

Conceptualization of Gratitude : Qualitative and Quantitative Approach

Rini Risnawita Suminta, Akhmad Hasan Saleh
Institut Agama Islam Negeri Kediri
rinirisnawita16@gmail.com, aconghasan@yahoo.com

Abstract. *Research on the development of the concept of gratitude with Indonesian participants is quite important, considering that in Indonesia until now there has been no instrument specifically used to measure or assess the concept of gratitude that was developed based on Indonesian citizens. The purpose of this study is to develop the concept of a thanksgiving scale using qualitative and quantitative approaches. The study participants were 129 students of IAIN Kediri. The scale used in this study is based on the results of the first study conducted qualitatively. The second research analysis using exploratory factor analysis and confirmatory factor analysis. The results of an exploratory analysis conducted on data from all research subjects, obtained the results that the gratitude of the subject is organized into three factors, namely the factor of recognizing favors, receiving favors and praising Allah for favors. Based on the confirmatory analysis it was found that chi-square 135,570 (DF = 88, p = 0.001), CMIN/DF = 1.541, GFI = 0.884, AGFI = 0.841, TLI = 0.904 and RMSEA = 0.065. Thus the criteria for acceptance of the model can be met or are in accordance with the requirements. Thus it can be stated that the proposed model design is the same as empirical data or the proposed model is fit.*

Keywords: *The concept of gratitude and measurement of scale*

Abstrak. Penelitian tentang pengembangan konsep syukur dengan partisipan orang Indonesia cukuplah penting, mengingat di Indonesia sampai saat ini belum ada instrumen yang secara khusus dipergunakan untuk mengukur atau menilai konsep syukur yang di kembangkan berdasarkan warga Indonesia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan konsep skala syukur dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Adapun partisipan penelitian ini adalah adalah 129 mahasiswa IAIN Kediri. Skala yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan hasil penelitian pertama yang dilakukan secara kualitatif. Adapun analisis penelitian kedua dengan menggunakan analisis faktor eksploratori dan analisis faktor konfirmatori. Hasil analisis ekploratori yang dilakukan terhadap data dari semua subjek penelitian, didapatkan hasil bahwa kebersyukuran subjek tersusun ke dalam tiga faktor yaitu faktor mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas nikmat. Berdasar analisis konfirmatori di dapatkan bahwa *chi-square* 135,570 (DF= 88, p=0,001), CMIN/DF=1,541, GFI= 0,884, AGFI = 0,841, TLI= 0,904 dan RMSEA = 0,065. Dengan demikian kriteria syarat penerimaan model dapat terpenuhi atau telah sesuai dengan yang disyaratkan. Dengan begitu dapat dinyatakan bahwa rancangan model yang diajukan sama dengan data empiris atau model yang di ajukan *fit*.

Kata kunci : Konsep syukur dan pengukuran skala

PENDAHULUAN

Syukur seringkali disamakan dengan ungkapan rasa “terima kasih” dan segala pujian hanya untuk Allah semata. Semakin sering bersyukur dan berterima kasih, kita akan semakin baik, tenteram dan bahagia (Mahfud, 2014). Syukur menjadi salah satu hal yang dapat membuat seseorang dikatakan sebagai manusia yang berakhlak mulia, bahkan menurut Jauziyah (2006), syukur dikatakan sebagai salah satu konsep keimanan yang terdiri dari dua hal, yaitu sabar dan syukur.

Dalam Al-Quran juga telah banyak diungkap mengenai syukur, seperti:

“Hai Orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah” (Al-Baqaroh: 171)

“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur”. (An-Nahl:78)

Istilah syukur dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), syukur diartikan sebagai: (1) rasa terima kasih kepada Allah, dan (2) untunglah (menyatakan lega, senang dan sebagainya). Secara *lughawi*, syukur memiliki makna membuka dan menyatakan, yang memiliki makna membuka kenikmatan, menyatakan

kenikmatan, dan menyebutkan kenikmatan dengan lisan, sehingga hakikat syukur ialah menggunakan segala nikmat Allah untuk taat kepadanya dan menghindari segala perbuatan maksiat (Makhdlori, 2009).

Shihab (1997) menjelaskan bahwa kosa kata “syukur” berasal dari bahasa al-Quran yang tertulis dalam bahasa Arab. Kata syukur adalah bentuk mashdar dari kata kerja *syakara—yasykuru—syukran—wa syukuran—wa syukranan*. Kata kerja ini berakar dengan huruf-huruf *syin*, *kaf*, dan *ra*.⁵ Secara bahasa, syukur juga berasal dari kata “syakara” yang berarti pujian atas kebaikan dan penuhnya sesuatu. Syukur juga berarti menampakkan sesuatu kepermukaan. Dalam hal ini menampakkan nikmat Allah. Sedangkan menurut istilah *syara*, syukur adalah pengakuan terhadap nikmat yang dikaruniakan Allah yang disertai dengan kedudukan kepada-Nya dan mempergunakan nikmat tersebut sesuai dengan tuntunan dan kehendak Allah.

Konsep syukur (*gratitude*) telah banyak dikonsepsikan oleh para ahli. Emmons (2004) lebih jauh menjelaskan konsep syukur berasal dari kata *gratia* yang memiliki arti menyukai atau kata *gratus* yang memiliki arti menyenangkan. Menurut Park, Peterson & Seligman (2004) *gratitude* digambarkan dengan kondisi

individu yang sadar dan berterima kasih atas segala hal baik yang terjadi. Individu dalam hal ini dituntut juga untuk bisa mengekspresikan maupun mengungkapkan rasa terima kasih. Syukur dalam hal ini merupakan bentuk emosi yang menyenangkan dengan didahului terbentuknya suatu persepsi bahwa dirinya mendapatkan suatu manfaat dari pemberian orang lain dan didasarkan pada setelah menerima manfaat dari orang lain tersebut (McCullough, Kimeldorf, & Cohen, 2008).

Bersyukur menurut pengertian bahasanya adalah mengakui kebajikan dan dapat memiliki makna bertambah atau berkembang, sedangkan dalam terminologi khususnya, bersyukur memiliki arti memperlihatkan pengaruh nikmat ilahi pada diri seorang hamba pada kalbunya dengan beriman, pajian dan sanjungan yang terlontar dari lisannya serta amal ibadah yang dikerjakannya dan ketaatan yang ditunjukkannya dengan anggota tubuhnya (Munajjid, 2006). Jauziyah (2006) mendefinisikan syukur sebagai sebagai sebagian iman bagi manusia, dimana iman bertumpu pada dua hal yaitu berbuat dan meninggalkan. Syukur memiliki hakikat berbuat yang memiliki makna mengerjakan perintah Allah dan taat kepadanya. Abu Said al-Kharraz (Jauziyah, 2006) menjelaskan bahwa

syukur ialah mengakui nikmat yang didapat kepada yang memberikan nikmat tersebut dan menyatakan *rububiyah*-Nya.

Syukur merupakan kecenderungan seorang individu untuk mengenali dan bereaksi dengan emosi syukur atas kebaikan orang lain dalam pengalaman positif dan atas sesuatu hal yang diterimanya dari orang lain (McCullough, Tsang, & Emmons, 2002). Pruyer (Emmons & McCullough, 2003) menjelaskan bahwa syukur atau *gratitude* berasal dari kata latin *gratia* yang memiliki makna doa, keanggunan atau berterimakasih.

Gratitude diungkapkan sebagai bentuk perasaan yang dialami oleh individu ketika menerima suatu kebaikan atau keuntungan dari seorang penderma (Lambert, Graham & Fincham, 2009). Emmons, McCullough dan Tsang menjelaskan konsep syukur sebagai bentuk perasaan takjub, berterima kasih, dan menghargai atas manfaat yang diperolehnya. Perasaan tersebut bisa diarahkan pada orang lain maupun pada dirinya sendiri. Fitzgerald (2004) menambahkan bahwa dalam konsep *gratitude* terdiri dari tiga komponen, yaitu berupa bentuk apresiasi yang hangat terhadap sesuatu atau seseorang, niat baik terhadap sesuatu atau seseorang, dan keberadaan

perilaku yang merupakan implikasi dari apresiasi dan niat tersebut.

Beberapa penelitian empiris telah menunjukkan hubungan antara rasa syukur dengan berbagai aspek psikologis seperti kesehatan mental yang lebih tinggi (McCullough, Tsang, & Emmons, 2002). Rasa syukur juga telah dikaitkan untuk kepuasan hidup secara umum, kepuasan dengan keluarga, kepuasan di sekolah, optimisme, dan pengaruh positif di antara siswa sekolah menengah (Froh, Yurkewicz, & Kashdan, 2009). Hasil Penelitian Fan, Emmons, Bono, Huebner & Watkins, (2011) pada siswa kelas 9 hingga 12, menunjukkan bahwa rasa syukur adalah prediktor yang signifikan terhadap prestasi akademik, kepuasan hidup, integrasi sosial, dan penyerapan serta tingkat kedengkiian dan depresi yang lebih rendah, bahkan setelah efek potensial dari usia peserta, jenis kelamin, etnis, dan penerimaan layanan pendidikan khusus dikontrol secara statistik (Froh, Emmons, et al., 2011). Rasa syukur juga dihubungkan dengan kesejahteraan psikologis (Emmons & McCullough, 2003; Watkins, Woodward, Stone, & Kolts, 2003; Ranna, Tahir, & Ramzan, 2013; Ramxan & Ranna, 2014; Buragohain & Mandal, 2015).

Penelitian tentang kebersyukuran di Indonesia juga telah

banyak dilakukan seperti penelitian Mukhlis & Koentjoro (2015) yang mengungkapkan orang dengan rasa syukur yang tinggi mengalami kebahagiaan yang lebih besar, harapan, dan kebanggaan yang lebih besar dibandingkan orang yang kurang bersyukur. Selain itu, penelitian yang dilakukan Mukhlis & Koentjoro (2015) membuktikan adanya pengaruh pelatihan bersyukur terhadap kecemasan siswa yang akan menghadapi Ujian Nasional. Penelitian Latifah dan Heli (2015) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan syukur dengan iri pada pengguna *Instagram*. Penelitian ini memberikan hasil bahwa harga diri dan syukur memiliki hubungan yang negatif dengan iri pada pengguna *Instagram*, tetapi syukur memiliki hubungan yang lebih kuat dibandingkan dengan harga diri. Sementara hasil penelitian Wibisono (2017), yang meneliti 179 mahasiswa di Indonesia dan beragama Islam. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari tiga skala, yaitu skala kebersyukuran yang disusun sendiri oleh peneliti dengan mengacu kepada teori yang dikemukakan oleh Munajjid dan dua skala yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan subjektif yaitu PANAS (*Positive Affect and Negative Affect Scale*) yang

diungkapkan oleh Watson, Clark, & Tellegen & SWLS (*Statifcation with Life Scale*) berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Diener. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif.

Meskipun konsep syukur sudah dianggap memiliki konstruk yang baik dengan beberapa skala yang ada dan penelitian yang sudah dilakukan, menjadi perhatian lebih lanjut mengenai konsep syukur dalam hal keterkaitannya dengan keberadaan konteks budaya, agama, maupun filosofis (Emmons, 2004). Konsep syukur dalam hal ini bisa saja mengalami penekanan maupun konstruk yang berbeda ketika dihadapkan dengan konteks budaya, agama, maupun filosofis yang berbeda. Hal tersebut dapat diartikan bahwa konstruk konsep syukur yang terbentuk dalam individu tidak dapat terlepas dari proses pembelajaran yang mengarahkan pada satu nilai yang sangat erat dengan nilai budaya, agama, dan filosofis yang ada di sekitarnya. Kondisi pembelajaran nilai-nilai seperti halnya tersebut sering dipahami sebagai bentuk proses sosialisasi dan enkulturasi.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, penelitian ini fokus pada dua hal, yaitu menggali pemahaman

masyarakat tentang konsep syukur dan konstruksi instrumen syukur. Pertama, konsep syukur tentunya tidak lepas dari pengaruh sosial dan budaya setempat. Istilah atau kata syukur merupakan istilah islam yang diadaptasi dan digunakan dalam konteks masyarakat Indonesia. Namun konsep ini belum jelas secara operasional: bagaimana orang yang dikatakan bersyukur dalam konteks Indonesia. Oleh karena itu, perlu memahami seperti apa orang yang syukur dalam konteks masyarakat, khususnya mahasiswa.

Kedua, instrumen syukur yang dibuat berdasarkan teori dan konsep dari islam sudah ada namun hingga saat ini belum ada instrumen syukur yang dikonstrak dari bawah (*bottom-up*), yaitu dari pengalaman sehari-hari masyarakat. Atas dasar itu, instrumen syukur dalam penelitian ini menggunakan *prototype methodology*, yaitu merupakan salah satu cara untuk mengkonsep atau mengkonstrak atribut psikologis. Pendekatan prototipe terbukti efektif untuk menggambarkan dan mengkonstrak atribut psikologis seperti yang dilakukan (Frei dan Shaver, 2002; dan Langdon, 2007). Estimasi reliabilitas menggunakan konsistensi internal dengan teknik *alpha cronbach*. Sementara untuk validitas instrumen menggunakan validitas berdasarkan

isi, yaitu penelaahan mengenai sejauh mana isi aitem sesuai dengan konstruk yang diukur (Furr, 2011), yang diperkuat dengan analisis faktor. Dengan cara tersebut diharapkan pengukuran konstruk syukur dapat diidentifikasi secara akurat dan sesuai dengan konteks masyarakat Indonesia.

Metode

Desain dan Prosedur

Penelitian ini terdiri dari dua penelitian, yaitu penelitian 1 bertujuan untuk menentukan definisi atau konsep tentang orang bersyukur. Pada penelitian 1 partisipan diminta mengisi angket yang berisi pertanyaan terbuka. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan prototip metodologi, yang bertujuan untuk mengeksplorasi dan menggambarkan orang yang bersyukur dalam konteks kehidupan sehari-hari. Prototip metodologi merupakan salah satu pendekatan yang digunakan untuk mengkonsepsi atau mengkonstruksi variabel psikologis, seperti kepribadian dan emosi (Langdon, 2007). Metode ini telah banyak dilakukan oleh beberapa penelitian sebelumnya, seperti Fehr dan Russel (1991) tentang cinta; Frei dan Shaver, (2002) dan Langdon (2007) tentang respek. Sementara pada penelitian 2 bertujuan untuk membuat skala syukur berdasarkan hasil penelitian 1 dan melakukan analisis

psikometris. Metode analisis data yang dilakukan pada penelitian 1 adalah kualitatif, sedangkan pada penelitian 2 menggunakan analisis data kuantitatif.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa. Pada penelitian 1 partisipan berjumlah 29 (laki-laki: 8, wanita: 21). Rentang umur dari 17 sampai 23 tahun. Sementara pada penelitian 2 berjumlah 129 partisipan (umur 17-23 tahun). Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *non probability sampling*, yaitu pengambilan sampel dilakukan secara tidak acak atau sesuai dengan tujuan penelitian.

Pengukuran

Pada penelitian 1 alat ukur yang digunakan terdiri satu aitem dengan pertanyaan terbuka. "Menurut Anda orang yang bersyukur itu seperti apa?". Partisipan diminta menjawab apapun yang ada dipikirkannya mengenai orang yang bersyukur yang terdiri dari sifat, perilaku atau karakteristik. Setelah itu dilakukan pengumpulan data jawaban partisipan dan dilakukan koding dan membuat kategori berdasarkan jawaban partisipan. Pembuatan kategori berdasarkan kemiripan jawaban dan diskusi dengan asisten dan dosen peneliti. Pada penelitian 2 peneliti membuat alat ukur syukur berdasarkan indikator yang ditemukan pada penelitian pertama. Jumlah aitem yang

dibuat sebanyak 23 aitem. Skala yang digunakan adalah model Likert dengan lima tipe pilihan (1= “tidak sesuai”- “5= sangat sesuai”).

Hasil Penelitian

Penelitian 1

Langkah pertama yang dilakukan setelah pengambilan data pada penelitian satu, yaitu mengorganisasikan data. Selanjutnya, membuat koding berdasarkan respon yang berasal dari pertanyaan terbuka tentang orang bersyukur. Jawaban partisipan dikelompokkan berdasarkan kesamaan atau kemiripan jawaban sehingga menjadi satu kategori. Hasil kategori kemudian diuji dan didiskusikan dengan peneliti lain apabila terjadi perbedaan dalam menetapkan jawaban respon pada kategori tertentu. Hasil akhir menunjukkan bahwa terdapat 3 kategori.

Berdasarkan hasil penelitian satu kategori yang memiliki presentase paling tinggi menggambarkan orang yang bersyukur adalah dapat memahami nikmat (35,5%), partisipan penelitian mengartikan orang yang bersyukur sebagai orang yang memahami nikmat. Memahami nikmat kemudian dengan kesadaran melalui lisan mengucapkan pujian-pujian, dan

meneguhkan persaksian hati serta dengan perialaku yang mendukung ketaatan terhadap perintah dan menjauhi larangan. Beberapa contoh jawaban responden ”*menunjukkan adanya nikmat Allah pada dirinya. Dengan melalui lisan berupa pujian dan mengucapkan kesadaran diri bahwa ia telah diberi nikmat. Dengan melalui hati berupa persaksian dan kecintaan kepada Allah. Dengan melalui anggota badan berupa kepatuhan dan ketaatan kepada Allah*”. Pada konteks ini syukur cenderung bersifat perilaku atau tindakan secara menyeluruh baik dari dalam pribadi orang yang bersyukur maupun dari ucapan dan tindakan.

Kedua, mengenal nikmat (33,5%). Mengenal nikmat merupakan karakter positif yang memiliki arti mengetahui apa yang telah ia terima dengan sepenuh hati walaupun sedikit yang ia dapatkan. Beberapa contoh jawaban responden berkaitan dengan kategori ini, yaitu: “*Orang yang bersyukur adalah orang yang tahu berterima kasih. Bukan sekedar banyak atau sedikitnya rejeki yang kita peroleh, tapi renungkan sejenak: yang memberi kita rejeki itu adalah Sang Maha Agung*”.

Ketiga, memuji nikmat Alloh (31,0%). Memuji nikmat merupakan perilaku yang ditunjukkan untuk seseorang terhadap limpahan karunia

yang diberikan oleh Allah. Seperti jawaban responden “*sebuah ungkapan rasa berterimakasih kita kepada Allah swt yang telah memberikan kita berbagai anugerah dan kenikmatan yang tak terhitung jumlahnya. ... Dari mulai bangun tidur hingga beranjak tidur kembali, nikmat Allah*”.

Secara umum hasil kategori pada penelitian pertama menunjukkan bahwa konsep syukur lebih dipahami pada konteks rasa berterimakasih kepada Allah, memperlihatkan pengaruh nikmat ilahi pada diri seorang hamba pada kalbunya dengan beriman, pujian dan sanjungan yang terlontar dari lisannya serta amal ibadah yang dikerjakannya dan ketaatan yang ditunjukkannya dengan anggota tubuhnya. Lebih singkat, seseorang yang bersyukur mempunyai ciri yaitu; mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas nikmat.

Penelitian 2

Pada penelitian kedua dilakukan konstruksi skala syukur berdasarkan hasil eksplorasi penelitian pertama. Langkah-langkah dalam menyusun skala syukur, sebagai berikut:

Pertama, identifikasi konstruk syukur. Konstruk syukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah berdasarkan hasil temuan pada penelitian pertama. Orang yang

bersyukur dalam penelitian ini, didefinisikan sebagai individu yang memiliki rasa berterimakasih kepada Allah, memperlihatkan pengaruh nikmat ilahi pada diri seorang hamba pada kalbunya dengan beriman, pujian dan sanjungan yang terlontar dari lisannya serta amal ibadah yang dikerjakannya dan ketaatan yang ditunjukkannya dengan anggota tubuhnya. Terdapat tiga aspek pada seseorang yang bersyukur yaitu, mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas nikmat.

Kedua, penskalaan dan penulisan aitem. Model penyusunan skala kebersyukuran dengan model Likert dengan lima tipe pilihan (Sangat Sesuai, Sesuai, Cukup Sesuai, Kurang Sesuai, Tidak Sesuai) dengan penilaian dari 1 sampai 5. Langkah selanjutnya membuat *blue print* (lihat Tabel 2) dan membuat aitem berdasarkan aspek dan indikator yang berjumlah 23 aitem, yang terdiri dari aspek memahami nikmat, mengenal nikmat dan memuji nikmat.

Review dan Uji coba

Langkah selanjutnya adalah melakukan *review* terhadap aitem yang telah ditulis. *Review* dilakukan oleh dosen/peneliti yang dianggap berkompeten dalam memahami konsep syukur. Tujuannya dilakukan *review* untuk meningkatkan kualitas isi aitem, kesesuaian dengan *blue print*

(validitas isi) serta untuk mengetahui tata bahasa dalam skala syukur. Selanjutnya dilakukan uji coba untuk mengetahui reliabilitas dan melihat daya diskriminasi aitem. Berdasarkan uji reliabilitas dengan pendekatan konsistensi internal *alpha* diperoleh reliabilitas sebesar 0,91. Setelah dilakukan uji korelasi aitem-total terdapat delapan aitem yang gugur (nilai $\leq 0,30$). Selanjutnya dilakukan analisis faktor eksploratori menggunakan 15 aitem. Tujuannya untuk mengetahui struktur atau komponen yang terbentuk pada konsep syukur.

Adapun hasil uji reliabilitas skala ini sebesar 0,904. Hal ini menunjukkan skala ini dapat digunakan untuk asesmen maupun untuk mengambil data penelitian mengenai syukur.

Pada penelitian ini menggunakan analisis faktor eksploratori dan analisis faktor konfirmatori. Analisis pertama adalah analisis faktor eksploratori. Analisis ini dilakukan pada 15 aitem syukur. Pada analisis faktor eksploratori ini dipergunakan dengan maksud sebagaimana pendapat Steven (2009) untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang terbentuk dalam suatu pengukuran. Adapun sebelum melaksanakan apakah suatu data sudah sesuai untuk dilakukan analisis faktor

eksploratori diperlukan pengujian awal terlebih dahulu.

Pengujian awal tersebut yaitu dengan melihat *Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy* (KMO) terlebih dahulu. KMO mempunyai tujuan untuk melihat apakah data atau sampel adekuat untuk dilakukan analisis faktor eksploratori. KMO mempunyai nilai mulai 0 hingga 1. Setelah melihat KMO, langkah berikutnya adalah dengan melihat nilai *Bartlets*. Tes *Bartlets* bertujuan untuk menilai apakah suatu variabel berkorelasi signifikan dengan variabel lain dengan kriteria $p < 0,01$. *Measures of sample of adequacy* (MSA) bertujuan untuk melihat korelasi antarvariabel dalam data penelitian. Analisis faktor dapat dilakukan jika korelasi antarvariabel lebih besar 0,5 (Hair, dkk, 2006).

Hasil penelitian menunjukkan $KMO = 0,899$, $\chi^2 (730, N = 129) = 3310,136, p = 0,000$. Hasil menunjukkan semua variabel lebih besar dari 0,5. Hal tersebut menunjukkan bahwa semua variabel dapat diikuti dalam analisis lanjutan. Dengan diterima semua uji pendahuluan, maka analisis faktor terhadap 23 variabel dapat dilakukan.

Menurut Fabrigar, dkk., (1999) *principal component analysis* (PCA) merupakan metode yang cocok untuk mereduksi data. Oleh karenanya

dalam mereduksi faktor dalam penelitian ini dengan *principal component analysis (PCA)*. Hasil analisis faktor pada 15 variabel terbentuk 3 faktor.

Berdasarkan pada penelitian tahap 1, aspek syukur terdiri dari 3 aspek, yaitu mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas nikmat. Dikarenakan aspek syukur pada analisis faktor eksploratori juga mendapatkan 3 faktor atau 3 aspek, peneliti semakin mudah untuk pemberian nama pada faktor-faktor tersebut.

Berdasarkan hasil analisis faktor dengan *exploratory factor analysis* menunjukkan nilai Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) sebesar

0,945 ($<0,7$) dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$). Menurut Leech dkk (2005), bila nilai KMO lebih besar dari 0,7 dengan nilai signifikansi $<0,05$ menunjukkan butir-aitem berkorelasi tinggi sehingga dapat dilakukan analisis faktor. Hasil putaran dengan rotasi ortogonal (*varimax*) menunjukkan terbentuknya 3 faktor. Gambaran lengkap dari hasil analisis dapat dilihat pada tabel 2.

Costello dan Osborne (2005) mengatakan bahwa struktur faktor telah murni atau fit jika faktor loading lebih besar dari 0,3. Secara ringkas hasil analisis eksploratori yang dilakukan oleh peneliti sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis Eksplorari Skala Syukur

Component Matrix^a

	Component		
	1	2	3
Keislaman saya adalah anugrah terbesar dalam hidup saya.	,638	-,338	-,064
Saya meyakini dengan sepenuh hati bahwa udara yang saya hirup adalah karunia yang diberikan oleh Allah S.W.T.	,665	-,321	,140
Saya meyakini dengan sepenuh hati bahwa setiap pakaian baru yang saya dapatkan adalah hadiah dari Allah S.W.T.	,744	-,267	-,320
Kesehatan yang saya peroleh adalah nikmat yang saya dapatkan dari Allah S.W.T.	,713	-,017	-,086
Harta yang saya miliki saat ini adalah titipan yang diamanahkan Allah S.W.T kepada saya.	,706	,039	,166

Saya merasa karunia yang diberikan Allah S.W.T kepada saya sangat banyak.	,128	,581	,325
Saya merasa bahwa semua hal yang saya inginkan, berhasil saya dapatkan karena kemurahan dari Allah S.W.T	,290	,522	,386
Hal yang pertama kali saya lakukan ketika mendapatkan hal-hal baik adalah mengingat Allah S.W.T dan memujinya.	,198	,520	,121
Saya meyakini bahwa yang berhak menerima pujian atas semua hal baik yang terjadi di dunia ini hanyalah Allah S.W.T.	,193	,805	-,395
Pada setiap kesempatan yang ada saya selalu berterimakasih kepada Allah S.W.T atas segala hal baik yang telah saya dapatkan dalam hidup ini.	,390	,562	,286
Saya selalu mengucapkan Alhamdulillah setelah makan dan minum.	,290	,262	,562
Saya selalu memuji Allah S.W.T setiap kali saya bangun tidur karena masih diberikan kesempatan untuk hidup.	,190	,562	,562
Saya menyumbangkan sebagian harta saya sebagai bentuk rasa terimakasih saya atas segala nikmat yang telah Allah S.W.T berikan kepada saya.	,290	,162	,562
Saya selalu mengucapkan Alhamdulillah setiap kali saya berhasil mendapatkan apa yang saya inginkan.	,390	,362	,562
Saya selalu mengerjakan sholat lima waktu sebagai bentuk rasa terimakasih saya atas segala nikmat yang telah diberikan oleh Allah S.W.T kepada saya.	,237	,255	,791

Extraction Method: Principal Component Analysis.

a. 3 components extracted.

Pada penelitian ini, peneliti juga melakukan analisis faktor konfirmatori. Untuk melihat seperti apa struktur konsep syukur subjek penelitian berdasarkan data yang diungkap melalui skala syukur. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Berdasar pada gambar 1 menunjukkan bahwa *chi-square* 135,570 (DF= 88, p=0,001), CMIN/DF=1,541, GFI= 0,884, AGFI = 0,841, TLI= 0,904 dan RMSEA = 0,065. Dengan demikian kriteria syarat penerimaan model dapat terpenuhi atau telah sesuai dengan yang

disyaratkan. Dengan begitu dapat dinyatakan bahwa rancangan model yang diajukan sama dengan data empiris atau model yang di ajukan *fit*.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep syukur dalam pandangan kehidupan sehari-hari dan kedua membuat alat ukur syukur berdasarkan hasil penelitian 1, yang bersifat kualitatif. Berdasarkan hasil pada penelitian 1 diperoleh hasil bahwa orang yang bersyukur mempunyai ciri berupa mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji nikmat.

Mengenal nikmat adalah ketika seseorang menghadirkan nikmat tersebut dalam hati, mengistimewakan, dan meyakini nikmat tersebut. Apabila seseorang hamba telah mengenal nikmat, maka dirinya akan berusaha untuk mengenal Tuhannya yang telah memberi nikmat, kemudian apabila seorang hamba telah mengenal Tuhan yang memberi nikmat, maka seorang ha,ba akan mencintai Tuhannya, dan apabila seorang hamba telah mencintai Tuhannya, maka seorang hamba akan bersungguh-sungguh mencari-Nya dan bersyukur kepada-Nya

Menerima nikmat adalah ketika seorang hamba menyambut

nikmat yang telah didupatkannya dengan memperlihatkan kefakirannya kepada yang telah memberi nikmat dan hajat kita kepada- ya, dan sesungguhnya bahwa semua nikmat yang diterima bukanlah karena keberhakan kita, namun sesungguhnya semua itu ialah semata-mata karena karunia dan Kemurahan dari Allah.

Sementara memuji Allah atas nikmat yang telah diberikan oleh-Nya. Adalah memuji atas nikmat yang didapatkan terdiri dari dua macam. Pertama, yaitu pujian yang bersifat umum, dimana seorang hamba memuji sang pemberi nikmat bersifat dermawan, pemurah, baik, luas pemberian-Nya dan sebagainya. Kedua, yaitu pujian yang bersifat khusus yaitu dengan membicarakan nikmat-nikmat yang telah dianugrahkan oleh-Nya.

Hasil penelitian kedua adalah bersifat kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa koefisien reliabilitas skor komposit yang dicapai oleh skala syukur, yaitu sebesar 0.91. Namun demikian, perlu dicermati bahwa koefisien reliabilitas masing-masing variabel (komponen) bergerak dari nilai 0.31 sampai dengan 0.80. Ini menunjukkan bahwa reliabilitas tiap sub skala dalam skala syukur yang digunakan dalam penelitian ini kurang memuaskan, jika berpatokan pada konsensus bahwa reliabilitas yang

memuaskan dicapai pada koefisien sebesar 0.9 atau lebih (Azwar, 2000), meskipun hasil analisis item menunjukkan bahwa korelasi item total yang dicapai tiap-tiap item pada masing-masing komponen mayoritas tinggi. Kurang memuaskannya koefisien reliabilitas karena ada item yang memperoleh skor yang rendah.

Adapun analisis faktor dilakukan dengan analisis faktor eksploratori dan analisis faktor konfirmatori. Pada analisis faktor eksploratori yang dilakukan terhadap data dari semua subjek penelitian, didapatkan hasil bahwa kebersyukuran subjek tersusun ke dalam tiga faktor yaitu faktor mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas nikmat.

Hasil analisis faktor eksploratori juga sesuai dengan hasil analisis faktor konfirmatori. Hasil analisis faktor konfirmatori menunjukkan bahwa data yang didapatkan melalui pengukuran menggunakan skala kebersyukuran fit (cocok) dengan model (teori yang digunakan sebagai dasar penyusunan alat ukur) pada subjek.

Hasil penelitian ini sesuai dengan skala konsep syukur menemukan tiga faktor umum utama menggunakan data yang diperoleh dari 129 mahasiswa yang belajar di perguruan tinggi menghasilkan tiga

faktor yaitu mengenal nikmat, menerima nikmat dan memuji Allah atas nikmat.

Penelitian ini memberikan pilihan dari berbagai temuan berupa alat ukur syukur yang telah dikembangkan. Beberapa penelitian di Indonesia tentang syukur masih banyak yang mengadaptasi konsep Barat. Penelitian yang dilakukan Wakhidah, mencoba mencari hubungan antara dukungan sosial, *well-being*, dan bersyukur. Namun, alat ukur syukur masih mengadaptasi skala GRAT dan tidak menggunakan basis syukur dalam konsep Islam (Wakhidah, Hubungan antara dukungan sosial dan syukur dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa semester akhir uin sunan kalijaga, 2015). GRAT juga diadaptasi oleh Sativa dan Helmi dalam merancang alat ukur syukur (Sativa & Helmi, 2013). Begitupula yang dilakukan Ishak dengan mengadaptasi teori dari Emmons (Ishak, 2007).

Beberapa peneliti mencoba menyusun alat ukur dengan konteks responden muslim. Amjad menyusun alat ukur syukur yang diuji pada masyarakat Muslim Pakistan. Dimensi syukur berdasarkan dua aspek yaitu: 1) Bersyukur kepada sesama manusia; 2) Bersyukur kepada Allah. Namun, uji alat ukur yang dilakukan sebatas mencari konsistensi internal dengan

Cronbach Alpha sebesar 0,75 dan melakukan validitas konkuren dengan menguji korelasi dengan variabel *relationship*, kebahagiaan, dan kepuasan hidup (Amjad, 2013). Kita melihat Amjad membuat dimensi syukur yang bersesuaian dengan salah satu hadis Nabi, yang mengatakan bahwa tidak disebut bersyukur kepada Allah jika tidak bersyukur kepada sesama manusia.

Penelitian lain bahkan berfokus pada bersyukur yang religius (*religious gratitude*). Bersyukur religius telah dibuat sebuah alat ukur yang disebut Gratitude Toward God Questionnaire yang pernah dikembangkan oleh Krause. Alat ukur ini memiliki konsistensi dengan GQ-6. Selain itu, alat ukur Gratitude Toward God Questionnaire memiliki korelasi dengan kesehatan mental dan *subjective well-being* (Aghababaei & Tabik, 2013).

Jika membandingkan alat ukur ini dengan alat ukur lain yang sejenis, maka penelitian ini melakukan *review* dan menguji ulang beberapa alat ukur syukur. Alat ukur tersebut antara lain *Gratitude Questionnaire-6* (GQ6), *Gratitude Adjective Checklist* (GAC), dan *Gratitude Resentment and Appreciation Test* (GRAT), AS (*Appreciation Scale*). Perkembangan alat ukur syukur di Asia sudah dikembangkan oleh beberapa ahli.

Zhang Liyan dan Hou Xiaohua yang menjelaskan bahwa bersyukur terbagi dua, yaitu status bersyukur (*state gratitude*) dan sifat bersyukur (*trait gratitude*). Status bersyukur berarti emosi bersyukur yang sedang dirasakan. Adapun sifat bersyukur adalah kecenderungan seseorang untuk mengalami perasaan bersyukur. Dua tipe pengukuran tersebut telah dikembangkan secara unidimensional dan multidimensional (Liyan & Xiaohua, 2010).

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, penelitian ini fokus pada dua hal, yaitu menggali pemahaman masyarakat tentang konsep syukur dan konstruksi instrumen syukur. Pertama, konsep syukur tentunya tidak lepas dari pengaruh sosial dan budaya setempat. Istilah atau kata syukur merupakan istilah islam yang diadaptasi dan digunakan dalam konteks masyarakat Indonesia. Namun konsep ini belum jelas secara operasional: bagaimana orang yang dikatakan bersyukur dalam konteks Indonesia. Oleh karena itu, perlu memahami seperti apa orang yang syukur dalam konteks masyarakat, khususnya mahasiswa.

Kedua, instrumen syukur yang dibuat berdasarkan teori dan konsep dari islam sudah ada (lihat hasil penelitian Rusdi, 2016) namun hingga saat ini belum ada instrumen syukur

yang dikonstrak dari bawah (*bottom-up*), yaitu dari pengalaman sehari-hari masyarakat. Atas dasar itu, instrumen syukur dalam penelitian ini menggunakan *prototype methodology*, yaitu merupakan salah satu cara untuk mengkonsep atau mengkonstrak atribut psikologis. Pendekatan prototipe terbukti efektif untuk menggambarkan dan mengkonstrak atribut psikologis seperti yang dilakukan (Frei dan Shaver, 2002; dan Langdon, 2007). Estimasi reliabilitas menggunakan konsistensi internal dengan teknik *alpha cronbach*. Sementara untuk validitas instrumen menggunakan validitas berdasarkan isi, yaitu penelaahan mengenai sejauh mana isi aitem sesuai dengan konstrak yang diukur (Furr, 2011), yang diperkuat dengan analisis faktor. Dengan cara tersebut diharapkan pengukuran konstrak syukur dapat diidentifikasi secara akurat dan sesuai dengan konteks masyarakat Indonesia.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa bersyukur adalah rasa terimakasih kepada Allah, memperlihatkan pengaruh nikmat ilahi pada diri seorang hamba pada kalbunya dengan beriman, pujian dan sanjungan yang terlontar dari lisannya serta amal ibadah yang dikerjakannya

dan ketaantan yang ditunjukkannya dengan anggota tubuhnya. Syukur dalam penelitian ini terdiri dari memahami nikmat, mengenal nikmat dan memuji Allah atas nikmat.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa koefisien reliabilitas skor komposit yang dicapai skala syukur sebesar 0,91. Berdasar analisis konfirmatori di dapatkan bahwa *chi-square* 135,570 (DF= 88, $p=0,001$), *CMIN/DF*=1,541, *GFI*= 0,884, *AGFI* = 0,841, *TLI*= 0,904 dan *RMSEA* = 0,065. Dengan demikian kriteria syarat penerimaan model dapat terpenuhi atau telah sesuai dengan yang disyaratkan. Dengan begitu dapat dinyatakan bahwa rancangan model yang diajukan sama dengan data empiris atau model yang di ajukan *fit*, yang artinya bahwa variabel observasi (sebagai variabel indikator), berupa memahami nikmat, mengenali nikmat dan memuji Allah karena mendapatkan nikmat dapat mendefinisikan variabel latennya berupa konsep syukur, atau dapat juga dinyatakan bahwa analisis faktor konfirmatori akan mencerminkan sebuah model pengukuran berupa variabel teramati mendefinisikan konstrak atau variabel latennya.

Daftar Pustaka

Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, [Kemdikbud](#).

- (2018). Kamus Besar Bahasa Indonesia Online. *Kbbi.web.id*. diakses pada tanggal 20 September 2018, pukul 09.59 Wib. Yogyakarta.
- Buragohain, P., & Mandal, R. (2015). Teaching of gratitude among the students of secondary school as a means of weel-being. *International Journal of Humanities Social Science and Education*. 2(2), 179-188.
- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessing versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377-389. doi:10.1037/0022-3514.84.2.377.
- Frei, J.R & Shaver, P.R. (2002). Respect in close relationship: Prototype defini-tion, self-report assessment, and initial correlate. *Personal Relationship*, 9, 121-139
- Froh, J. J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T. B. (2009). Gratitude and subjective well-being in early adolescence: Examining gender differences. *Journal of Adolescence*, 32(2009), 633-650. doi:10.1016/j.adolescence.2008.06.006.
- Froh, J., Fan, J., Emmons, R., Bono, G., Huebner, S., & Watkins, P. (2011). Measuring gratitude in youth: Assessing the psychometric properties of adult gratitude scales in children and adolescents. *Psychological Assessment*, 23(2), 311—324.
- Furr, R.M. (2011). *Scale construction and psychometrics for social and personality psychology*. SAGE Publication: London.
- Ghazali, A. (1982). *Ihya ulumiddin*. Jakarta Selatan: CV. Faizan.
- Jauziyah, I. A. (2006). *Kemuliaan sabar dan keagungan syukur*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Langdon, S.W. (2007). Conceptualizations of respect: Qualitative and quan-titative evidence of four (five) themes. *The Journal of Psychology*, 141(5), 469—484
- Latifah, A., & Helmi, A.,F. (2015). Hubungan antara Syukur dan Harga Diri dengan Iri pada Pengguna Instagram. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada: Yogyakarta.
- Mahfud, C. (2014). THE POWER OF SYUKUR: Tafsir Kontekstual Konsep Syukur dalam al-Quran. Epistemé; Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman, Vol. 9, No. 2, 377-400
- Makhdlori, M. (2009). *Bersyukur membuatmu benar-benar makin kaya*. Jogjakarta: Diva Press.
- McCullough, M. E., Tsang, J.-A., & Emmons, R. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127.

doi:10.1037//0022-3514.82.1.112.

- Mukhlis, H., & Koentjoro. (2015). Pelatihan kebersyukuran untuk menurunkan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa SMA. *Gadjah Mada Journal Of Professional Psychology*, 1(3), 203-215.
- Munajjid, M. (2006). *Silsilah amalan hati: Ikhlas, tawakkal, optimis, takut, bersyukur, ridha, introspeksi diri, tafakkur, makabbah, taqwa, wara*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Ramzan, N., & Rana, S. A. (2014). Expression of gratitude and subjective wellbeing among university teachers. *Middel-East Journal of Scientific Reaserch*.
- Rana, S. A., Tahir, M. A., & Ramazan, N. (2013). Gratitude and subjective wellbeing among university teachers. *Bahria Journal of Professional Psychology*, 21(5), 756-762. doi:10.5829/idosi.mejsr.2014.21.05.8464.
- Rusdi, A (2016). Syukur Dalam Psikologi Islam Dan Konstruksi Alat Ukurnya. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris Vol. 2., No. 2.* 37-54
- Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationship with subjective well-being. *Social Behavior and Personality*, 31(5), 431-452.
- Wibisono, M. (2017). Hubungan Antara Kebersyukuran Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia: Yogyakarta.
- Yayasan Penyelenggara Penerjemah/Penafsir al-Quran (2004). *Al-Quran dan Terjemahnya*, Jakarta: Departemen Agama.