saling mendukung akan menumbuhkan pandangan penuh kasih sayang serta memandang kekurangan orang lain sebagai bahan

pembelajaran diri. Kasih sayang akan melahirkan rasa cinta, keharmonisan dan keserasian dalam menjalin hubungan dengan orang lain dengan lemah lembut. Al-Bugha, dkk (2012) menyatakan bahwa sikap lemah lembut dan mudah bergaul akan merekatkan hubungan. Hal tersebut menjadi sangat penting ketika mahasiswa santri yang dihadapkan dengan kondisi penuh tekanan dengan berbagai tuntutan akademik maupun non akademik. Sehingga, dukungan orang lain sangat diperlukan agar terhindar dari depresi atau hal-hal yang menurunkan kesejahteraan psikologis. Hubungan saling mendukung juga tercermin dalam surat Al Hijr: 88. Shihab (2009) menafsirkan bahwa kandungan surat tersebut adalah anjuran untuk menjalin hubungan yang harmonis dan merendahkan sayapmu yaitu bersikap rendah hati kepada kaum mukmin dengan memberikan perlindungan dan ketabahan bersama kaum mukmin yang lain ketika kondisi sulit dan krisis.

Imam Asy-Syafi'i (Khalid, 2006) mengatakan bahwa barangsiapa yang mengetahui dirinya pasti ia akan bersikap tawadhu kepada Allah. Dalam sebuah kalimat sufi disebutkan bahwa ketika seseorang mengenal dirinya maka ia juga telah mengenal Tuhan-Nya. Begitu pula disebutkan oleh Khalid (2006) tentang cara mencapai sikap tawadhu yaitu dengan mengenali Rabb-Nya dan perlu direnungi bahwa ke-Mahakayaan-Nya karena kemiskinan kita, kekuatan-Nya karena kelemahan kita dan keperkasaan-Nya karena kehinaan kita. Hal tersebut perlu menjadi renungan sebagai sarana mengenali diri kita tentang posisi kita sebagai seorang hamba yang sangat kecil yang tidak patut untuk sedikitpun menyombongkan diri di hadapan Allah maupun di hadapan sesama. Begitu pula dengan kelebihan yang dimiliki pada hakikatnya merupakan karunia yang Allah

berikan sebagai sarana menebarkan manfaat kepada orang lain yang tidak memiliki kelebihan tersebut. Pengenalan diri berkaitan dengan aspek kesejahteraan psikologis yaitu aspek penerimaan diri (Diener, 2009) terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Clark (Tagney, 2000) menambahkan bahwa rendah hati mampu menumbuhkan rasa penerimaan diri tentang ketidak sempurnaan manusia sehingga akan timbul rasa menghargai diri dan orang lain melalui proses yang panjang. Seperti halnya yang disampaikan oleh Wells (2010) bahwa penerimaan diri merupakan suatu proses evaluasi jangka panjang agar mampu berdamai dengan segala sesuatu yang dimiliki menjadi bagian dari diri individu.

Lawan dari sifat tawadhu adalah sombong, dan Allah sangat membenci orang yang bersikap sombong. Allah menjelaskan di dalam QS. Luqman: 18, dimana menurut Shihab (2009), ayat tersebut berisi larangan memalingkan muka penuh penghinaan dan kesombongan kepada siapapun namun berjalan dengan penuh wibawa sebagai bentuk kerendahan hati. Kerendahan hati memiliki lebih banyak kesamaan dengan harga diri yang tinggi (Ryan dalam Elliot 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Triwayuningsih (2017) menunjukkan bahwa semakin tinggi *self esteem* maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis seseorang. Kesombongan dan harga diri yang rendah menyebabkan seseorang enggan untuk mengevaluasi kehidupan diri, sementara individu yang memiliki kerendahan hati dan *self esteem* yang tinggi lebih terbuka dengan kritikan dari orang lain sebagai sarana untuk introspeksi diri terhadap kehidupannya.

Kandungan hadits yang diriwayatkan oleh Imam Muslim no : 2588 (Baqi, 2010) adalah menggambarkan penghargaan yang tinggi dari Allah dengan

mengangkat derajatnya bagi individu yang tawadhu. Penghargaan dari orang lain menjadi suatu susunan dari hierarki *needs* atau kebutuhan manusia untuk mencapai aktualisasi diri (Maslow dalam Diener, 2009). Penghargaan tersebut tentunya harus didasari ikhlas karena Allah dan semata-mata mengharapkan Ridho dari Allah. Hal tersebut berkaitan dengan aspek kesejahteraan psikologis yaitu aspek penghargaan dari orang lain (Diener, 2009). Pernyataan tersebut dipertegas oleh Ilyas (2001) bahwa sikap tawadhu tidak akan membuat derajat seseorang menjadi rendah namun justru akan dihormati dan dihargai orang lain karena kontribusi kita.

Bentuk-bentuk ketawadhuan yang Rasulullah contohkan antara lain membantu siapapun tanpa memandang strata (HR. Bukhari dan HR. Muslim no: 2326); hidup sederhana; tidak rakus akan jabatan yang ditawarkan; mengerjakan pekerjaan rumah secara mandiri (HR. Ahmad no:24176). Kandungan hadits tersebut menunjukkan ketawadhuan beliau dalam mengayomi seluruh manusia tanpa memandang strata sosial, walaupun dengan orang miskin sekalipun karena semua manusia pada hakikatnya adalah sama di mata Allah *Subhanahu wa Ta'ala*. Bergaul dengan strata berbeda tidak membuat rendah diri kita melainkan bentuk rendah hati kita kepada orang lain. Kerendahan hati bukan berarti melihat diri negatif, dan juga bukan mencela diri sendiri (Tangney, 2000), kerendahan hati sebagai suatu kebajikan yang berbeda dengan penghinaan. Emmons (Elliott, 2010) menyatakan bahwa menjadi rendah hati tidak berarti memandang rendah diri sendiri, melainkan memiliki penilaian diri yang akurat. Selain itu juga bentuk kontribusi untuk membantu orang lain dalam mencapai tujuan yang hendak dicapai. Hal tersebut senada dengan aspek kesejahteraan psikologis berupa kontribusi

terhadap kesejahteraan orang lain. Seperti pernyataan dari Dunn (Diener, 2009), bahwa orang yang banyak memberikan kebermanfaatan atas orang lain akan memperoleh sesuatu lebih banyak daripada yang diberikan sebelumnya. Kebermanfaatan terhadap kesejahteraan maupun kebahagiaan orang lain berkaitan erat dengan kesehatan psikologis (Brown, Nesse, Vinokur & Smith dalam Diener, 2009). Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa tawadhu memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis.

D. Hipotesis

Dari uraian yang telah dijelaskan, hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara tawadhu dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi variabel

Berikut adalah variabel-variabel yang dikaji dalam penelitian ini, yaitu :

1. Variabel Tergantung : Kesejahteraan psikologis
2. Variabel Bebas : Tawadhu

B. Definisi Operasional

1. Kesejahteraan psikologis

Secara operasional kesejahteraan psikologis adalah skor yang didapat setelah responden mengisi skala yang diadaptasi dari skala kesejahteraan psikologis dari Diener (2009). Semakin tinggi skor responden pada skala kesejahteraan psikologis maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis responden tersebut. Begitupun sebaliknya semakin rendah skor kesejahteraan psikologis maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis individu tersebut.

2. Tawadhu

Secara operasional, tawadhu merupakan skor responden yang didapat setelah responden mengisi skala tawadhu yang peneliti buat berdasarkan beberapa ayat Al Qur'an dan Hadits Nabi Muhammad SAW yang berkaitan dengan tawadhu. Semakin tinggi skor tawadhu maka semakin tinggi pula tawadhu

pada diri individu. Namun sebaliknya semakin rendah skor tawadhu maka semakin rendah pula tawadhu individu tersebut.

C. Subyek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah mahasiswa santri yang tinggal di Pondok Pesantren Al Munawwir Yogyakarta dengan rentang usia 17-23 tahun. Mahasiswa kuliah di beberapa universitas, antara lain Universitas Islam Indonesia, Univeristas Ahmad Dahlan, Univeristas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Universitas Almaata, Universitas Gadjah Mada. Responden berjenis kelamin laki-laki dan perempuan yang berjumlah 131 mahasiswa santri.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian eksplanatif dengan tujuan melihat hubungan antara berbagai penelitian untuk menguji hipotesis yang telah dibuat sebelumnya (Martono, 2016). Alat pengumpulan data yaitu dengan menggunakan kuosioner *self report*. Kuesioner yang disajikan berupa pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan tawadhu dan kesejahteraan psikologis. Tujuannya untuk menunjukkan tingkat ketersesuaian atau ketidaksesuaian responden. Kemudian peneliti mencatat dan menyimpulkan jawaban yang diberikan subjek tanpa ada manipulasi data penelitian. Kuesioner penelitian terdiri atas data demografik dan skala psikologis. Skala psikologis dalam penelitian ini terdiri atas:

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala kesejahteraan psikologis yang diadaptasi dari Diener (2009) dan terdiri dari 8 aitem. Seluruh aitem merupakan aitem *favourable* yang berarti bahwa semakin tinggi skor yang diperoleh, menunjukkan semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis individu. Skala yang digunakan menggunakan skala *Likert* yang bergerak dari skor 1 sampai 4 dengan pilihan jawaban “ Sangat Tidak Sesuai”, “ Tidak Sesuai”, “ Sesuai” dan “Sangat Sesuai”. Pemberian skor pada pilihan jawaban tersebut adalah skor 1 untuk pilihan jawaban “ Sangat Tidak Sesuai”, 2 untuk pilihan “ Tidak Sesuai”, 3 untuk pilihan jawaban “ Sesuai”, dan 4 untuk pilihan jawaban “Sangat Sesuai”. Berikut adalah distribusi aitem pada skala kesejahteraan psikologis :

Tabel 1 :
Distribusi Aitem pada Skala Kesejahteraan psikologis

Aspek	Nomor Butir		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Makna dan tujuan hidup	1	-	1
Hubungan hangat dan saling mendukung	2	-	1
Keterikatan dan ketertarikan	3	-	1
Kontribusi terhadap kesejahteraan orang lain	4	-	1
Kompetensi	5	-	1
Penerimaan diri	6	-	1
Optimisme	7	-	1
Penghargaan orang lain	8	-	1
		Total	8

2. Skala Tawadhu

Skala tawadhu yang digunakan oleh peneliti terdiri atas 26 aitem pernyataan dengan 25 aitem pernyataan *favourable* dan 1 aitem pernyataan *unfavourable*. Aitem *favourable* terdiri atas aitem nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24, 25, 26, sementara aitem *unfavourable* adalah aitem nomor 23. 26 aitem pernyataan tersebut didasarkan dari beberapa ayat Al Qur'an dan Hadits. Uraian aitemnya adalah sebagai berikut QS. Luqman: 18 terdiri dari item nomor 1, 2; Al Hijr: 88 terdiri dari aitem nomor 3 dan 4; HR. Muslim no: 2588 terdiri dari aitem nomor 5, 6,7; HR. Muslim no 2326 terdiri dari aitem nomor 8,9,10; Sanad dari Abu Thahir Muthahir sampai Aisyah terdiri atas aitem nomor 11, 12, 13; Sanad dari Abu Thahir Muthahir sampai Aisyah yang terdiri dari aitem nomor 14, 15; HR. Ahmad no: 24176 terdiri dari aitem nomor 16, 17,18; HR. At Tirmidzi no: 2352 terdiri atas aitem nomor 19, 20, 21; HR. Al Bukhari no: 2262 terdiri dari aitem nomor 22, 23 ; HR. Muslim no: 2865 terdiri dari aitem nomor 24 dan QS Al Furqan: 63 terdiri dari aitem nomor 25 dan 26. Aitem *favourable* menyediakan pilihan jawaban yang terdiri dari empat macam yaitu “Sangat Sesuai” dengan skor 4, “Sesuai” dengan skor 3, “Tidak Sesuai”, dengan skor 2 dan “Sangat Tidak Sesuai” dengan skor 1. Sementara untuk aitem *unfavourable* pilihan jawabannya terdiri dari “Sangat Sesuai” dengan skor 1, “Sesuai” dengan skor 2, “Tidak Sesuai” dengan skor 3 dan “Sangat Tidak Sesuai” dengan skor 4.

Tabel 2 :
Distribusi Aitem pada Skala Tawadhu

Dasar Aitem	Indikator perilaku	Nomor Butir		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
QS. Luqman : 18	Tidak membanggakan diri	1, 2	-	2
Al Hijr : 88	Menerima ilmu dari siapapun	3, 4	-	2
HR. Muslim no: 2588	Menghargai orang lain	5, 6,7	-	3
HR. Muslim no 2326	Ringan tangan	8,9,10	-	3
Sanad dari Abu Thahir Muthahir sampai Aisyah	Begaul dengan siapapun	11, 12, 13	-	3
Sanad dari Abu Thahir Muthahir sampai Aisyah	Mementingkan kepentingan orang lain	14, 15	-	2
HR. Ahmad no: 24176	Tidak mengandalkan orang lain	16, 17,18	-	3
HR. At Tirmidzi no: 2352	Mengharapkan tempat terbaik dari Allah	19, 20, 21	-	3
HR. Al Bukhari	Tidak membedakan sesama	22,	23	2
HR. Muslim no. 2865	Tidak merendahkan orang lain	24,	-	1
QS Al Furqan: 63	Bertutur kata yang baik	25, 26	-	2
			Total	26

E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Validitas merupakan dukungan bukti dan teori terhadap penafsiran hasil tes sesuai dengan tujuan penggunaan tes (Mardapi dalam Nurgiantoro, 2017). Azwar (2012) menambahkan bahwa validitas digunakan untuk mengetahui sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Nurgiantoro (2017) menyatakan bahwa terdapat dua kategori untuk

mempertimbangkan kadar validitas sebuah instrumen. Kategori yang pertama adalah validitas yang berdasar pada analisis rasional sebagai pemertimbangannya sedangkan kategori kedua berdasarkan analisis data empirik. Analisis rasional (validitas internal) terdiri atas validitas isi dan validitas konstruk sedangkan analisis data empirik terdiri atas validitas sejalan, validitas kriteria dan validitas prediktif. Dalam hal ini penulis menggunakan validitas konstruk dalam pengukurannya. Validitas konstruk merupakan validitas yang bertujuan untuk mempertanyakan apakah butir-butir pertanyaan dalam instrumen tersebut sesuai dengan konsep keilmuan yang bersangkutan. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis faktor eksploratori (*exploratory factor analysis*) yang digunakan untuk mengklasifikasikan sejumlah variabel menjadi beberapa faktor sehingga dapat diketahui korelasi antar aitem. Metode ekstraksi yang digunakan adalah *principal axis factoring* dengan metode rotasi orthogonal *varimax*. Rotasi orthogonal *varimax* digunakan untuk memaksimalkan *variance loading* dan korelasi pada masing-masing faktor maksimal, sehingga aitem yang sudah berkorelasi kuat di satu faktor tidak akan berkorelasi dengan faktor yang lain (Bilson, 2005)

Reliabilitas mengacu kepada tingkat kepercayaan atau konsistensi hasil ukur yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran (Azwar, 2012). Nurgiyantoro (2017) menyimpulkan bahwa konsistensi, keajegan merupakan syarat kualifikasi suatu instrumen pengukur. Instrumen yang reliabel akan dapat mewakili keadaan atau ciri laten subjek penelitian yang diukur (Nurgiyantoro, 2017). Adapun rentang koefisien reliabilitas (r_{xx}) berada pada angka 0 sampai dengan 1,00.

Semakin mendekati angka 1,00 berarti pengukuran semakin reliabel yang mampu menghasilkan skor yang cermat dengan eror pengukuran kecil (Azwar, 2012).

F. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasional *Product Moment* yang dibantu dengan program SPSS *version 21.0 for windows*.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kanchah dan Persiapan

1. Orientasi Kanchah Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tawadhu dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa sekaligus berstatus santri di Pondok Pesantren Al Munawwir Krapyak. Pondok Pesantren Al Munawwir Krapyak merupakan salah satu lembaga pendidikan yang dalam dunia pesantren dikenal dengan istilah pesantren *salaf*. Berdiri sekitar 106 tahun yang lalu, tepatnya pada tanggal 15 November 1911 M yang didirikan oleh K.H Muhammad Munawwir bin Abdullah Rosyad. Sebutan pesantren *salaf* karena juga mengkaji kitab-kitab kuning atau literatur klasik Islam berbahasa Arab sebagai bahan kajiannya. Namun sejak awal berdiri, Al Qur'an lah yang menjadi ciri khas pendidikan di pesantren ini yang kemudian berkembang ke bidang ilmu lain yang juga mengkaji kitab kuning dengan penerapan madrasah (klasikal) sebagai salah satu sistem dalam strategi pengajarannya.

Pendidikan sebagai suatu wadah untuk membentuk sumber daya manusia yang berkualitas dengan kemampuan intelektual yang tinggi serta menjunjung tinggi *akhlaqul karimah* yang dilandasi dengan keimanan dan ketaqwaan. Aspek kognitif, afektif dan psikomotorik menjadi tiga hal penting dalam mencapai tujuan tersebut serta penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi. Pondok

Pesantren Al Munawwir memfasilitasi mahasiswa untuk belajar ilmu agama, di samping ilmu umum yang telah didapatkan dari bangku kuliah.

Kegiatan pondok antara lain mengaji kitab dengan sistem *bandongan* atau kegiatan mengaji yang diikuti dengan seluruh santri yang diajar oleh satu ustadz serta kitab kuning yang menjadi bahan kajiannya yang dilakukan pada pagi hari dan sore hari. Kegiatan pagi hari mulai pukul 05.00 hingga pukul 06.00, sedangkan di sore hari pukul 16.00-17.00. Dilanjutkan dengan kegiatan madrasah yang dimulai dari pukul 19.00-21.00. Setelah itu kegiatan setoran Al Quran dan kitab kuning yang berakhir hingga pukul 22.00. Semua kegiatan berlaku untuk seluruh santri tanpa terkecuali.

Demi berjalannya semua kegiatan, perlu adanya peraturan yang berlaku untuk mendisiplinkan semua santri. Waktu maghrib seluruh santri harus sudah berada di pondok, namun ada dispensasi bagi santri yang masih memiliki kegiatan akademik hingga pukul 21.00 dan harus mendapatkan izin dari pengurus keamanan pondok. Apabila santri melanggar batas yang telah ditentukan, akan mendapatkan sanksi materi dengan membayar denda sebesar Rp.100.000 yang berlaku untuk satu kali pelanggaran telat maupun tidak pulang pondok tanpa keterangan. Selain itu sanksi sosial juga berlaku yaitu membacakan surat pernyataan dengan menyertakan identitas lengkap diri dan orang tua serta jenis pelanggaran yang telah dilakukan di hadapan seluruh santri. Peraturan lain yaitu segala bentuk alat elektronik non aktif selama kegiatan berlangsung. Termasuk penggunaan laptop yang hanya boleh digunakan di ruangan khusus. Penggunaan laptop hanya untuk keperluan tugas, kegiatan

selebihnya seperti menonton film, *youtube* dan hiburan yang lain tidak diperkenankan. Semua peraturan yang dibuat tidak lain bertujuan untuk membentuk mahasiswa yang berwawasan Islam dan disiplin dalam menghargai waktu.

Semua kegiatan pondok menuntut mereka untuk bisa hidup secara mandiri sehingga mampu mempertahankan hidupnya dengan kemampuan penguasaan kondisi lingkungan sosialnya. Hubungan interpersonal yang positif juga sangat diperlukan untuk menekan timbulkan konflik satu sama lain, apalagi dengan *setting* pondok pesantren dimana seluruh kegiatan individu tidak bisa terlepas dengan individu yang lain.

2. Persiapan Penelitian

a. Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi diawali dengan mengurus surat izin penelitian yang ditujukan kepada beberapa komplek di Pondok Pesantren Al Munawwir sebagai instansi yang menjadi lokasi berlangsungnya penelitian. Surat izin penelitian dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Surat izin penelitian menjadi syarat sekaligus kode etik penelitian dalam proses pengambilan data. Hal tersebut menjadi penting sebagai bukti tertulis berkenaan dengan kesepakatan antara peneliti dengan instansi terkait.

b. Persiapan Alat Ukur

1. Skala kesejahteraan psikologis

Skala kesejahteraan psikologis yang dikembangkan oleh Diener (2009) yang tersusun atas aspek digunakan peneliti untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis responden. Skala kesejahteraan psikologis tersusun atas 8 aspek yaitu makna dan tujuan hidup, hubungan hangat dan saling mendukung, keterikatan dan ketertarikan, kontribusi terhadap kesejahteraan orang lain, kompetensi, penerimaan diri optimisme dan penghargaan dari orang lain (Diener, 2009).

2. Skala tawadhu

Skala yang digunakan untuk mengukur tingkat kerendahan hati responden penelitian adalah skala tawadhu yang dikembangkan oleh peneliti dengan mengacu pada Al Quran dan Hadits tentang tawadhu.

3. Hasil Uji Coba

Uji coba alat ukur dilakukan pada 142 mahasiswa santri di Pondok Pesantren Al Munawwir. Jumlah aitem dari masing-masing skala pengukuran adalah 8 aitem pada skala kesejahteraan psikologis dan 26 aitem pada skala tawadhu. Data hasil uji coba dianalisis menggunakan teknik program SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) for windows versi 21.0 untuk menguji validitas dan reliabilitas skala kesejahteraan psikologis dan skala tawadhu. Berdasarkan proses uji coba yang telah dilaksanakan, diperoleh hasil sebagai berikut.

1) Uji Validitas dan seleksi aitem

a. Skala kesejahteraan psikologis

Hasil analisis faktor dengan *explanatory factor analysis* menunjukkan nilai *Kaiser Meyer-Olkin (KMO) Measure of Sampling Adequacy* sebesar 0,725 ($>0,05$) dengan signifikansi sebesar 0,000. Nilai tersebut menunjukkan ketercukupan responden penelitian (Bilson, 2005) serta terdapat korelasi yang cukup tinggi pada setiap butir aitem.

Peneliti mendapat informasi hasil ekstraksi aitem melalui tabel faktor matriks yang disajikan oleh hasil *output SPSS*. Hal tersebut berkaitan dengan hasil rotasi orthogonal *varimax* yang tidak dapat diproses karena hanya terbentuk 1 faktor atau unidimensi yang memiliki kemungkinan adanya *overlapping* dari 8 dimensi dari Diener. Satu faktor kesejahteraan psikologis yang terbentuk diberi nama optimisme. Sementara, faktor loading yang terbentuk sebesar 0,3, sehingga aitem dengan faktor loading $<0,3$ harus tereliminasi. Dengan demikian, terbentuk 7 aitem yang baik dan 1 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 8.

Melalui nilai *total variance explained* didapatkan informasi bahwa skala kesejahteraan psikologis yang diadaptasi dari Diener mampu mengukur 33,426% dari keseluruhan kesejahteraan psikologis individu. Informasi lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3 :**Hasil Exploratory Factor Analysis (Loading factor > 0,3)**

	Factor 1
Saya mengarahkan kehidupan saya kepada kehidupan yang bertujuan dan penuh makna (1)	,558
Saya memiliki hubungan sosial yang sangat mendukung dan bermanfaat bagi saya	,498
Saya terlibat dan memberikan perhatian penuh dalam setiap kegiatan harian yang saya lakukan	,624
Saya terlibat penuh dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk kebahagiaan dan kesejahteraan orang lain	,555
Saya mampu menyelesaikan kegiatan penting bagi kehidupan saya dengan baik dan efektif	,522
Saya merupakan orang yang berhasil dan memiliki kehidupan yang sangat menyenangkan	,518
Saya berharap dan percaya dengan segala sesuatu yang menyenangkan akan terjadi di kehidupan saya di masa yang akan datang	,358
Saya merasa orang-orang di sekeliling saya peduli dengan saya serta memperlakukan saya dengan baik pula.	
Total Variance Explained	33,426%

c. Skala Tawadhu

Hasil analisis faktor menunjukkan nilai *Keiser Meyer Olkin* (KMO) sebesar 0,846 dengan nilai signifikansi 0,000. Hasil rotasi orthogonal *varimax* menghasilkan 4 faktor dengan faktor loading sebesar 0,4. Hasil analisis faktor dari 26 aitem, menghasilkan 19 aitem yang baik dan 7 aitem gugur. Aitem yang gugur adalah aitem nomor 5, 13, 16, 22, 23, 24 dan 26. Empat faktor tawadhu yang terbentuk diberi nama: 1) berlaku lemah lembut 2) tidak merasa lebih baik dari orang lain 3) kesetaraan dan 4) mendahulukan kepentingan orang lain.

Total variance explained dari keempat aspek tawadhu mampu mengukur sebesar 49,558% tawadhu individu. Adapun aspek berlaku lemah lembut mampu mengukur sebesar 29,03% dari keseluruhan sikap tawadhu individu. Aspek tidak merasa lebih baik dari orang lain mampu mengukur sebesar 8,298% sikap tawadhu. Aspek kesetaraan mampu mengukur sebesar 6,532% sikap tawadhu individu, sementara aspek mendahulukan kepentingan orang lain mampu mengukur sebesar 5,698% dari sikap tawadhu individu. Penjelasan masing-masing aspek adalah sebagai berikut :

1. Berlaku lemah lembut

Lemah lembut dalam berinteraksi dengan orang lain dengan sikap yang sebaik-baiknya dan perbuatan yang bermanfaat (Shihab, 2009). Bentuk kelemahan lembut tercermin dalam cara berjalan, yaitu tidak dengan membusungkan dada namun berjalan dengan penuh wibawa karena Allah akan melimpahkan kasih sayang-Nya (Shihab, 2009). Bertutur kata baik sekalipun ketika diganggu oleh orang jahil yang menyapa dengan sapaan mengundang amarah (Shihab, 2009). Atau dengan membiarkannya dan meninggalkannya agar kita terhindar dari keinginan untuk membalas dengan ucapan kasar. Sikap tersebut dilakukan semata-mata untuk mencari keridhaan Allah (Al Bugha, 2012).

2. Tidak merasa lebih baik dari orang lain

Tunduk, mau menerima kebenaran dan nasihat (Mishri dalam Nasharuddin, 2015) dari siapapun baik kaya maupun miskin, kalangan terhormat maupun rakyat jelata, orang kuat maupun lemah, musuh maupun teman (Khalid, 2012). Kebenaran dapat berupa ilmu pengetahuan, ide-ide baru dari orang lain, informasi yang dianggap kontradiktif serta mau belajar dari siapapun (Elliot, 2010). Hal tersebut menunjukkan tingkat kepercayaan terhadap luasnya ilmu Allah seperti yang termaktub dalam Al Qur'an Surah Al Luqman: 27.

3. Kesetaraan

Memandang bahwa semua manusia adalah sama, yaitu sebagai hamba Allah SWT yang memiliki kewajiban membantu dan bergaul dengan semua golongan tanpa adanya kesenjangan yang menyertainya. Kesadaran akan sikap setara bertujuan untuk menghilangkan sifat sombong di dalam hati, karena manusia adalah makhluk lemah yang hanya mengandalkan rahmat dan karunia dari Allah SWT.

4. Mendahulukan kepentingan orang lain

Tidak berfikir buruk terhadap diri sendiri namun juga tidak mengabaikan orang lain (Elliot, 2010). Tidak mengabaikan orang lain sebagai bentuk penghargaan kita kepadanya dan tanggung

jawab kita sebagai hamba yang memiliki tugas untuk berbuat
kebaikan demi kemaslahatan umat manusia.

Tabel 4 :
**Hasil *Exploratory Factor Analysis* dengan *Varimax* (*Loading factor*
> 0,4)**

Aitem	Factor			
	1	2	3	4
Saya menghargai dan menghormati orang lain semata-mata untuk mengharapkan Ridho Allah (7)	,630			
Segala sesuatu yang saya lakukan sebagai wujud tunduk saya kepada Allah atas nikmat yang telah diberikan (8)	,627			
Saya selalu merasa bahwa dalam hidup ini tidak ada yang perlu dibanggakan karena semua milik Allah.(2)	,551			
Saya berlaku lemah lembut ketika bertemu dengan orang lain yang saya kenal maupun tidak saya kenal.(1)	,534			
Ketika ada orang jahil yang mengganggu, saya akan membalas dengan kalimat yang baik (kalimat thoyyibah) (25)	,523			
Saya menganggap gelar atau jabatan bukanlah suatu hal yang perlu untuk dibanggakan (20)	,416			
Saya tidak suka diperlakukan secara istimewa oleh orang lain karena semua orang itu sama (21)	,412			
Saya menerima dengan lapang dada segala bentuk masukan yang diberikan oleh setiap orang muslim yang lain (5)				
Saya menjaga setiap tutur kata yang saya ucapkan agar tidak menyakiti perasaan orang lain (24)				
Ketika saya bersama dengan orang muslim yang lain saya merasa masih banyak hal yang perlu saya perbaiki dari keimanan saya kepada Allah (4)		,857		
Saya percaya bahwa ilmu Allah disampaikan melalui perantara siapa saja (6)		,600		
Saya menganggap bahwa jabatan bukan satu-satunya cara untuk mencapai kemuliaan di hadapan Allah (15)		,519		
Saya sangat menghargai seseorang yang memiliki ilmu yang lebih tinggi dari saya (3)		,501		
Saya merasa bahwa saya adalah orang yang paling sempurna dalam segala hal dibandingkan dengan orang lain (23)				
Bagi saya tidak ada masalah ketika duduk bersama dengan orang yang lebih rendah kedudukannya daripada saya. (14)			,700	
Saya juga bergaul dengan orang yang kedudukannya jauh lebih rendah dari saya (12)			,639	
Saya membantu urusan orang lain hingga selesai sekalipun kedudukannya lebih rendah dari saya (10)			,526	
Saya memandang, semua manusia hakikatnya adalah sama (11)			,510	
Ketika ada seseorang yang membutuhkan bantuan saya, saya akan menolongnya tanpa memandang latar belakangnya (9)			,401	
Saya berusaha untuk tidak merendahkan orang lain (26)				
Saya bersedia melakukan pekerjaan sendiri meskipun sebenarnya pekerjaan tersebut bisa dilakukan oleh orang lain (18)				,811
Saya melakukan segala sesuatu secara mandiri (19)				,610
Saya rela mengorbankan kepentingan pribadi saya demi kepentingan orang lain (17)				,433
Total variance explained	29,03	8,298	6,532	5,698

2) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas yang digunakan untuk menguji skala tawadhu dan kesejahteraan psikologis adalah teknik *Alpha Cronbach*. Hasil uji reliabilitas skala kesejahteraan psikologis diperoleh koefisien reliabilitas *cronbach alpha* sebesar 0,700 yang menunjukkan bahwa skala tersebut reliabel karena nilainya $> 0,05$ serta memenuhi syarat sebagai alat ukur yang dapat digunakan dalam pengambilan data. Sedangkan koefisien reliabilitas pada skala tawadhu sebesar 0,896. Nilai tersebut menunjukkan bahwa skala tawadhu dapat digunakan untuk pengambilan data. Peneliti juga melakukan uji reliabilitas setiap aspek pada skala kesejahteraan psikologis maupun skala tawadhu. Aspek/faktor optimisme pada skala kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai *alpha cronbach* sebesar 0,720. Sedangkan pada skala tawadhu pada aspek berlaku lemah lembut memiliki nilai *alpha cronbach* 0,788, nilai *alpha cronbach* pada aspek tidak merasa lebih baik dari orang lain sebesar 0,799, aspek kesetaraan sebesar 0,736 dan pada aspek mendahulukan orang lain sebesar 0,685. Keempat aspek pada skala tawadhu menunjukkan lebih dari 0,5 yang berarti bahwa skala tawadhu bisa digunakan sebagai alat ukur dalam pengambilan data.

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data penelitian dilaksanakan pada tanggal 28 Februari 2017 hingga 28 Agustus 2017 yang melibatkan 131 responden secara keseluruhan.

Pengambilan data dilaksanakan di Pondok Pesantren Al Munawwir. Proses pengambilan data dilakukan secara individual dengan membagikan kuesioner kepada santri yang berstatus sebagai seorang mahasiswa. Pembagian kuesioner dibantu oleh segenap pengurus pondok. Peneliti memberikan penjelasan dan petunjuk pengisian kuesioner terlebih dahulu kepada pengurus supaya tidak terjadi kesalah pahaman dalam proses pengisiannya. Setiap subjek mendapatkan satu jilid kuesioner yang terdiri ada skala kesejahteraan psikologis dan skala tawadhu. Selain itu pengambilan data juga dilakukan secara mandiri kepada santri di dalam kelas setelah selesai KBM (kegiatan belajar mengajar) di *madrasah diniyyah*.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Gambaran mengenai responden penelitian berdasarkan data yang diperoleh adalah sebagai berikut :

Tabel 5
Deskripsi responden penelitian berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	N	Presentase (%)
Laki-laki	62	47,3
Perempuan	69	52,7
Total	131	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 62 orang dengan presentase 47,32% sedangkan responden perempuan sebanyak 69 orang dengan presentase 52,67%. Hal tersebut menunjukkan bahwa responden perempuan lebih banyak daripada laki-laki.

2. Deskripsi Data Penelitian

Peneliti juga melakukan kategorisasi data menurut norma persentil yang bertujuan untuk mempermudah memaknai data yang ada. Berdasarkan norma persentil, kategorisasi pada masing-masing variabel adalah sebagai berikut :

Tabel 6
Norma persentil untuk kategorisasi

Persentil	Tawadhu	Kesejahteraan psikologis
20	55	19
40	58	21
60	61,2	22
80	66	23,6

Norma persentil berkisar dari skor 20, 40, 60 dan 80 yang digunakan untuk menentukan posisi responden dalam kategorisasi tertentu. Pada skala tawadhu, nilai dari persentil 20 adalah 55, persentil 40 sama dengan 58, persentil 60 sama dengan 61,2 dan persentil 80 sama dengan 66. Sedangkan pada skala kesejahteraan psikologis, nilai dari persentil 20 adalah 19, persentil 40 nilainya 21, persentil 60 nilainya 22 dan persentil 80 bernilai 23,6.

Tabel 7
Norma kategorisasi menurut skor persentil

Kategori	Tawadhu	Kesejahteraan psikologis
Sangat Rendah	$X < P_{20} (55)$	$X < P_{20} (19)$
Rendah	$P_{20} (55) \leq X < P_{40} (58)$	$P_{20} (19) \leq X < P_{40} (21)$
Sedang	$P_{40} (58) \leq X < P_{60} (61,2)$	$P_{40} (21) \leq X < P_{60} (22)$
Tinggi	$P_{60} (61,2) \leq x \leq P_{80} (66)$	$P_{60} (22) \leq x \leq P_{80} (23,6)$
Sangat tinggi	$X > P_{80} (66)$	$X > P_{80} (23,6)$

Kategorisasi dimulai dari sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Nilai persentil pada setiap kategorisasi digunakan untuk menentukan frekuensi responden penelitian.

Tabel 8
Norma hasil kategorisasi menurut persentil

Kategori	Tawadhu		Kesejahteraan psikologis	
	F	%	F	%
Sangat Rendah	19	14,6 %	19	14,6 %
Rendah	28	21,4 %	32	24,4 %
Sedang	32	24,5 %	17	13 %
Tinggi	30	22,9 %	37	28,2 %
Sangat tinggi	22	16,6 %	26	19,8 %

Tabel di atas menunjukkan bahwa tawadhu mahasiswa santri berada di kategori sedang, sedangkan kesejahteraan psikologis mahasiswa santri berada pada kategori tinggi. Adapun jumlah responden yang berada di kategori sedang pada skala tawadhu' adalah 32 responden sedangkan pada skala kesejahteraan psikologis sebanyak 37 responden.

3. Uji Asumsi

Uji asumsi berupa uji normalitas dan uji linearitas terhadap sebaran data dilakukan sebelum pengujian hipotesis. Uji asumsi perlu dilakukan sebagai syarat analisis lanjutan dengan tujuan agar kesimpulan yang ditarik tidak menyimpang dari kebenaran.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji sebaran data terdistribusi secara normal atau tidak (Nurgiyantoro, 2017). Data terdistribusi secara normal ketika hasilnya menunjukkan $p > 0,05$. Uji normalitas dilakukan melalui perhitungan *Shapiro Wilk*.

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa skala kesejahteraan psikologis terdistribusi secara normal, sedangkan pada skala tawadhu

sebaran data tidak terdistribusi secara norma. Nilai signifikansi pada skala kesejahteraan psikologis sebesar 0,094 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa skala tersebut terdistribusi secara normal. Sementara, nilai signifikansi pada skala tawadhu adalah 0,003 ($p < 0,05$), sehingga sebaran datanya tidak normal. Sebaran data yang tidak normal pada skala tawadhu menunjukkan bahwa terdapat nilai yang mendominasi pada ketawadhu mahasiswa santri. Hasil uji normalitas kedua variabel dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 9
Hasil uji normalitas

Variabel	Shapiro-wilk	P	Keterangan
Kesejahteraan psikologis	0,983	0,094	Normal
Tawadhu	0,968	0,003	Tidak normal

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui linearitas hubungan antara variabel tawadhu dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri. Kedua variabel dikatakan linear jika $p < 0,05$. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa nilai $F = 41,984$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel terdistribusi linear. Gambaran lengkap hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel 8 berikut:

Tabel 10
Hasil uji linearitas

Variabel	F (p)		Keterangan
	<i>Linearity</i>	<i>Deviation from Linearity</i>	
<i>Tawadhu</i> * Kesejahteraan psikologis	41,984 (0,000) ($p < 0,05$)	1,242 (0,225) ($p > 0,05$)	Linear

4. Uji Hipotesis

Berdasarkan uji asumsi yang telah dilakukan, hasilnya menunjukkan bahwa sebaran data pada variabel kesejahteraan psikologis terdistribusi secara normal namun tidak normal pada variabel tawadhu. Namun hasil uji linearitas menunjukkan bahwa kedua variabel linear. Oleh karena itu, uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji statistik non parametik. Teknik yang digunakan peneliti adalah uji korelasi *Spearman's rho* dengan program SPSS 21.0 for windows.

Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *tawadhu* dengan kesejahteraan psikologis. Nilai korelasi *Spearman's rho* sebesar 0,492 yang menunjukkan hubungan antar kedua variabel berarah positif, yaitu semakin tinggi tawadhu maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini **diterima**. Di samping itu, nilai koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,242 yang menunjukkan bahwa ketawadhuan memberikan sumbangan sebesar 24,2% terhadap kesejahteraan psikologis. Adapun gambaran lebih jelas dari hasil uji hipotesis penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 11
Hasil uji hipotesis

Variabel	N	r	r^2	p
Kesejahteraan psikologis * tawadhu	131	0,492	0,242	0,000 ($p < 0,05$)

5. Analisis Tambahan

Analisis tambahan pada penelitian ini adalah dengan melakukan uji korelasi. Analisis tambahan dilakukan untuk menganalisis data penelitian secara lebih mendalam berdasarkan jenis kelamin (laki-laki dan perempuan). Peneliti menggunakan uji korelasi untuk menguji ada tidaknya hubungan pada aspek tawadhu dengan variabel kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri. Uji korelasi yang digunakan adalah korelasi *product moment* dari *Spearman's rho* dengan korelasi *bivariate*. Kontribusi hubungan setiap aspek dapat dilihat dari *r square*.

Hasil analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan yaitu sebesar 0,000 ($p < 0,01$) pada setiap aspek tawadhu dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa santri. Aspek berlaku lemah lembut memiliki korelasi sebesar 0,169 atau memberikan kontribusi sebesar 16,9%. Aspek tidak merasa lebih baik daripada orang lain memiliki korelasi sebesar 0,143, aspek kesetaraan memiliki nilai korelasi sebesar 0,119 sedangkan aspek mendahulukan orang lain sebesar 0,172 atau memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 17,2%. Gambaran lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 12
Korelasi aspek tawadhu terhadap kesejahteraan psikologis

Aspek	r	r ²	p	Keterangan
Berlaku Lemah Lembut	0,412	0,169	0,000	Signifikan
Tidak merasa lebih baik dari orang lain	0,379	0,143	0,000	Signifikan
Kesetaraan	0,339	0,119	0,000	Signifikan
Mendahulukan kepentingan orang lain	0,415	0,172	0,000	Signifikan

Peneliti juga melakukan uji korelasi pada setiap aspek tawadhu dengan memperhatikan faktor demografis berupa jenis kelamin responden. Pada responden laki-laki dan perempuan memiliki nilai signifikansi yang sama yaitu 0,000. Nilai koefisien determinasi kedua gender menunjukkan hubungan positif antara tawadhu dengan kesejahteraan psikologis. Namun di sisi lain, responden laki-laki memiliki koefisien determinasi yang lebih tinggi daripada perempuan yaitu sebesar 0,267 yang berarti bahwa sikap ketawadhuan laki-laki memberikan kontribusi sebesar 26,7% terhadap kesejahteraan psikologis. Hasilnya adalah sebagai berikut :

Tabel 13
Hasil korelasi tawadhu terhadap kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin

Variabel	Laki-laki			Perempuan		
	r	r ²	p	r	r ²	p
Kesejahteraan psikologis * tawadhu	0,517	0,267	0,000	0,448	0,200	0,000

Hasil analisis korelasi aspek tawadhu terhadap kesejahteraan psikologis pada laki-laki menunjukkan bahwa kontribusi terbesar terhadap sikap tawadhu pada responden laki-laki adalah pada aspek sikap lemah lembut terhadap orang lain yaitu sebesar 19%. Aspek tidak merasa lebih baik dari orang lain memiliki kontribusi sebesar 16,8%, aspek kesetaraan sebesar 8,7%, sedangkan berlaku mendahulukan kepentingan orang lain memiliki kontribusi sebesar 14,2% terhadap variabel kesejahteraan psikologis. Gambaran lebih lengkapnya dapat dilihat pada berikut:

Tabel 14**Hasil korelasi aspek tawadhu terhadap kesejahteraan psikologis pada laki-laki**

	R	r²	p	Keterangan
Berlaku lemah lembut	0,437	0,190	0,000	Signifikan
Tidak merasa lebih baik dari orang lain	0,411	0,168	0,000	Signifikan
Kesetaraan	0,295	0,087	0,000	Signifikan
Mendahulukan kepentingan orang lain	0,378	0,142	0,000	Signifikan

Sementara, hasil analisis aspek tawadhu terhadap kesejahteraan psikologis pada responden perempuan menunjukkan aspek mendahulukan kepentingan orang lain memiliki kontribusi paling besar dibandingkan dengan ketiga aspek lainnya yaitu sebesar 22,5% terhadap tingkat kesejahteraan psikologis pada responden perempuan. Penjelasan singkatnya dapat dilihat pada tabel 15 di bawah ini :

Tabel 15**Hasil korelasi aspek tawadhu terhadap kesejahteraan psikologis pada perempuan**

Aspek	R	r²	p	Keterangan
Berlaku lemah lembut	0,369	0,136	0,000	Signifikan
Tidak merasa lebih baik dari orang lain	0,322	0,103	0,000	Signifikan
Kesetaraan	0,330	0,108	0,000	Signifikan
Mendahulukan kepentingan orang lain	0,475	0,225	0,000	Signifikan

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tawadhu dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri. Hasil yang diperoleh berdasarkan analisis data yang dilakukan adalah $r=0,429$ dan $p=0,000$. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara tawadhu dan kesejahteraan

psikologis pada mahasiswa santri. Artinya semakin tawadhu maka individu tersebut memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Penelitian terkait yang mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian dari Aghababaei, dkk (2015) yang meneliti tentang kerendah hatian dan struktur HEXACO dari segi religiusitas dan kesejahteraan. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa kerendah hatian seseorang berakar dari religiusitas. Secara konsisten kerendahan hati dan kesejahteraan psikologis berhubungan positif yang ditunjukkan bahwa manusia tidak memiliki hak untuk memanipulasi, mengeksploitasi orang lain serta tidak berhak untuk bergantung kepada sesuatu yang bersifat kebendaan. Nilai tersebut akan berpengaruh baik dalam mencapai hal-hal yang menyenangkan terhadap diri sendiri dan orang lain, sikap terhindar dari menyakiti diri maupun orang lain bahkan lebih baik untuk menjalani kehidupan penuh makna dan kehidupan yang religius.

Firman Allah dalam QS. Furqan: 63 menunjukkan bahwa rasa kasih sayang dalam menjalin hubungan dengan orang lain akan melahirkan rasa cinta, keharmonisan dan keserasian dalam menjalin hubungan dengan orang lain dengan lemah lembut. Al-Bugha, dkk (2012) menyatakan bahwa sikap lemah lembut dan mudah bergaul dengan semua orang akan merekatkan hubungan. Pernyataan tersebut senada dengan yang disampaikan Diener (2009) bahwa hubungan yang hangat akan berdampak positif terhadap kesejahteraan psikologis.

Hasil analisis tambahan menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan ($p=0,000$) antara tawadhu dan kesejahteraan psikologis ditinjau dari perbedaan jenis kelamin baik laki-laki maupun perempuan. Koefisien korelasi pada laki-laki

($r=0,517$) lebih besar daripada perempuan ($r=0,448$). Hal ini menunjukkan bahwa tawadhu memiliki hubungan yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis baik pada laki-laki maupun perempuan. Namun laki-laki memiliki hubungan tawadhu dan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi daripada perempuan. Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian Diener (Ryff, 1989) yang dilihat berdasarkan skor indeks kesejahteraan psikologis yang menekankan bahwa permasalahan perempuan lebih kompleks dari pada laki-laki. Selain itu perempuan juga memiliki kontrol internal dan moral yang lebih rendah sehingga tingkat depresi yang lebih tinggi. Sedangkan untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi seseorang terbebas dari depresi seperti yang dinyatakan oleh Ryff (1989) bahwa individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan menitikberatkan pada potensi-potensi positif serta kesehatan mental manusia berupa keterhindaran dari stress, depresi, kecemasan dan lain-lain yang mengarah pada pemenuhan kriteria fungsi psikologi.

Hasil penelitian dengan menggunakan analisis korelasi adalah kontribusi empat aspek tawadhu terhadap kesejahteraan psikologis. Keempat aspek tawadhu memberikan kontribusi yang berbeda terhadap kesejahteraan psikologis. Kontribusi terbesar diberikan oleh aspek mendahulukan kepentingan orang lain yaitu sebesar 17,2%. Mendahulukan kepentingan orang lain merupakan sikap mementingkan kepentingan orang lain di atas kepentingan pribadi sebagai bentuk penghargaan kita kepadanya dan tanggung jawab kita sebagai hamba yang memiliki tugas untuk berbuat kebaikan demi kemaslahatan umat manusia. Allah melalui ayatnya dalam Surah Muhammad: 7

“Hai orang-orang mukmin, jika kamu menolong (agama) Allah, niscaya Dia akan menolongmu dan meneguhkan kedudukanmu.

Mendahulukan kepentingan orang lain juga merupakan bentuk dari kepribadian muhsin yang berupa karakter *mu'tsir* (Mujib, 2006). Mendahulukan kepentingan orang lain yang kaitannya dengan mu'amalah, atau hubungannya dengan sesama manusia yang menunjukkan sikap kedermawanan manusia. Kedermawanan itulah yang menjadi puncak dari karakter *mu'tsir*. Firman Allah dalam QS. Al Hasyr: 9 yaitu :

“Dan orang-orang yang telah menempati Kota Madinah dan telah beriman (Anshar) sebelum kedatangan mereka (Muhajirin), mereka mencintai orang yang berhijrah kepada mereka. Dan mereka tiada menaruh keinginan dalam hati mereka terhadap apa-apa yang diberikan kepada mereka (orang Muhajirin) dan mereka mengutamakan (orang-orang Muhajirin), atas diri mereka sendiri. Sekalipun mereka memerlukan (apa yang mereka berikan itu). Dan siapa yang dipelihara dari kekikiran dirinya mereka itulah orang-orang yang beruntung.”

Ibn Qoyyim (Mujib, 2006) juga menyebutkan bahwa terdapat sepuluh jenis kerdermawanan: (1) dermawan dengan jiwa yaitu demi kepentingan orang lain, mau mengorbankan jiwanya dan merupakan bentuk kedermawanan tertinggi; (2) dermawan dengan kekuasaannya (*al-riyasa*) untuk melayani orang lain; (3) dermawan dengan kelonggaran dan kesejahteraan untuk kemashlahatan orang lain; (4) dermawan dengan ilmunya, sebagai bekal amal yang terus mengalir walaupun sudah meninggal melalui ilmu yang bermanfaat yang diajarkan ketika masih hidup; (5) dermawan dengan memanfaatkan jabatan untuk mesejahteraan orang lain; (6) dermawan dengan badan untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat; (7) dermawan dengan kehormatan diri; (8) dermawan dengan kesabaran dan menahan diri; (9) dermawan dengan akhlak; (10) dermawan dengan kerelaan apa yang dimiliki orang lain tanpa mencampurinya. Sikap tersebut juga

menunjukkan bahwa orang tersebut memiliki *healthy-mind* (jiwa yang sehat) yang dalam hal ini berupa kesejahteraan psikologis. James (Subandi, 2013) menyatakan bahwa orang *healthy-mind* dalam beragama akan mengembangkan keikhlasan dalam memberikan bantuan dan pertolongan kepada orang lain sehingga mereka akan cenderung banyak mengorbankan kepentingannya sendiri untuk orang lain dan agamanya.

Aspek berlaku lemah lembut memberikan kontribusi sebesar 16,9% terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa santri. Jika dilihat dari kategori *effect size* termasuk dalam *medium effect size* yang berarti bahwa aspek ini berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa santri. Berlaku lemah lembut merupakan salah satu kepribadian muhsin. Kepribadian muhsin adalah kepribadian yang dapat memperbaiki dan mempercantik individu dalam kaitannya dengan hubungan dengan diri sendiri, sesama, alam semesta dan mencari ridha Allah (Mujib, 2006). Hubungan yang baik inilah yang menjadi prinsip dasar dari kesejahteraan psikologis (Elliot, 2010). Rasulullah *Shallallahu'alaihi wa sallam* dalam sabdanya menyatakan bahwa kelemahan lembut akan berdampak pada kebaikan atas segala sesuatu. Kebaikan yang mencakup banyak aspek kehidupan baik secara lahir maupun batin. Hadits tersebut diriwayatkan oleh Imam Muslim no: 2594 (Baqi, 2010) yaitu :

Dari Aisyah, istri Nabi Shallallahu'alaihi wa sallam, dari Nabi bersabda: "Sesungguhnya kelembutan bila terdapat pada sesuatu akan menjadikan indah, dan sebaliknya jika kelembutan tidak ada pada sesuatu. Maka akan menjadikannya buruk."

Aspek merasa tidak lebih baik dari orang lain memberikan kontribusi sebesar 14,3%. Nilai tersebut dalam kategori *medium effect size* yang berarti bahwa aspek

ini berpengaruh sedang terhadap kesejahteraan psikologis. Aspek ini berarti tunduk, mau menerima kebenaran dan nasihat dari siapapun (Mishri dalam Nasharuddin, 2015) sehingga terhindar dari sifat sombong karena “*takabbur itu menolak kebenaran dan melecehkan orang lain*” (HR. Muslim dalam Al Huft, 1987). Selain itu sombong juga termasuk dalam gangguan kepribadian (Mujib, 2006) karena termasuk dalam perilaku menyimpang (*ikhtiraf*) dari fitrah asli yang murni, bersih dan suci yang ditetapkan oleh Allah SWT. Menurut pandangan teologis, orang yang sombong memiliki sikap tertutup (Subandi, 2013). Artinya, mereka melihat bahwa hanya pandangan keberagaman diri dan kelompoknya saja yang paling benar dan cenderung akan menyalahkan orang lain yang memiliki pandangan yang berbeda dari dirinya. Akibatnya mereka memandang diri lebih eksklusif sehingga tidak mau bergaul dengan orang yang memiliki faham berbeda. James (Subandi, 2013) memandang orang yang memiliki sikap tersebut sebagai *the sick soul* (jiwa yang sakit). Sedangkan kesejahteraan psikologis merupakan wujud dari kesehatan mental dan pribadi yang sehat pula, artinya terhindar dari gangguan kepribadian. Hal serupa juga dinyatakan oleh Scherwitz & Canick (Elliot, 2010) bahwa kesehatan mental seseorang tidak akan tercapai jika seorang individu terlalu berlebihan dalam fokus pada dirinya sendiri sehingga hal-hal lain yang berkaitan dengan orang lain seakan-akan terlupakan.

Aspek kesetaraan memiliki kontribusi sebesar 11,9% terhadap kesejahteraan psikologis. Jika ditinjau pada kategori *effect size*, angka tersebut menunjukkan *medium effect size*. Artinya aspek kesetaraan pada tawadhu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri. Dalam

berhubungan dengan orang lain, orang dengan *healthy-mind* bersikap terbuka (James dalam Subandi, 2013). Sikap keterbukaan tersebut didasari karena adanya sikap setara dengan orang lain sehingga orientasinya adalah ke luar, yang dapat menerima pandangan pemikiran yang beragam dari orang lain (Subandi, 2013). Aspek kesetaraan menunjukkan bahwa manusia pada hakikatnya adalah sama, memiliki hak yang sama, sehingga tidak boleh ada diskriminasi dalam semua aspek kehidupan. Allah melalui ayat Hujurat: 13 telah menunjukkan bahwa semua manusia memiliki derajat yang sama yang membedakan adalah tingkat ketaqwaannya. Arti dari ayat tersebut adalah,

“Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling taqwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.”

Temuan lainnya adalah adanya perbedaan kontribusi aspek tawadhu terhadap kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin. Jenis kelamin laki-laki banyak dipengaruhi oleh aspek berlaku lemah lembut sebesar 19% dan tidak merasa lebih baik dari orang lain sebesar 16,8%. Artinya dalam menjalin hubungan dengan orang lain, laki-laki menyertakan sikap lemah lembut namun tetap menunjukkan ketegasannya. Perilaku lemah lembut tersebut digambarkan pada sebuah hadits:

Bahwa suatu ketika Rasulullah sedang duduk-duduk bersama pada sahabat di masjid. Tiba-tiba muncul seorang Arab Badui masuk ke dalam masjid, kemudian kencing di dalamnya. Dengan serta merta, bangkitlah para sahabat yang ada di dalam masjid, menghampiri seraya menghardik dengan suara keras. Namun Rasulullah melarang mereka untuk menghardiknya dan memerintahkan untuk membiarkannya hingga si Badui menyelesaikan hajatnya. Kemudian beliau meminta untuk diambilkan setimba air untuk dituangkan pada air kencing tersebut. Beliau kemudian memanggil Arab Badui tersebut dalam keadaan tidak marah maupun mencela (HR. Bukhari dalam Imron, 2012)

Hadits tersebut menggambarkan sikap bijak dan ketegasan Rasulullah sebagai kaum laki-laki namun penyampaiannya dengan lemah lembut agar tidak menyinggung orang lain. Meskipun stereotipe masyarakat yang menyatakan bahwa laki-laki cenderung agresif, lebih dominan dari wanita, independen dan sifat maskulin lainnya namun pada sisi lain ternyata laki-laki justru lebih lemah lembut daripada wanita. Dari perpektif agama, laki-laki memiliki tanggung besar di dunia maupun di akhirat yaitu menjaga diri dan keluarganya dari siksa api neraka, sehingga tidak boleh membiarkan perempuan baik istri dan anak-anaknya dalam keadaan melampaui batas namun dengan memberikan nasihat dan sikap lemah lembut terhadap mereka. Anjuran tersebut bertujuan untuk menyenangkan jiwa dan menyatukan hati, yang pada dasarnya laki-laki tidak bisa terlepas dari perempuan (Al Ashqalani, 2008). Hal tersebut digambarkan dalam sebuah hadits :

“... berwasiatlah kepada wanita dengan nasihat yang baik, sesungguhnya mereka diciptakan dari tulang rusuk dan tulang yang paling bengkok pada rusuk adalah bagian atasnya, jika engkau berusaha meluruskannya dengan keras, niscaya engkau akan mematahkannya, dan jika engkau meninggalkannya niscaya ia akan tetap bengkok, maka berwasiatlah kepada wanita dengan nasihat yang baik.” HR. Bukhari No: 5186 (Al Ashqalani, 2008).

Perempuan memiliki kontribusi terbesar pada aspek mendahulukan kepentingan orang lain (22,5%) dan berlaku lemah lembut (13,6%). Hasil penelitian tersebut didukung oleh Whitbourne dan Powers (Wells, 2010) menyatakan bahwa perempuan lebih mendominasi dalam keterlibatan terhadap sistem sosial sehingga intensitas interaksi terhadap orang lain di lingkungan sosialnya lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki yang banyak berinteraksi di lingkungan pekerjaannya. Taylor, Peplau dan Sears (2009) menambahkan bahwa wanita memiliki perasaan lebih peka terhadap orang lain, dan bersifat penuh pengorbanan.

Hal ini membuat perempuan lebih mendahulukan kepentingan orang lain di atas kepentingan pribadi. Aspek lemah lembut pada laki-laki dan perempuan memiliki kontribusi yang besar terhadap kesejahteraan psikologis, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya manusia itu memiliki sifat dasar yang lemah lembut.

Aspek merasa dirinya tidak lebih baik dari orang lain memiliki kontribusi sebesar 12,7% terhadap kesejahteraan psikologis. Sikap mau menerima kebenaran dan nasihat (Mishri dalam Nasharuddin, 2015) dari siapapun baik kaya maupun miskin, kalangan terhormat maupun rakyat jelata, orang kuat maupun lemah, musuh maupun teman (Khalid, 2006). Kebenaran dapat berupa ilmu pengetahuan, ide-ide baru dari orang lain, informasi yang dianggap kontradiktif serta mau belajar dari orang lain di tatanan masyarakat dan saran (Elliot, 2010). Hal tersebut menunjukkan tingkat kepercayaan kita terhadap luasnya ilmu Allah yang termaktub dalam Al Qur'an Surah Al Luqman : 27

“dan seandainya pohon-pohon di bumi menjadi pena dan laut (menjadi tinta), ditambahkan kepadanya tujuh laut (lagi) sesudah (kering)nya, niscaya tidak akan habis-habisnya (dituliskan) kalimat Allah. Sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha bijaksana”

Kelemahan dalam penelitian ini adalah peneliti tidak dapat mengontrol berbagai faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, terutama pada religiusitas responden yang dilihat dari pengalaman responden mempelajari agama yaitu dengan melihat lamanya tinggal di pondok pesantren. Oleh karenanya dalam penelitian selanjutnya perlu memperhatikan metode penelitian dan pemilihan responden dengan lebih baik. Selain itu, dalam penelitian ini terdapat dua hadits yaitu hadits dari sanad Abu Thahir bn Ibrahim bin Ali bin ‘Abdillah Al Farisi, saya

Abu Dzar Muhammad bin Ibrahim Ash Shohabiy, saya Abu Muhammad ‘Abdullah bin Muhammad bin Ja’fari bin Hayyana Al Ma’ruf bi abi al Syaikh, saya Muhammad bin Bakar, saya Abu Ma’syar, dari Sa’id Ya’ni Al Maqburi, dari Aisyah. Pada hadits tersebut terdapat sanad yang tidak bersambung sampai Rasulullah, sehingga peneliti selanjutnya perlu meneliti kembali hadits tersebut jika akan menggunakannya. Penulis menggunakan hadits tersebut sebagai dasar pembuatan aitem pernyataan dalam skala tawadhu pada aitem nomor 11, 12, 13, 14, 15 sehinggaperlu menjadi pertimbangan kembali jika ingin menggunakan alat ukur tersebut sebagai alat ukur tawadhu untuk penelitian selanjutnya. Oleh karena itu untuk penelitian selanjutnya harus lebih teliti mengecek keshahihah hadits yang akan digunakan sebagai dasar pembuatan aitem maupun sebagai dasar teori.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka disimpulkan bahwa tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis dapat dijelaskan secara signifikan oleh tawadhu. Hasil analisis menjelaskan jika semakin tinggi tawadhu semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis pada mahasiswa santri. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis menunjukkan bagaimana sikap tawadhu terhadap berbagai situasi yang tidak menyenangkan. Hal tersebut didukung oleh korelasi yang signifikan dari aspek-aspek tawadhu terhadap kesejahteraan psikologis.

B. Saran

1. Saran bagi mahasiswa santri

Berdasarkan hasil analisis yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa sikap tawadhu memiliki kontribusi sebesar 24,2% terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa santri. Hal tersebut menjadi cerminan teman-teman mahasiswa santri yang lain untuk meningkatkan karakter tawadhu atau rendah hati karena tidak ada ruginya untuk selalu berbuat baik dan memperbaiki akhlak. Akhlak sebagai buah dari ilmu yang didapatkan dan bekal untuk menjalin hubungan dengan lingkup yang lebih luas. Mahasiswa, suatu gelar yang dipandang agung dikalangan masyarakat dengan berbagai ilmu yang telah didapatkan di bangku kuliah yang telah tunggu kontribusinya

di masyarakat. Bekal akhlak yang baik tidak hanya berimbas baik kepada masyarakat nantinya namun juga kepada kesehatan mental terutama kesejahteraan psikologis diri.

2. Saran bagi peneliti selanjutnya.

Bagi peneliti selanjutnya yang akan mengembangkan topik yang sama ataupun yang berhubungan dengan topik tawadhu maupun kesejahteraan psikologis, dapat mengkaitkan dengan konsep-konsep agama yang lain. Hal tersebut usaha kita sebagai mahasiswa muslim untuk memperkenalkan konsep-konsep agama yang sangat erat dengan konsep psikologi barat. Usaha tersebut bertujuan untuk mengangkat kembali ilmu pengetahuan Islam yang dulu pernah berjaya pada masanya serta mengubah pandangan para penuntut ilmu bahwa ilmu pengetahuan ilmu tidak terlepas dari konsep agama atau sekuler. Selain itu, peneliti selanjutnya harus sangat teliti dalam menggunakan hadits sebagai dasar penelitian selanjutnya dan mengetahui kejelasan kualitas hadits tersebut. Peneliti selanjutnya harus mempertimbangkan kembali ketika akan menggunakan skala tawadhu yang dibuat oleh penulis pada nomor aitem 11, 12, 13, 14, 15 karena penulis belum menemukan referensi dari kualitas hadits tersebut. Sehingga, diharapkan peneliti selanjutnya meneliti kembali kualitas hadits tersebut jika akan mencantumkannya dalam penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ad- Dimasyqi, I. N. (2008). *Mutiara ilmu atsar: Kitab klasifikasi hadis, permata salaf yang terpendam (833 H/ 1429)*. Jakarta: Akbar.
- Aghababei, N., Agata, B., Akram, A., Masoud, C., Mustafa, T., dan Alireza, F. M. (2015). *Honesty-humility and the HEXACO structure of religiosity and well-being*. New York: Springer Science. Diunduh dari <https://www.researchgate.net/file.PostFileLoader.html?id=55f770005f7f7101ca8b4569&assetKey=AS%3A273753900843015%401442279424360> pada 11 Februari 2018.
- Al Albani, M. A. (2013). *Shahih Sunan At-Tirmidzi: Jilid 3*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Al Ashqalani. I. B. (2008). *Fathul Baari: Penjelasan kitab shahih Al Bukhari*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Al Bugha, M. D., dkk. (2012). *Syarah riyadhush sholihin: Imam An-Nawawi*. Jakarta: Gema Insani.
- Al Hasyimi, M. A. (2012). *Jati diri wanita muslimah*. Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar.
- Al Huft, A. M. (1978). *Akhlaq Nabi Muhammad SAW (keluhuran dan kemuliaannya)*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Amawidyati, S. A. G., & Utami. M. S. (2010). Religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada korban gempa. *Jurnal Psikologi*, 34 (2), 164-176. Diunduh dari <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:UgMy9xoUNmsJ:https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7095/5547+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id> pada 26 Oktober 2016)
- Anggraeni, R. D. (2011). Hubungan antara religiusitas dan stres dengan *psychological well being* pada remaja pondok pesantren. *Jurnal Psikologi: Teori & Terapan*, 2(1), 29-45. Diunduh dari <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jppt/article/viewFile/1853/125> pada 13 Februari 2018.
- Anggraeni, T.P., & Jannah, M. S. (2014). Hubungan antara kesejahteraan psikologis dan kepribadian *hardiness* dengan *stress* pada petugas *port security*. *Character* 3(1). Diunduh dari <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:Za1M6MDT5Z8J:>

jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/article/14329/17/article.pdf+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id pada 26 Oktober 2016.

Astin, A. W., & Antonio, A. L. (2012). *Assessment for excellent: The philosophy and practice of assessment and evaluation in higher education*. America: Rowman & Littlefield Publisher, Inc. Diakses dari [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=jEsRVTbukyMC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Astin,+A.W.+\(1993\).+Assessment+for+excellence:+The+philosophy+and+practice+of+assessment+and+evaluation+in+higher+education.&ots=DKS6TOG4Zk&sig=osDlsoyAixoJk6AtO3iUkYhIsLA&redir_esc=y#v=onepage&q=teaching%20practice&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=jEsRVTbukyMC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Astin,+A.W.+(1993).+Assessment+for+excellence:+The+philosophy+and+practice+of+assessment+and+evaluation+in+higher+education.&ots=DKS6TOG4Zk&sig=osDlsoyAixoJk6AtO3iUkYhIsLA&redir_esc=y#v=onepage&q=teaching%20practice&f=false) pada 12 Maret 2018.

Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Baqi, M. F. A. (2010). *Shahih Muslim*. Jakarta : Pustaka As-Sunnah.

Bilson, S. (2005). *Analisis Multivariat Pemasaran*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Bordbar, F.T., Malihe, N., Fatane, Y., & Ahmad, A. (2011). Comparing the psychological well-being level of the student of Shiraz Payame Noor University in view of demographic and academic performance variables. *Procedia, Social and Behavioral Science* 29, 663-669. Diunduh dari https://ac.els-cdn.com/S1877042811027510/1-s2.0-S1877042811027510-main.pdf?_tid=66de4aa7-cea4-4480-a5c1-2748f97baf19&acdnat=1520586531_39841a86117145002829aa91f2449631 pada 27 Oktober 2016.

Chow, P. S., dan Hawadi, L. F. (2012). Adjustment problems dan psychological well-being pada siswa akseleran: Studi korelasional pada SMPN 19 Jakarta dan SMP Labschool Kebayoran Baru. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 68-80. Diunduh dari <http://jurnal.umk.ac.id/index.php/PSI/article/download/37/36> pada 14 Maret 2018.

Depkes RI. (2009). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Republik Indonesia. Diunduh dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2009.pdf> pada 15 April 2017

Diener, R. (2009). *New measures of well-being*. London New York: Springer. Diunduh dari <http://booksee.org/book/1110278> pada 02 November 2016.

Dienrendonck, D. V., Dario, D., Raquel, R. C., Amalio, B., & Bernardo, M. J. (2007). Ryff's six factors model of psychological well-being, a Spanish exploration. *Soc Indic Res*, 87, 473-479. Diunduh dari

<https://www.springerprofessional.de/en/ryff-s-six-factor-model-of-psychological-well-being-a-spanish-ex/5751030> pada 12 Januari 2017.

Elliott, J. C. (2010). Humility: Development and analysis of a scale. *A dissertation*. Diunduh dari http://trace.tennessee.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1887&context=utk_graddiss pada 15 Oktober 2016.

Hawwa, S. (2006). *Tazkiyatun Nafs: Intisari Ihya Ulumuddin*. Jakarta Selatan : Pena Pundi Aksara.

Ilyas, Y. (2001). *Kuliah akhlak*. Yogyakarta : Lembaga Pengkajian dan Pengamalan Islam (LPPI)

Imron, A. (2012). Re-interpretasi hadits Tarbawi tentang kebolehan memukul anak didik. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1 (2), 141-157.

Khalid, A. (2006). *Semulia Akhlak Nabi Shollallahu 'Alaihi Wa Sallam*. Solo: Aqwam.

Khon, M. A. (2011). *Ulumul Hadits*. Jakarta: Amzah.

Kim Pierto, C., Ed Diener., Maya, T., Christie, S., & Marissa, D. (2005). Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 6, 261-300. Diunduh dari http://ink.library.smu.edu.sg/cgi/viewcontent.cgi?article=1921&context=sos_s_research pada 12 Januari 2017.

Klar, M., & Klasser, T. (2009). Some Benefits of Being an Activist: Measuring Activism and Role in Psychological Well-Being. *Political Psychology*, 30(5). Diunduh dari <https://xa.yimg.com/kq/groups/20066774/509269522/name/Activism.pdf+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id> pada 12 Januari 2017.

Macan, T. H., dan Shahani, C. (1990). College students' time management: Correlations with academic performance and stress. *Journal of Educational Psychology*, 82(4), 760-768. Diunduh dari https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:qGfeRxza8OwJ:https://www.mindmeister.com/generic_files/get_file/473523%3Ffiletype%3Dattachment_file+&cd=2&hl=id&ct=clnk&gl=id pada 12 Maret 2018.

Martono, N. (2016). *Metode penelitian kuantitatif: Analisis isi dan analisis data sekunder*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.

Mirowsky, J., dan Ross, C. E. (2010). *A handbook for the study of mental health*. New York: Cambridge University Press. Diunduh dari

- <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.466.9749&rep=rep1&type=pdf> pada 12 Februari 2018.
- Mujib, A. (2006). *Kepribadian dalam psikologi Islam*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Nasharuddin. (2015). *Akhlaq: Ciri manusia paripurna*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Nurgiantoro, B. (2017). *Statistik terapan untuk penelitian ilmu-ilmu sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Ramadhan, Y. A. (2012). Kesejahteraan psikologis pada remaja santri penghafal Al Qur'an. *Psikologika*, 17 (1), 27-38. Diunduh dari <https://media.neliti.com/media/publications/89009-ID-kesejahteraan-psikologis-pada-remaja-san.pdf> pada 13 Januari 2017.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials : A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Psychology*, 52, 141-166. Diunduh dari <http://psych415.class.uic.edu/Readings/Ryan,%20Happiness%20-%20well%20being,%20AnnRevPsy,%202001.pdf> pada 1 Maret 2017.
- Ryan, R. M., Huta, V., dan Deci, E. L. (2008). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness studies*, 9, 139-170. Diunduh dari https://www.researchgate.net/publication/23545617_Living_well_A_self-determination_theory_perspective_on_eudaimonia pada 22 Februari 2018.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. Diunduh dari <http://midus.wisc.edu/findings/pdfs/830.pdf> pada 02 Maret 2017.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it?: Explorations on the meaning of psychological well being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069-1081. <https://sci-hub.tw/https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-005-7226-8> diunduh pada 26 Oktober 2016.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies* 9, 13-39. Diunduh dari <http://aging.wisc.edu/pdfs/1808.pdf> pada 10 Maret 2017.

- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja, edisi keenam*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development: Perkembangan masa-hidup*. Yogyakarta : Erlangga.
- Saputri, S. A., Hardjono., & Nugraha, A. K. (2013). Hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada santri kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 2 (3) : 22-31. Diunduh dari <http://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/candrajiwa/article/viewFile/58/48> pada 15 Januari 2017.
- Shihab, Q. (2009). *Tafsir Al-Mishbah*. Jakarta: Lentera Hati.
- Subandi. (2013). *Psikologi agama dan kesehatan mental*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tagney, J. P. (2000). Humility: Theoretical perspectives, empirical finding and directions for future research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1). 70-82. Diunduh dari <http://psycnet.apa.org/record/2000-15337-006> pada 13 Februari 2018.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial*. Jakarta: Kencana.
- Triwahyuningsih, Y. (2017). Kajian meta-analisis hubungan antara *self esteem* dan kesejahteraan psikologis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 26-35. Diunduh dari <https://journal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/9382> pada 27 Februari 2017
- Waithaka, A. G., & Gough, D. M. (2017). The Influence of Religion on Stress and Coping of College Students. *International Journal of Novel Research in Education and Learning*, 4 (1), 27-40. Diunduh dari www.noveltyjournals.com/download.php%3Ffile%3DThe%2520Influence%2520of%2520Religion%2520on%2520Stress-912.pdf%26act%3Dbook+%&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id pada 17 Februari 2017.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678-691. Diunduh dari <http://psycnet.apa.org/record/1993-25585-001> pada 15 Februari 2018.
- Wells, E. I. (2010). *Psychological well-being*. New York: Nova Science Publishers. Diunduh dari <http://booksee.org/book/1152921> pada 25 Juli 2016.

LAMPIRAN 1
SKALA TRY OUT

Lampiran 1**PENGANTAR**

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokaatuh

Perkenalkan, saya Ulfatul Munawaroh yang merupakan mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia. Saya ingin melakukan survey terkait dengan kondisi psikologis mahasiswa yang juga menyantri serta tinggal di Pondok Pesantren. Oleh karena itu, penulis memohon kesediaan serta keikhlasan Saudara/i untuk mengisi skala ini.

Skala ini terdiri dari 3 skala yang masing-masing mengukur aspek psikologis. Informasi yang Saudara/i berikan sangat berharga serta bermanfaat bagi proses penelitian penulis dan diharapkan nantinya berguna bagi kepentingan yang lebih luas.

Sebelum Saudara/i menjawab, akan ada pernyataan kesediaan menjadi partisipan dalam penelitian ini berupa informasi personal yang harus diisi. Kemudian, diharapkan Anda membaca dengan teliti, sehingga memahami setiap pernyataan yang tersedia. Usahakan untuk mengisi semua pernyataan yang ada dan tidak ada nomor yang terlewati. Semua jawaban yang Anda berikan bersifat benar karena merupakan gambaran dari pribadi Saudara/i. Tidak ada jawaban yang salah dalam skala ini selama pilihan yang Saudara/i berikan adalah pilihan yang paling menggambarkan diri saudara/i. Sehingga, saudara/i tidak perlu ragu untuk menjawab semua pertanyaan dengan jujur dan terbuka, sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Kerahasiaan jawaban dan identitas saudara/i dijunjung tinggi dan dijamin sepenuhnya oleh etika akademik penelitian.

Semoga melalui bantuan dan partisipasi saudara/i, menjadi jalan mencapai kebahagiaan yang hakiki. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan kasih sayang-Nya kepada saudara/i semua, serta diberikan balasan yang lebih baik dari Allah SWT. Teriring doa *jazakummullahu ahsanal jazaa', jazaan katsira. Aamiin.*

Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokaatuh

Hormat kami,

Ulfatul Munawaroh

Dr. Hepi Wahyuningsing, S.Psi., M.Psi.

IDENTITAS DIRI

- a. Nama :
(dapat menggunakan inisial)
- b. Jenis Kelamin :
- c. Usia :
- d. Anak ke : dari..... bersaudara
- e. Pendidikan yang sedang ditempuh :
- f. Angkatan kuliah :
- g. Lama menjadi santri (nyantri) :
- h. Uang saku per bulan :

Dengan ini, saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dan menjawab semua pertanyaan penelitian sesuai dengan keadaan saya yang sejujurnya.

Yogyakarta, 2017

(_____)
Responden

SKALA TRYOUT

Skala A

Petunjuk Pengerjaan Kuisisioner Bagian A, B, dan C

Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pertanyaan yang diajukan. Silanglah :

STS : Jika Saya SANGAT TIDAK SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

TS : Jika Saya TIDAK SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

S : Jika Saya SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

SS : Jika Saya SANGAT SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut.

No	Pernyataan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
1	Saya mengarahkan kehidupan saya kepada kehidupan yang bertujuan dan penuh makna	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
2	Saya memiliki hubungan sosial yang sangat mendukung dan bermanfaat bagi saya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
3	Saya terlibat dan memberikan perhatian penuh dalam setiap kegiatan harian yang saya lakukan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
4	Saya terlibat penuh dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk kebahagiaan dan kesejahteraan orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)

5	Saya mampu menyelesaikan kegiatan penting bagi kehidupan saya dengan baik dan efektif	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
6	Saya merupakan orang yang berhasil dan memiliki kehidupan yang sangat menyenangkan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
7	Saya berharap dan percaya dengan segala sesuatu yang menyenangkan akan terjadi di kehidupan saya di masa yang akan datang	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
8	Saya merasa orang-orang di sekeliling saya peduli dengan saya serta memperlakukan saya dengan baik pula.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)

Skala B

Pilihlah jawaban yang paling menggambarkan atau mewakili diri Anda dalam kehidupan sehari-hari untuk setiap pertanyaan berikut. Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pertanyaan yang diajukan.

Silanglah :

STS : Jika Saya SANGAT TIDAK SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

TS : Jika Saya TIDAK SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

S : Jika Saya SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

SS : Jika Saya SANGAT SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut.

No	Pernyataan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
1	Saya berlaku lemah lembut ketika bertemu dengan orang lain yang saya kenal maupun tidak saya kenal.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
2	Saya selalu merasa bahwa dalam hidup ini tidak ada yang perlu dibanggakan karena semua milik Allah.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
3	Saya sangat menghargai seseorang yang memiliki ilmu yang lebih tinggi dari saya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
4	Ketika saya bersama dengan orang muslim yang lain saya merasa masih banyak hal yang perlu saya perbaiki dari keimanan saya kepada Allah.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)

5	Saya menerima dengan lapang dada segala bentuk masukan yang diberikan oleh setiap orang muslim yang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
6	Saya percaya bahwa ilmu Allah disampaikan melalui perantara siapa saja	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
7	Saya menghargai dan menghormati orang lain semata-mata untuk mengharapkan Ridho Allah	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
8	Segala sesuatu yang saya lakukan sebagai wujud tunduk saya kepada Allah atas nikmat yang telah diberikan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
9	Ketika ada seseorang yang membutuhkan bantuan saya, saya akan menolongnya tanpa memandang latar belakangnya.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
10	Saya membantu urusan orang lain hingga selesai sekalipun kedudukannya lebih rendah dari saya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
11	Saya memandang, semua manusia hakikatnya adalah sama	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
12	Saya juga bergaul dengan orang yang kedudukannya jauh lebih rendah dari saya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
13	Saya makan makanan yang sederhana sebagaimana makannya seorang budak dan tidak menuntut makanan mewah sekalipun saya mampu untuk mendapatkannya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
14	Bagi saya tidak ada masalah ketika duduk bersama dengan orang yang lebih rendah kedudukannya daripada saya.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)

15	Saya menganggap bahwa jabatan bukan satu-satunya cara untuk mencapai kemuliaan di hadapan Allah	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
16	Saya tidak akan memanfaatkan kedudukan yang saya miliki untuk hal-hal yang dapat merugikan orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
17	Saya rela mengorbankan kepentingan pribadi saya demi kepentingan orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
18	Saya bersedia melakukan pekerjaan sendiri meskipun sebenarnya pekerjaan tersebut bisa dilakukan oleh orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
19	Saya melakukan segala sesuatu secara mandiri	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
20	Saya menganggap gelar atau jabatan bukanlah suatu hal yang perlu untuk dibanggakan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
21	Saya tidak suka diperlakukan secara istimewa oleh orang lain karena semua orang itu sama	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
22	Ketika orang lain melakukan kesalahan di depan umum saya akan berusaha untuk tidak menghakiminya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
23	Saya merasa bahwa saya adalah orang yang paling sempurna dalam segala hal dibandingkan dengan orang lain	Sangat Tidak Sesuai (4)	Tidak Sesuai (3)	Sesuai(2)	Sangat Sesuai (1)
24	Saya menjaga setiap tutur kata yang saya ucapkan agar tidak menyakiti perasaan orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)

25	Ketika ada orang jahil yang mengganggu, saya akan membalas dengan kalimat yang baik (kalimat <i>thoyyibah</i>)	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
26	Saya berusaha untuk tidak merendahkan orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)

LAMPIRAN 2
TABULASI DATA TRY OUT

Lampiran 2a :

Tabulasi Data Try Out Skala *Psychological Well Being*

Subjek	PWB1	PWB2	PWB3	PWB4	PWB5	PWB6	PWB7	PWB8	S. Total
1	4	4	3	2	3	2	3	4	25
2	3	3	3	3	4	4	4	3	27
3	3	3	3	3	3	3	4	4	26
4	3	3	3	2	2	2	3	3	21
5	3	3	2	2	2	2	3	3	20
6	3	3	3	3	3	3	3	4	25
7	3	3	3	3	3	3	4	3	25
8	2	3	2	3	3	3	3	3	22
9	3	3	3	3	2	2	2	2	20
10	4	3	3	2	3	3	4	2	24
11	3	3	2	2	2	2	3	4	21
12	4	3	3	3	3	3	4	3	26
13	4	4	4	3	4	3	3	4	29
14	4	4	4	4	3	3	3	4	29
15	4	4	3	3	3	3	4	3	27
16	4	3	3	3	3	3	3	3	25
17	4	3	3	3	4	3	4	3	27
18	3	3	3	3	2	3	4	3	24
19	3	3	4	3	2	3	3	3	24
20	4	4	3	3	3	3	4	4	28
21	3	3	3	2	3	3	3	3	23
22	3	3	3	3	2	2	4	3	23
23	3	2	3	3	2	3	4	3	23
24	4	3	3	3	3	3	4	3	26
25	4	3	2	3	2	2	4	3	23
26	4	3	3	3	3	2	3	2	23
27	3	3	3	2	3	4	4	4	26
28	3	4	3	3	3	3	4	4	27
29	3	3	3	2	2	3	4	4	24
30	3	3	3	3	3	3	3	3	24
31	3	3	3	2	2	2	3	4	22
32	3	3	3	3	3	3	4	2	24
33	3	3	3	3	2	3	4	3	24
34	3	3	3	2	3	2	4	3	23
35	3	3	4	3	3	3	4	3	26
36	4	4	4	2	3	3	4	3	27
37	4	3	3	3	2	2	4	3	24

Subjek	PWB1	PWB2	PWB3	PWB4	PWB5	PWB6	PWB7	PWB8	S. Total
38	3	3	3	2	3	3	4	4	25
39	3	2	2	3	3	4	4	4	25
40	4	4	3	3	3	3	4	4	28
41	4	4	3	3	3	2	4	3	26
42	3	3	2	3	2	2	4	3	22
43	3	3	3	3	3	3	4	3	25
44	3	3	3	3	3	3	3	3	24
45	3	3	3	2	2	2	3	3	21
46	3	3	3	3	3	3	3	3	24
47	4	4	3	3	3	3	3	4	27
48	4	3	3	3	3	3	3	3	25
49	3	3	3	4	3	3	4	4	26
50	4	4	4	3	3	3	4	3	28
51	4	3	4	3	3	3	4	4	28
52	4	3	3	2	3	3	4	3	25
53	3	3	2	2	2	2	3	3	20
54	4	3	4	3	4	3	4	3	28
55	3	3	2	2	3	2	3	3	21
56	4	3	3	3	3	3	4	3	26
57	4	4	3	3	3	4	4	4	29
58	3	3	2	2	3	3	4	3	23
59	4	4	3	3	2	2	4	3	25
60	3	3	3	2	3	3	3	3	23
61	3	4	2	2	3	3	3	4	24
62	4	4	4	3	3	3	4	3	28
63	4	3	4	3	3	3	4	3	27
64	3	3	3	2	3	3	3	3	23
65	3	3	3	3	3	3	4	3	25
66	3	2	2	3	3	3	2	2	21
67	4	4	4	3	3	3	4	4	29
68	3	3	2	3	3	2	3	3	22
69	3	3	3	2	3	2	3	3	22
70	4	3	4	4	4	4	4	3	30
71	3	3	3	3	3	3	3	2	23
72	4	3	3	2	3	2	3	2	22
73	4	4	3	3	3	3	3	4	27
74	4	4	3	3	3	3	4	4	28
75	4	4	4	3	3	3	4	3	28
76	3	2	3	3	3	3	3	3	23
77	3	3	2	2	2	2	4	4	22

Subjek	PWB1	PWB2	PWB3	PWB4	PWB5	PWB6	PWB7	PWB8	S. Total
118	4	4	3	3	3	3	4	3	27
119	3	3	3	2	3	2	3	3	22
120	3	4	4	3	3	3	4	4	28
121	4	4	3	4	3	3	4	4	29
122	4	3	3	3	2	2	4	2	23
123	3	3	3	3	4	3	4	3	26
124	3	3	3	2	3	3	4	4	25
125	4	3	4	4	3	3	4	4	29
126	4	3	3	3	3	3	3	3	25
127	4	3	3	3	3	3	4	4	27
128	3	2	3	2	3	2	4	3	22
129	4	3	3	3	3	4	4	3	27
130	4	3	3	2	2	2	3	4	23
131	3	4	3	3	4	3	4	3	27
132	4	4	3	4	3	2	3	3	26
133	3	3	2	2	3	2	4	3	22
134	3	3	3	4	3	3	4	4	27
135	3	3	2	3	3	2	4	3	23
136	2	3	2	2	3	2	3	3	20
137	4	4	4	4	3	3	4	2	28
138	3	2	3	3	2	2	3	2	20
139	3	3	3	2	2	3	4	4	24
140	3	3	3	2	2	3	4	4	24
141	3	3	3	3	2	2	4	3	23
142	3	2	2	2	2	2	4	3	20

Lampiran 2b :
Tabulasi Data Try Out Skala Tawadhu

S	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	T20	T21	T22	T23	T24	T25	T26	s.Total	
1	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	2	3	4	2	3	4	84	
2	4	4	4	4	3	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	95	
3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	86	
4	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	2	3	73	
5	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	69	
6	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	83	
7	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	80	
8	1	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	1	3	84	
9	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	1	3	4	4	4	3	2	1	4	4	3	4	3	3	4	85	
10	3	3	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	84	
11	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	88	
12	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	99
13	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	100
14	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	91	
15	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	4	4	1	4	91	
16	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	86	
17	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	90	
18	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	78	
19	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	77	
20	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	92	
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	77	
22	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	1	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	87	

S	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	T20	T21	T22	T23	T24	T25	T26	S.Total	
23	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	92	
24	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	89	
25	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	77	
26	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	2	4	91
27	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	82
28	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	75
29	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	67
30	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	73	
31	2	3	4	4	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	79	
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	75
33	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	98
34	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	4	90	
35	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	82	
36	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	3	2	3	4	4	3	4	89	
37	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	2	4	4	4	94	
38	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	86	
39	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	3	2	2	1	4	3	1	2	4	83	
40	4	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	83	
41	2	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	86	
42	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	92	
43	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	83	
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	90	
45	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	77	
46	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	4	73	

S	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	T20	T21	T22	T23	T24	T25	T26	S.Total
71	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	4	3	2	3	78
72	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78
74	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	96
75	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	90
76	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	79
77	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	83
78	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	77
79	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	90
80	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	2	4	96
81	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	102
82	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	99
83	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	72
84	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	88
85	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	4	3	2	3	3	2	4	80
86	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	75
87	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	90
88	2	2	3	3	2	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	68
89	2	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	1	3	3	2	2	2	2	4	3	4	4	4	2	4	78
90	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	3	4	1	1	2	3	3	2	4	3	2	4	83
91	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	4	2	2	2	3	4	3	4	3	2	4	77
92	3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	82
93	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	77
94	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	2	2	2	2	4	4	2	3	83

S	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	T20	T21	T22	T23	T24	T25	T26	S.Total	
95	2	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	77	
96	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	81
97	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	2	4	3	4	4	3	2	3	89	
98	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	88	
99	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	94	
100	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	84	
101	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	73	
102	2	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	2	2	4	3	2	3	77	
103	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	81	
104	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	84	
105	3	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	96	
106	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	73	
107	1	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	3	80	
108	2	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	78	
109	2	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	1	2	3	3	4	3	2	3	78	
110	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	91	
111	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	75	
112	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	86	
113	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	65	
114	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	2	2	3	78	
115	3	1	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	1	4	3	4	3	4	86	
116	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	78	
117	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	75	
118	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	88	

S	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	T20	T21	T22	T23	T24	T25	T26	S.Total
119	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	75
120	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	99
121	3	2	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	87
122	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	77
123	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	74
124	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	99
125	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	86
126	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	87
127	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3	4	4	3	3	2	2	4	88
128	3	2	3	3	3	4	3	3	4	2	4	4	2	4	4	3	1	3	3	3	3	2	4	4	2	4	80
129	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	92
130	2	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	2	4	83
131	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	85
132	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	100
133	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	68
134	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	96
135	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	86
136	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	78
137	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	92
138	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	69
139	1	2	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	3	2	4	86
140	2	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	3	2	4	88
141	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	4	3	3	86
142	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	2	2	3	3	4	2	2	3	72

LAMPIRAN 3
RELIABILITAS
DATA TRY OUT

Lampiran 3a:

Reliabilitas Skala *Psychological Well Being*

Case Processing Summary			Reliability Statistics		
	N	%	Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
Valid Cases	142	100,0	,700	,702	8
Excluded ^a	0	,0			
Total	142	100,0			

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Saya mengarahkan kehidupan saya kepada kehidupan yang bertujuan dan penuh makna	3,3873	,53060	142
Saya memiliki hubungan sosial yang sangat mendukung dan bermanfaat bagi saya	3,1972	,53580	142
Saya terlibat dan memberikan perhatian penuh dalam setiap kegiatan harian yang saya lakukan	3,0282	,57048	142
Saya terlibat penuh dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk kebahagiaan dan kesejahteraan orang lain	2,7676	,57938	142
Saya mampu menyelesaikan kegiatan penting bagi kehidupan saya dengan baik dan efektif	2,8239	,57488	142
Saya merupakan orang yang berhasil dan memiliki kehidupan yang sangat menyenangkan	2,7535	,56098	142
Saya berharap dan percaya dengan segala sesuatu yang menyenangkan akan terjadi di kehidupan saya di masa yang akan datang	3,5845	,52245	142

Saya merasa orang-orang di sekeliling saya peduli dengan saya serta memperlakukan saya dengan baik pula.	3,1831	,59094	142
--	--------	--------	-----

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3,091	2,754	3,585	,831	1,302	,092	8
Item Variances	,312	,273	,349	,076	1,279	,001	8
Inter-Item Covariances	,070	-,007	,141	,147	-20,713	,001	8
Inter-Item Correlations	,227	-,020	,436	,456	-21,990	,014	8

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Saya mengarahkan kehidupan saya kepada kehidupan yang bertujuan dan penuh makna	21,3380	5,105	,440	,289	,660
Saya memiliki hubungan sosial yang sangat mendukung dan bermanfaat bagi saya	21,5282	5,116	,428	,266	,663
Saya terlibat dan memberikan perhatian penuh dalam setiap kegiatan harian yang saya lakukan	21,6972	4,879	,491	,291	,647
Saya terlibat penuh dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk kebahagiaan dan kesejahteraan orang lain	21,9577	5,005	,425	,261	,663

Saya mampu menyelesaikan kegiatan penting bagi kehidupan saya dengan baik dan efektif	21,9014	5,068	,403	,278	,668
Saya merupakan orang yang berhasil dan memiliki kehidupan yang sangat menyenangkan	21,9718	4,964	,465	,311	,654
Saya berharap dan percaya dengan segala sesuatu yang menyenangkan akan terjadi di kehidupan saya di masa yang akan datang	21,1408	5,398	,317	,126	,686
Saya merasa orang-orang di sekeliling saya peduli dengan saya serta memperlakukan saya dengan baik pula.	21,5423	5,612	,172	,152	,720

Lampiran 3b:

Reliabilitas Skala *Tawadhu*

Case Processing Summary			Reliability Statistics		
	N	%	Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
Cases	Valid	142			
	Excluded ^a	0			
	Total	142			
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.			,896	,900	26

Item Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Saya berlaku lemah lembut ketika bertemu dengan orang lain yang saya kenal maupun tidak saya kenal.(1)	2,8310	,65202	142
Saya selalu merasa bahwa dalam hidup ini tidak ada yang perlu dibanggakan karena semua milik Allah.(2)	3,2958	,67149	142
Saya sangat menghargai seseorang yang memiliki ilmu yang lebih tinggi dari saya (3)	3,5634	,52545	142
Ketika saya bersama dengan orang muslim yang lain saya merasa masih banyak hal yang perlu saya perbaiki dari keimanan saya kepada Allah (4)	3,6620	,47471	142
Saya menerima dengan lapang dada segala bentuk masukan yang diberikan oleh setiap orang muslim yang lain (5)	3,1831	,55377	142
Saya percaya bahwa ilmu Allah disampaikan melalui perantara siapa saja (6)	3,6197	,51547	142

Saya menghargai dan menghormati orang lain semata-mata untuk mengharapkan Ridho Allah (7)	3,4014	,57192	142
Segala sesuatu yang saya lakukan sebagai wujud tunduk saya kepada Allah atas nikmat yang telah diberikan (8)	3,3380	,64012	142
Ketika ada seseorang yang membutuhkan bantuan saya, saya akan menolongnya tanpa memandang latar belakangnya (9)	3,1549	,63353	142
Saya membantu urusan orang lain hingga selesai sekalipun kedudukannya lebih rendah dari saya (10)	3,0070	,53919	142
Saya memandang, semua manusia hakikatnya adalah sama (11)	3,4225	,52354	142
Saya juga bergaul dengan orang yang kedudukannya jauh lebih rendah dari saya (12)	3,2254	,60017	142
Saya makan makanan yang sederhana sebagaimana makannya seorang budak dan tidak menuntut makanan mewah sekalipun saya mampu untuk mendapatkannya (13)	2,8380	,75922	142
Bagi saya tidak ada masalah ketika duduk bersama dengan orang yang lebih rendah kedudukannya daripada saya. (14)	3,3169	,51045	142

Saya menganggap bahwa jabatan bukan satu-satunya cara untuk mencapai kemuliaan di hadapan Allah (15)	3,6408	,48145	142
Saya tidak akan memanfaatkan kedudukan yang saya miliki untuk hal-hal yang dapat merugikan orang lain (16)	3,4014	,50613	142
Saya rela mengorbankan kepentingan pribadi saya demi kepentingan orang lain (17)	2,8380	,61468	142
Saya bersedia melakukan pekerjaan sendiri meskipun sebenarnya pekerjaan tersebut bisa dilakukan oleh orang lain (18)	3,0352	,61208	142
Saya melakukan segala sesuatu secara mandiri (19)	2,7183	,67757	142
Saya menganggap gelar atau jabatan bukanlah suatu hal yang perlu untuk dibanggakan (20)	3,1690	,59516	142
Saya tidak suka diperlakukan secara istimewa oleh orang lain karena semua orang itu sama (21)	3,0915	,68318	142
Ketika orang lain melakukan kesalahan di depan umum saya akan berusaha untuk tidak menghakiminya (22)	3,1972	,57414	142
Saya merasa bahwa saya adalah orang yang paling sempurna dalam segala hal dibandingkan dengan orang lain (23)	3,5634	,60100	142

Saya menjaga setiap tutur kata yang saya ucapkan agar tidak menyakiti perasaan orang lain (24)	3,0915	,59436	142
Ketika ada orang jahil yang mengganggu, saya akan membalas dengan kalimat yang baik (kalimat thoyyibah) (25)	2,6338	,63558	142
Saya berusaha untuk tidak merendahkan orang lain (26)	3,3662	,52564	142

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Saya berlaku lemah lembut ketika bertemu dengan orang lain yang saya kenal maupun tidak saya kenal.(1)	80,7746	61,197	,398	.	,894
Saya selalu merasa bahwa dalam hidup ini tidak ada yang perlu dibanggakan karena semua milik Allah.(2)	80,3099	60,357	,468	.	,892
Saya sangat menghargai seseorang yang memiliki ilmu yang lebih tinggi dari saya (3)	80,0423	61,034	,533	.	,891
Ketika saya bersama dengan orang muslim yang lain saya merasa masih banyak hal yang perlu saya perbaiki dari keimanan saya kepada Allah (4)	79,9437	60,961	,607	.	,890

Saya menerima dengan lapang dada segala bentuk masukan yang diberikan oleh setiap orang muslim yang lain (5)	80,4225	60,813	,529	.	,891
Saya percaya bahwa ilmu Allah disampaikan melalui perantara siapa saja (6)	79,9859	61,404	,497	.	,892
Saya menghargai dan menghormati orang lain semata-mata untuk mengharapkan Ridho Allah (7)	80,2042	60,334	,566	.	,890
Segala sesuatu yang saya lakukan sebagai wujud tunduk saya kepada Allah atas nikmat yang telah diberikan (8)	80,2676	58,722	,668	.	,888
Ketika ada seseorang yang membutuhkan bantuan saya, saya akan menolongnya tanpa memandang latar belakangnya (9)	80,4507	62,334	,295	.	,896
Saya membantu urusan orang lain hingga selesai sekalipun kedudukannya lebih rendah dari saya (10)	80,5986	61,292	,486	.	,892
Saya memandang, semua manusia hakikatnya adalah sama (11)	80,1831	61,016	,538	.	,891
Saya juga bergaul dengan orang yang kedudukannya jauh lebih rendah dari saya (12)	80,3803	61,528	,403	.	,894

Saya makan makanan yang sederhana sebagaimana makannya seorang budak dan tidak menuntut makanan mewah sekalipun saya mampu untuk mendapatkannya (13)	80,7676	59,073	,517	.	,891
Bagi saya tidak ada masalah ketika duduk bersama dengan orang yang lebih rendah kedudukannya daripada saya. (14)	80,2887	60,987	,557	.	,891
Saya menganggap bahwa jabatan bukan satu-satunya cara untuk mencapai kemuliaan di hadapan Allah (15)	79,9648	61,112	,577	.	,891
Saya tidak akan memanfaatkan kedudukan yang saya miliki untuk hal-hal yang dapat merugikan orang lain (16)	80,2042	60,674	,603	.	,890
Saya rela mengorbankan kepentingan pribadi saya demi kepentingan orang lain (17)	80,7676	61,087	,439	.	,893
Saya bersedia melakukan pekerjaan sendiri meskipun sebenarnya pekerjaan tersebut bisa dilakukan oleh orang lain (18)	80,5704	61,694	,376	.	,894
Saya melakukan segala sesuatu secara mandiri (19)	80,8873	60,129	,485	.	,892

Saya menganggap gelar atau jabatan bukanlah suatu hal yang perlu untuk dibanggakan (20)	80,4366	60,120	,565	.	,890
Saya tidak suka diperlakukan secara istimewa oleh orang lain karena semua orang itu sama (21)	80,5141	60,549	,439	.	,893
Ketika orang lain melakukan kesalahan di depan umum saya akan berusaha untuk tidak menghakiminya (22)	80,4085	60,570	,536	.	,891
Saya merasa bahwa saya adalah orang yang paling sempurna dalam segala hal dibandingkan dengan orang lain (23)	80,0423	63,005	,243	.	,897
Saya menjaga setiap tutur kata yang saya ucapkan agar tidak menyakiti perasaan orang lain (24)	80,5141	62,322	,321	.	,896
Ketika ada orang jahil yang mengganggu, saya akan membalas dengan kalimat yang baik (kalimat thoyyibah) (25)	80,9718	61,474	,382	.	,894
Saya berusaha untuk tidak merendahkan orang lain (26)	80,2394	61,800	,437	.	,893

LAMPIRAN 4
VALIDITAS DATA TRY OUT
(ANALISIS FAKTOR EKSPLORATORI)

Lampiran 4a :

Validitas Konstruk, Hasil Analisis Faktor Skala *Psychological Well-being*

KMO and Bartlett's Test		
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,725
	Approx. Chi-Square	183,847
Bartlett's Test of Sphericity	df	28
	Sig.	,000

Communalities		
	Initial	Extraction
Saya mengarahkan kehidupan saya kepada kehidupan yang bertujuan dan penuh makna	,289	,311
Saya memiliki hubungan sosial yang sangat mendukung dan bermanfaat bagi saya	,266	,248
Saya terlibat dan memberikan perhatian penuh dalam setiap kegiatan harian yang saya lakukan	,291	,389
Saya terlibat penuh dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk kebahagiaan dan kesejahteraan orang lain	,261	,308
Saya mampu menyelesaikan kegiatan penting bagi kehidupan saya dengan baik dan efektif	,278	,273
Saya merupakan orang yang berhasil dan memiliki kehidupan yang sangat menyenangkan	,311	,268
Saya berharap dan percaya dengan segala sesuatu yang menyenangkan akan terjadi di kehidupan saya di masa yang akan datang	,126	,128
Saya merasa orang-orang di sekeliling saya peduli dengan saya serta memperlakukan saya dengan baik pula.	,152	,036

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Total Variance Explained

Factor	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	2,674	33,426	33,426	1,961	24,511	24,511
2	1,175	14,685	48,111			
3	1,060	13,246	61,358			
4	,875	10,935	72,292			
5	,685	8,560	80,853			
6	,564	7,052	87,905			
7	,510	6,371	94,276			
8	,458	5,724	100,000			

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Factor Matrix^a

	Factor 1
Saya mengarahkan kehidupan saya kepada kehidupan yang bertujuan dan penuh makna	,558
Saya memiliki hubungan sosial yang sangat mendukung dan bermanfaat bagi saya	,498
Saya terlibat dan memberikan perhatian penuh dalam setiap kegiatan harian yang saya lakukan	,624
Saya terlibat penuh dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk kebahagiaan dan kesejahteraan orang lain	,555
Saya mampu menyelesaikan kegiatan penting bagi kehidupan saya dengan baik dan efektif	,522
Saya merupakan orang yang berhasil dan memiliki kehidupan yang sangat menyenangkan	,518
Saya berharap dan percaya dengan segala sesuatu yang menyenangkan akan terjadi di kehidupan saya di masa yang akan datang	,358
Saya merasa orang-orang di sekeliling saya peduli dengan saya serta memperlakukan saya dengan baik pula.	

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

a. 1 factors extracted. 6 iterations required.

Lampiran 4b :

Hasil Analisis Faktor Skala *Tawadhu*

KMO and Bartlett's Test		
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,846
	Approx. Chi-Square	1207,143
Bartlett's Test of Sphericity	df	276
	Sig.	,000

Communalities		
	Initial	Extraction
Saya berlaku lemah lembut ketika bertemu dengan orang lain yang saya kenal maupun tidak saya kenal.(1)	,340	,321
Saya selalu merasa bahwa dalam hidup ini tidak ada yang perlu dibanggakan karena semua milik Allah.(2)	,416	,418
Saya sangat menghargai seseorang yang memiliki ilmu yang lebih tinggi dari saya (3)	,463	,391
Ketika saya bersama dengan orang muslim yang lain saya merasa masih banyak hal yang perlu saya perbaiki dari keimanan saya kepada Allah (4)	,664	,808
Saya menerima dengan lapang dada segala bentuk masukan yang diberikan oleh setiap orang muslim yang lain (5)	,423	,342

Saya percaya bahwa ilmu Allah disampaikan melalui perantara siapa saja (6)	,520	,446
Saya menghargai dan menghormati orang lain semata-mata untuk mengharapakan Ridho Allah (7)	,538	,504
Segala sesuatu yang saya lakukan sebagai wujud tunduk saya kepada Allah atas nikmat yang telah diberikan (8)	,640	,593
Ketika ada seseorang yang membutuhkan bantuan saya, saya akan menolongnya tanpa memandang latar belakangnya (9)	,325	,257
Saya membantu urusan orang lain hingga selesai sekalipun kedudukannya lebih rendah dari saya (10)	,464	,375
Saya memandang, semua manusia hakikatnya adalah sama (11)	,418	,414
Saya juga bergaul dengan orang yang kedudukannya jauh lebih rendah dari saya (12)	,445	,443
Saya makan makanan yang sederhana sebagaimana makannya seorang budak dan tidak menuntut makanan mewah sekalipun saya mampu untuk mendapatkannya (13)	,349	,315
Bagi saya tidak ada masalah ketika duduk bersama dengan orang yang lebih rendah kedudukannya daripada saya. (14)	,520	,580
Saya menganggap bahwa jabatan bukan satu-satunya cara untuk mencapai kemuliaan di hadapan Allah (15)	,486	,444

Saya rela mengorbankan kepentingan pribadi saya demi kepentingan orang lain (17)	,434	,316
Saya bersedia melakukan pekerjaan sendiri meskipun sebenarnya pekerjaan tersebut bisa dilakukan oleh orang lain (18)	,480	,675
Saya melakukan segala sesuatu secara mandiri (19)	,494	,475
Saya menganggap gelar atau jabatan bukanlah suatu hal yang perlu untuk dibanggakan (20)	,511	,371
Saya tidak suka diperlakukan secara istimewa oleh orang lain karena semua orang itu sama (21)	,347	,282
Saya merasa bahwa saya adalah orang yang paling sempurna dalam segala hal dibandingkan dengan orang lain (23)	,281	,198
Saya menjaga setiap tutur kata yang saya ucapkan agar tidak menyakiti perasaan orang lain (24)	,251	,144
Ketika ada orang jahil yang mengganggu, saya akan membalas dengan kalimat yang baik (kalimat thoyyibah) (25)	,424	,364
Saya berusaha untuk tidak merendahkan orang lain (26)	,348	,241

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Total Variance Explained

Factor	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	6,968	29,033	29,033	6,410	26,710	26,710	2,808	11,698	11,698
2	1,992	8,298	37,331	1,423	5,930	32,640	2,805	11,689	23,387
3	1,568	6,532	43,863	1,066	4,441	37,082	2,244	9,350	32,737
4	1,368	5,698	49,561	,819	3,413	40,495	1,862	7,758	40,495
5	1,311	5,461	55,022						
6	1,054	4,392	59,414						
7	,995	4,144	63,558						
8	,945	3,939	67,497						
9	,875	3,646	71,143						
10	,751	3,129	74,273						
11	,736	3,068	77,341						
12	,629	2,623	79,963						
13	,621	2,586	82,550						
14	,554	2,307	84,856						
15	,535	2,229	87,085						
16	,502	2,092	89,176						
17	,459	1,912	91,089						
18	,386	1,609	92,697						
19	,368	1,532	94,229						
20	,342	1,425	95,654						
21	,315	1,311	96,965						

22	,269	1,123	98,088
23	,232	,966	99,054
24	,227	,946	100,000

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

	Factor Matrix ^a			
	1	2	3	4
Segala sesuatu yang saya lakukan sebagai wujud tunduk saya kepada Allah atas nikmat yang telah diberikan (8)	,722			
Ketika saya bersama dengan orang muslim yang lain saya merasa masih banyak hal yang perlu saya perbaiki dari keimanan saya kepada Allah (4)	,703			
Saya menghargai dan menghormati orang lain semata-mata untuk mengharapkan Ridho Allah (7)	,620			
Saya menganggap bahwa jabatan bukan satu-satunya cara untuk mencapai kemuliaan di hadapan Allah (15)	,610			
Saya menganggap gelar atau jabatan bukanlah suatu hal yang perlu untuk dibanggakan (20)	,581			
Saya sangat menghargai seseorang yang memiliki ilmu yang lebih tinggi dari saya (3)	,581			
Bagi saya tidak ada masalah ketika duduk bersama dengan orang yang lebih rendah kedudukannya daripada saya. (14)	,578		,472	

Saya menerima dengan lapang dada segala bentuk masukan yang diberikan oleh setiap orang muslim yang lain (5)	,570
Saya memandang, semua manusia hakikatnya adalah sama (11)	,569
Saya percaya bahwa ilmu Allah disampaikan melalui perantara siapa saja (6)	,561
Saya selalu merasa bahwa dalam hidup ini tidak ada yang perlu dibanggakan karena semua milik Allah.(2)	,525
Saya makan makanan yang sederhana sebagaimana makannya seorang budak dan tidak menuntut makanan mewah sekalipun saya mampu untuk mendapatkannya (13)	,524
Saya melakukan segala sesuatu secara mandiri (19)	,507
Saya membantu urusan orang lain hingga selesai sekalipun kedudukannya lebih rendah dari saya (10)	,499
Saya rela mengorbankan kepentingan pribadi saya demi kepentingan orang lain (17)	,471
Saya tidak suka diperlakukan secara istimewa oleh orang lain karena semua orang itu sama (21)	,458
Saya berusaha untuk tidak merendahkan orang lain (26)	,454
Saya berlaku lemah lembut ketika bertemu dengan orang lain yang saya kenal maupun tidak saya kenal.(1)	,422

Ketika ada seseorang yang membutuhkan bantuan saya, saya akan menolongnya tanpa memandang latar belakangnya (9)

Saya menjaga setiap tutur kata yang saya ucapkan agar tidak menyakiti perasaan orang lain (24)

Saya bersedia melakukan pekerjaan sendiri meskipun sebenarnya pekerjaan tersebut bisa dilakukan oleh orang lain (18)

,534

-,412

Ketika ada orang jahil yang mengganggu, saya akan membalas dengan kalimat yang baik (kalimat thoyyibah) (25)

,402

Saya merasa bahwa saya adalah orang yang paling sempurna dalam segala hal dibandingkan dengan orang lain (23)

Saya juga bergaul dengan orang yang kedudukannya jauh lebih rendah dari saya (12)

,428

,470

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

a. 4 factors extracted. 18 iterations required.

Rotated Factor Matrix^a

	Factor			
	1	2	3	4
Saya menghargai dan menghormati orang lain semata-mata untuk mengharapkan Ridho Allah (7)	,630			
Segala sesuatu yang saya lakukan sebagai wujud tunduk saya kepada Allah atas nikmat yang telah diberikan (8)	,627			
Saya selalu merasa bahwa dalam hidup ini tidak ada yang perlu dibanggakan karena semua milik Allah.(2)	,551			
Saya berlaku lemah lembut ketika bertemu dengan orang lain yang saya kenal maupun tidak saya kenal.(1)	,534			
Ketika ada orang jahil yang mengganggu, saya akan membalas dengan kalimat yang baik (kalimat thoyyibah) (25)	,523			
Saya menganggap gelar atau jabatan bukanlah suatu hal yang perlu untuk dibanggakan (20)	,416			
Saya tidak suka diperlakukan secara istimewa oleh orang lain karena semua orang itu sama (21)	,412			
Saya menerima dengan lapang dada segala bentuk masukan yang diberikan oleh setiap orang muslim yang lain (5)				

Saya menjaga setiap tutur kata yang saya ucapkan agar tidak menyakiti perasaan orang lain (24)		
Ketika saya bersama dengan orang muslim yang lain saya merasa masih banyak hal yang perlu saya perbaiki dari keimanan saya kepada Allah (4)	,857	
Saya percaya bahwa ilmu Allah disampaikan melalui perantara siapa saja (6)	,600	
Saya menganggap bahwa jabatan bukan satu-satunya cara untuk mencapai kemuliaan di hadapan Allah (15)	,519	
Saya sangat menghargai seseorang yang memiliki ilmu yang lebih tinggi dari saya (3)	,501	
Saya merasa bahwa saya adalah orang yang paling sempurna dalam segala hal dibandingkan dengan orang lain (23)		
Bagi saya tidak ada masalah ketika duduk bersama dengan orang yang lebih rendah kedudukannya daripada saya. (14)		,700
Saya juga bergaul dengan orang yang kedudukannya jauh lebih rendah dari saya (12)		,639
Saya membantu urusan orang lain hingga selesai sekalipun kedudukannya lebih rendah dari saya (10)		,526
Saya memandang, semua manusia hakikatnya adalah sama (11)		,510

Ketika ada seseorang yang membutuhkan bantuan saya, saya akan menolongnya tanpa memandang latar belakangnya (9)	,401
Saya berusaha untuk tidak merendahkan orang lain (26)	
Saya bersedia melakukan pekerjaan sendiri meskipun sebenarnya pekerjaan tersebut bisa dilakukan oleh orang lain (18)	,811
Saya melakukan segala sesuatu secara mandiri (19)	,610
Saya rela mengorbankan kepentingan pribadi saya demi kepentingan orang lain (17)	,433
Saya makan makanan yang sederhana sebagaimana makannya seorang budak dan tidak menuntut makanan mewah sekalipun saya mampu untuk mendapatkannya (13)	

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.^a

a. Rotation converged in 7 iterations.

LAMPIRAN 5
SKALA DATA PENELITIAN

PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokaatuh

Perkenalkan, saya Ulfatul Munawaroh yang merupakan mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia. Saya ingin melakukan survey terkait dengan kondisi psikologis mahasiswa yang juga menyantri serta tinggal di Pondok Pesantren. Oleh karena itu, penulis memohon kesediaan serta keikhlasan Saudara/i untuk mengisi skala ini.

Skala ini terdiri dari 3 skala yang masing-masing mengukur aspek psikologis. Informasi yang Saudara/i berikan sangat berharga serta bermanfaat bagi proses penelitian penulis dan diharapkan nantinya berguna bagi kepentingan yang lebih luas.

Sebelum Saudara/i menjawab, akan ada pernyataan kesediaan menjadi partisipan dalam penelitian ini berupa informasi personal yang harus diisi. Kemudian, diharapkan Anda membaca dengan teliti, sehingga memahami setiap pernyataan yang tersedia. Usahakan untuk mengisi semua pernyataan yang ada dan tidak ada nomor yang terlewat. Semua jawaban yang Anda berikan bersifat benar karena merupakan gambaran dari pribadi Saudara/i. Tidak ada jawaban yang salah dalam skala ini selama pilihan yang Saudara/i berikan adalah pilihan yang paling menggambarkan diri saudara/i. Sehingga, saudara/i tidak perlu ragu untuk menjawab semua pertanyaan dengan jujur dan terbuka, sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Kerahasiaan jawaban dan identitas saudara/i dijunjung tinggi dan dijamin sepenuhnya oleh etika akademik penelitian.

Semoga melalui bantuan dan partisipasi saudara/i, menjadi jalan mencapai kebahagiaan yang hakiki. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan kasih sayang-Nya kepada saudara/i semua, serta diberikan balasan yang lebih baik dari Allah SWT. Teriring doa *jazakummullahu ahsanal jazaa', jazaan katsira. Aamiin.*

Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokaatuh

Hormat kami,

Ulfatul Munawaroh

Dr. Hepi Wahyuningsing, S.Psi., M.Psi.

IDENTITAS DIRI

- a. Nama :
(dapat menggunakan inisial)
- b. Jenis Kelamin :
- c. Usia :
- d. Anak ke : dari..... bersaudara
- e. Pendidikan yang sedang ditempuh :
- f. Angkatan kuliah :
- g. Lama menjadi santri (nyantri) :
- h. Uang saku per bulan :

Dengan ini, saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dan menjawab semua pertanyaan penelitian sesuai dengan keadaan saya yang sejujurnya.

Yogyakarta, 2017

(_____)

Skala A

Petunjuk Pengerjaan Kuisioner Bagian A, B, dan C

Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pertanyaan yang diajukan. Silanglah :

STS : Jika Saya SANGAT TIDAK SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

TS : Jika Saya TIDAK SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

S : Jika Saya SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

SS : Jika Saya SANGAT SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut.

No	Pernyataan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
1	Saya mengarahkan kehidupan saya kepada kehidupan yang bertujuan dan penuh makna	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
2	Saya memiliki hubungan sosial yang sangat mendukung dan bermanfaat bagi saya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
3	Saya terlibat dan memberikan perhatian penuh dalam setiap kegiatan harian yang saya lakukan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
4	Saya terlibat penuh dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk kebahagiaan dan kesejahteraan orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
5	Saya mampu menyelesaikan kegiatan penting bagi kehidupan saya dengan baik dan efektif	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)

6	Saya merupakan orang yang berhasil dan memiliki kehidupan yang sangat menyenangkan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
7	Saya berharap dan percaya dengan segala sesuatu yang menyenangkan akan terjadi di kehidupan saya di masa yang akan datang	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)

Skala B

Pilihlah jawaban yang paling menggambarkan atau mewakili diri Anda dalam kehidupan sehari-hari untuk setiap pertanyaan berikut. Berilah tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pertanyaan yang diajukan.

Silanglah :

STS : Jika Saya SANGAT TIDAK SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

TS : Jika Saya TIDAK SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

S : Jika Saya SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut

SS : Jika Saya SANGAT SESUAI dengan yang saya alami, rasakan dan lakukan dengan hal tersebut.

No	Pernyataan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
1	Saya berlaku lemah lembut ketika bertemu dengan orang lain yang saya kenal maupun tidak saya kenal.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
2	Saya selalu merasa bahwa dalam hidup ini tidak ada yang perlu dibanggakan karena semua milik Allah.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)

3	Saya sangat menghargai seseorang yang memiliki ilmu yang lebih tinggi dari saya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
4	Ketika saya bersama dengan orang muslim yang lain saya merasa masih banyak hal yang perlu saya perbaiki dari keimanan saya kepada Allah.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
5	Saya percaya bahwa ilmu Allah disampaikan melalui perantara siapa saja	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
6	Saya menghargai dan menghormati orang lain semata-mata untuk mengharapkan Ridho Allah	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
7	Ketika ada seseorang yang membutuhkan bantuan saya, saya akan menolongnya tanpa memandang latar belakangnya.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
8	Saya membantu urusan orang lain hingga selesai sekalipun kedudukannya lebih rendah dari saya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
9	Saya memandang, semua manusia hakikatnya adalah sama	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
10	Saya juga bergaul dengan orang yang kedudukannya jauh lebih rendah dari saya	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
11	Bagi saya tidak ada masalah ketika duduk bersama dengan orang yang lebih rendah kedudukannya daripada saya.	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai (3)	Sangat Sesuai (4)
12	Saya tidak akan memanfaatkan kedudukan yang saya miliki untuk hal-hal yang dapat merugikan orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)

13	Saya rela mengorbankan kepentingan pribadi saya demi kepentingan orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
14	Saya bersedia melakukan pekerjaan sendiri meskipun sebenarnya pekerjaan tersebut bisa dilakukan oleh orang lain	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
15	Saya melakukan segala sesuatu secara mandiri	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
16	Saya menganggap gelar atau jabatan bukanlah suatu hal yang perlu untuk dibanggakan	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
17	Saya tidak suka diperlakukan secara istimewa oleh orang lain karena semua orang itu sama	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)
18	Ketika ada orang jahil yang mengganggu, saya akan membalas dengan kalimat yang baik (kalimat <i>thoyyibah</i>)	Sangat Tidak Sesuai (1)	Tidak Sesuai (2)	Sesuai(3)	Sangat Sesuai (4)

LAMPIRAN 6
TABULASI DATA PENELITIAN

Subjek	PWB1	PWB2	PWB3	PWB4	PWB5	PWB6	PWB7	S. Total
38	3	3	3	3	3	3	3	21
39	4	3	3	3	3	3	4	23
40	3	2	3	3	2	2	3	18
41	3	3	3	2	3	3	4	21
42	4	3	4	4	4	4	4	27
43	3	3	3	3	3	3	3	21
44	4	3	3	2	3	2	3	20
45	4	4	3	3	3	3	3	23
46	4	4	3	3	3	3	4	24
47	4	4	4	3	3	3	4	25
48	3	2	3	3	3	3	3	20
49	3	3	2	2	2	2	4	18
50	3	3	2	3	3	3	3	20
51	4	3	3	3	3	3	3	22
52	4	3	3	3	3	2	4	22
53	4	4	4	3	4	3	4	26
54	4	4	4	4	4	4	4	28
55	4	3	3	3	4	3	3	23
56	3	3	2	2	3	4	4	21
57	3	2	2	2	1	2	4	16
58	4	3	3	3	2	2	3	20
59	3	3	3	3	2	2	4	20
60	4	3	3	3	3	3	4	23
61	3	2	3	2	2	4	3	19
62	2	3	3	3	2	3	3	19
63	4	4	4	2	2	3	4	23
64	3	3	2	2	3	2	3	18
65	3	4	3	3	3	2	4	22
66	3	3	3	2	3	3	3	20
67	4	3	3	2	3	3	4	22
68	3	4	3	4	3	3	4	24
69	3	3	2	3	2	4	3	20
70	3	3	2	2	3	2	4	19
71	3	3	4	3	4	3	4	24
72	4	3	3	4	3	2	4	23
73	3	3	4	2	3	3	3	21
74	3	3	2	3	2	2	3	18
75	4	3	2	3	2	2	4	20
76	4	3	3	3	3	2	4	22
77	3	3	3	3	4	3	3	22

Subjek	PWB1	PWB2	PWB3	PWB4	PWB5	PWB6	PWB7	S. Total
78	4	4	3	3	3	3	4	24
79	3	3	2	3	2	2	3	18
80	4	4	4	4	3	3	3	25
81	3	3	3	2	3	2	3	19
82	2	3	2	2	2	3	3	17
83	3	3	3	3	3	3	3	21
84	4	4	4	4	4	4	4	28
85	3	3	2	2	3	2	4	19
86	3	4	4	3	3	2	3	22
87	3	2	3	3	3	2	4	20
88	3	3	2	3	3	2	3	19
89	3	3	2	3	2	3	4	20
90	4	3	2	3	3	4	3	22
91	4	4	4	3	4	3	4	26
92	3	3	3	3	3	3	3	21
93	4	3	2	2	3	3	4	21
94	2	2	3	3	2	1	3	16
95	4	3	3	3	3	3	4	23
96	3	3	3	3	2	2	3	19
97	3	2	2	2	2	1	3	15
98	3	3	3	2	2	3	3	19
99	4	3	3	3	2	3	4	22
100	2	2	2	2	2	2	4	16
101	4	3	3	3	3	3	3	22
102	4	3	3	3	3	3	2	21
103	3	3	3	2	2	2	3	18
104	4	3	3	2	2	2	3	19
105	4	3	2	3	3	3	4	22
106	2	2	2	4	2	2	2	16
107	2	2	2	3	3	3	3	18
108	3	4	3	4	2	2	3	21
109	4	3	3	3	3	3	4	23
110	4	4	4	3	4	4	4	27
111	3	3	2	3	2	2	3	18
112	4	4	3	4	3	3	4	25
113	4	3	3	2	3	1	1	17
114	3	3	3	3	4	3	3	22
115	3	3	2	2	3	3	4	20
116	4	4	3	3	3	3	4	24
117	4	3	3	3	3	3	3	22

Subjek	PWB1	PWB2	PWB3	PWB4	PWB5	PWB6	PWB7	S. Total
118	4	4	3	3	3	3	2	22
119	4	3	2	3	2	2	4	20
120	3	4	2	2	2	2	3	18
121	4	4	3	4	3	4	4	26
122	3	3	3	3	3	3	4	22
123	3	4	2	2	3	3	4	21
124	4	3	3	3	3	3	4	23
125	3	3	3	3	3	3	3	21
126	3	3	2	3	2	2	3	18
127	4	4	3	3	4	2	4	24
128	4	2	3	2	3	2	4	20
129	3	3	3	3	2	3	3	20
130	4	4	4	1	3	4	4	24
131	3	3	3	3	2	3	4	21

Lampiran 6b :

Tabulasi Data Skala *Tawadhu*

S	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	S. TOTAL
1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	67
2	1	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	65
3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	2	2	3	3	3	62
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
5	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	53
6	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	59
7	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	55
8	2	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	61
9	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	59
10	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	63
11	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	61
12	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	63
13	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	69
14	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	58
15	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	52
16	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	64
17	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	3	66
18	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	1	1	4	4	2	58
19	3	2	4	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	1	4	3	2	59
20	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	71

S	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	S. TOTAL
21	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	64
22	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	56
23	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	58
24	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	66
25	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	3	65
26	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	4	3	2	56
27	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	64
28	3	4	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	63
29	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	67
30	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	56
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
32	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	69
33	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	69
34	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	2	2	2	2	60
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	55
36	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	4	2	3	2	3	2	3	51
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57
38	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59
39	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	2	3	3	2	3	58
40	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3	56
41	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	64
42	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	57
43	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	57

S	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	S. TOTAL
67	3	4	4	4	4	3	2	3	2	4	2	3	4	3	3	2	4	4	1	59
68	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	70
69	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	2	3	3	2	59
70	3	3	2	2	4	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	51
71	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	66
72	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	4	2	2	62
73	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	4	4	2	3	3	2	2	2	53
74	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	58
75	3	4	4	4	3	3	1	2	3	4	3	3	4	2	3	2	3	4	2	57
76	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	60
77	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	56
78	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	65
79	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	3	2	60
80	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	75
81	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	61
82	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	51
83	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	66
84	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	4	1	4	4	1	58
85	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	57
86	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	2	60
87	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	57
88	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	59
89	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	64

S	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	T16	T17	T18	T19	S. TOTAL
90	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	59
91	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	2	62
92	3	4	2	4	2	4	4	2	3	2	4	2	4	3	3	2	4	2	2	56
93	4	4	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	2	1	2	4	2	59
94	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	2	4	2	3	4	3	66
95	2	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	58
96	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	52
97	2	4	3	4	4	3	4	2	2	4	3	3	2	2	1	2	2	3	3	53
98	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	54
99	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	72
100	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	66
101	2	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
102	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	58
103	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	2	55
104	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	55
105	2	3	3	4	1	3	4	3	2	3	4	4	3	1	2	1	3	4	2	52
106	2	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	54
107	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	55
108	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	60
109	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	62
110	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	3	4	4	4	69
111	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	54
112	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	67

LAMPIRAN 7
UJI DESKRIPSI
RESPONDEN PENELITIAN

Lampiran 7 :

Deskripsi Responden Penelitian

		Jenis_Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	Laki-laki	62	47,3	47,3	47,3
Valid	Perempuan	69	52,7	52,7	100,0
	Total	131	100,0	100,0	

LAMPIRAN 8
UJI DESKRIPSI
DATA PENELITIAN

Lampiran 8 :

Uji Deskripsi Data Penelitian

Statistics			
		Skor Total PWB	Skor Total Tawadhu
N	Valid	131	131
	Missing	0	0
Mean		21,2824	60,5954
Std. Error of Mean		,22816	,53813
Median		21,0000	59,0000
Mode		22,00	59,00
Std. Deviation		2,61144	6,15914
Variance		6,820	37,935
Range		13,00	27,00
Minimum		15,00	48,00
Maximum		28,00	75,00
Sum		2788,00	7938,00
Percentiles	20	19,0000	55,0000
	40	21,0000	58,0000
	60	22,0000	61,2000
	80	23,6000	66,0000

Skor Total PWB				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	15,00	1	,8	,8
	16,00	4	3,1	3,8
	17,00	3	2,3	6,1
	18,00	11	8,4	14,5
	19,00	14	10,7	25,2
	20,00	18	13,7	38,9
Valid	21,00	17	13,0	51,9
	22,00	25	19,1	71,0
	23,00	12	9,2	80,2
	24,00	13	9,9	90,1
	25,00	5	3,8	93,9
	26,00	4	3,1	96,9
	27,00	2	1,5	98,5

28,00	2	1,5	1,5	100,0
Total	131	100,0	100,0	

Skor Total Tawadhu

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
48,00	1	,8	,8	,8
49,00	1	,8	,8	1,5
51,00	3	2,3	2,3	3,8
52,00	4	3,1	3,1	6,9
53,00	5	3,8	3,8	10,7
54,00	5	3,8	3,8	14,5
55,00	9	6,9	6,9	21,4
56,00	10	7,6	7,6	29,0
57,00	9	6,9	6,9	35,9
58,00	8	6,1	6,1	42,0
59,00	12	9,2	9,2	51,1
60,00	8	6,1	6,1	57,3
61,00	4	3,1	3,1	60,3
Valid 62,00	7	5,3	5,3	65,6
63,00	4	3,1	3,1	68,7
64,00	6	4,6	4,6	73,3
65,00	3	2,3	2,3	75,6
66,00	10	7,6	7,6	83,2
67,00	3	2,3	2,3	85,5
69,00	7	5,3	5,3	90,8
70,00	2	1,5	1,5	92,4
71,00	2	1,5	1,5	93,9
72,00	2	1,5	1,5	95,4
73,00	1	,8	,8	96,2
74,00	2	1,5	1,5	97,7
75,00	3	2,3	2,3	100,0
Total	131	100,0	100,0	

LAMPIRAN 9
UJI ASUMSI

Lampiran 9a :

Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skor Total PWB	,102	131	,002	,983	131	,094
Skor Total Tawadhu	,114	131	,000	,968	131	,003

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 9b :

Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of	df	Mean	F	Sig.
			Squares		Square		
(Combined)			360,000	25	14,400	2,872	,000
Skor Total PWB *	Between	Linearity	210,542	1	210,542	41,984	,000
	Groups	Deviation from Linearity	149,459	24	6,227	1,242	,225
Skor Total Tawadhu	Within Groups		526,549	105	5,015		
Total			886,550	130			

LAMPIRAN 10
UJI HIPOTESIS

Lampiran 10 :

Uji Korelasi

Correlations			
		Skor Total PWB	Skor Total Tawadhu
Spearman's rho	Correlation Coefficient	1,000	,492**
	Skor Total PWB		
	Sig. (1-tailed)	.	,000
	N	131	131
	Correlation Coefficient	,492**	1,000
	Skor Total Tawadhu		
	Sig. (1-tailed)	,000	.
	N	131	131

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

LAMPIRAN 11
ANALISIS TAMBAHAN
(KORELASI ANTAR ASPEK)

Lampiran 11a :

Korelasi Aspek Tawadhu terhadap Psychological Well being

		Correlations					
		Skor Total PWB	Skor Tota Aspek Berlaku lemah lembut	Skor Total Aspek Tidak lebih baik daripada orang lain	Skor Total Aspek Kesetara an	Skor total aspek Mendah ulukan kepentin gan orang lain	
Spearman 's rho	Skor Total PWB	Correlation Coefficient	1,000	,412**	,379**	,339**	,415**
		Sig. (1-tailed)	.	,000	,000	,000	,000
		N	131	131	131	131	131
Spearman 's rho	Skor Tota Aspek Berlaku lemah lembut	Correlation Coefficient	,412**	1,000	,517**	,530**	,477**
		Sig. (1-tailed)	,000	.	,000	,000	,000
		N	131	131	131	131	131
Spearman 's rho	Skor Total Aspek Tidak lebih baik daripada orang lain	Correlation Coefficient	,379**	,517**	1,000	,531**	,368**
		Sig. (1-tailed)	,000	,000	.	,000	,000
		N	131	131	131	131	131
Spearman 's rho	Skor Total Aspek Kesetaraan	Correlation Coefficient	,339**	,530**	,531**	1,000	,394**
		Sig. (1-tailed)	,000	,000	,000	.	,000
		N	131	131	131	131	131
Spearman 's rho	Skor total aspek Mendahulukan kepentingan orang lain	Correlation Coefficient	,415**	,477**	,368**	,394**	1,000
		Sig. (1-tailed)	,000	,000	,000	,000	.
		N	131	131	131	131	131

**. Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Lampiran 11b :

Korelasi Aspek Tawadhu terhadap Psychological Well being Pada Laki-laki

		Correlations					
		Skor Total PWB	Skor Tota Aspek Berlaku lemah lembut	Skor Total Aspek Tidak lebih baik daripada orang lain	Skor Total Aspek Kesetaraa n	Skor total aspek Mendahul ukan kepenting an orang lain	Skor total Skala Tawadhu
Skor Total PWB	Correlation	1,000	,437**	,411**	,295*	,378**	,517**
	Coefficient						
	Sig. (1-tailed)	.	,000	,000	,010	,001	,000
	N	62	62	62	62	62	62
Skor Tota Aspek Berlaku lemah lembut	Correlation	,437**	1,000	,450**	,477**	,401**	,751**
	Coefficient						
	Sig. (1-tailed)	,000	.	,000	,000	,001	,000
	N	62	62	62	62	62	62
Skor Total Aspek Tidak lebih baik daripada orang lain	Correlation	,411**	,450**	1,000	,513**	,332**	,778**
	Coefficient						
	Sig. (1-tailed)	,000	,000	.	,000	,004	,000
	N	62	62	62	62	62	62
Spearman's rho	Correlation	,295*	,477**	,513**	1,000	,365**	,750**
	Coefficient						
	Sig. (1-tailed)	,010	,000	,000	.	,002	,000
	N	62	62	62	62	62	62
Skor total aspek Mendahulukan kepentingan orang lain	Correlation	,378**	,401**	,332**	,365**	1,000	,663**
	Coefficient						
	Sig. (1-tailed)	,001	,001	,004	,002	.	,000
	N	62	62	62	62	62	62
Skor total Skala Tawadhu	Correlation	,517**	,751**	,778**	,750**	,663**	1,000
	Coefficient						
	Sig. (1-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	.
	N	62	62	62	62	62	62

**. Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

Lampiran 11c :

Korelasi Aspek Tawadhu terhadap Psychological Well being Pada Perempuan

		Correlations					
		Skor Total PWB	Skor Tota Aspek Berlaku lemah lembut	Skor Total Aspek Tidak lebih baik daripada orang lain	Skor Total Aspek Kesetaraan	Skor total aspek Mendahulukan kepentingan orang lain	Skor total Skala Tawadhu
Skor Total PWB	Correlation Coefficient	1,000	,369**	,322**	,330**	,475**	,448**
	Sig. (1-tailed)	.	,001	,004	,003	,000	,000
	N	69	69	69	69	69	69
Skor Tota Aspek Berlaku lemah lembut	Correlation Coefficient	,369**	1,000	,565**	,562**	,544**	,856**
	Sig. (1-tailed)	,001	.	,000	,000	,000	,000
	N	69	69	69	69	69	69
Skor Total Aspek Tidak lebih baik daripada orang lain	Correlation Coefficient	,322**	,565**	1,000	,519**	,431**	,786**
	Sig. (1-tailed)	,004	,000	.	,000	,000	,000
	N	69	69	69	69	69	69
Skor Total Aspek Kesetaraan	Correlation Coefficient	,330**	,562**	,519**	1,000	,429**	,809**
	Sig. (1-tailed)	,003	,000	,000	.	,000	,000
	N	69	69	69	69	69	69
Skor total aspek Mendahulukan kepentingan orang lain	Correlation Coefficient	,475**	,544**	,431**	,429**	1,000	,681**
	Sig. (1-tailed)	,000	,000	,000	,000	.	,000
	N	69	69	69	69	69	69
Skor total Skala Tawadhu	Correlation Coefficient	,448**	,856**	,786**	,809**	,681**	1,000
	Sig. (1-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	.
	N	69	69	69	69	69	69

**. Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

