

# **GAMBARAN *SPIRITUAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA PENGHAFAL AL-QUR'AN DI UNIVERSITAS PADJADJARAN**

**Widwi Mukhabibah**

**190110130075**

## **ABSTRAK**

Saat ini aktivitas menghafal Al-Qur'an (hifz) sedang mengalami perkembangan dan sedang banyak dilakukan mulai dari usia anak-anak hingga dewasa, termasuk di dalamnya adalah mahasiswa Universitas Padjadjaran. Aktivitas menghafal Al-Qur'an pada dasarnya bukanlah sebuah kewajiban sehingga individu yang melakukannya pasti memiliki faktor tertentu yang menjadi pendorong dilakukannya aktivitas tersebut. Penelitian awal menunjukkan bahwa pada penghafal Al-Qur'an terdapat keyakinan akan adanya konsekuensi positif yang akan didapat dari Allah SWT melalui aktivitas menghafal. Salah satunya adalah rasa tenang yang dirasakan penghafal Al-Qur'an. Rasa tenang tersebut dalam keilmuan psikologi dikonseptualisasi sebagai kesejahteraan atau *well-being*. Oleh karena kondisi sejahtera ini melibatkan aspek ketuhanan, maka secara lebih spesifik kesejahteraan yang dimaksud adalah kesejahteraan spiritual.

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori *spiritual well-being* oleh Ellison (1983). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empirik mengenai gambaran *spiritual well-being* pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an di Universitas Padjadjaran. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan tujuan untuk memberi gambaran terkait fenomena yang diteliti. Subjek penelitian merupakan mahasiswa aktif S1 Universitas Padjadjaran yang melakukan aktivitas menghafal Al-Qur'an. Alat ukur yang digunakan adalah *Spiritual well-being Scale* (SWBS) yang mengukur kesejahteraan spiritual yang diambil dari penelitian Tuti Anggraini Utama (2015) dengan modifikasi oleh peneliti. Reliabilitas alat ukur penelitian ini adalah sebesar 0.863. Penelitian ini menggunakan data kuantitatif sebagai data utama serta data kualitatif yang digunakan sebagai penunjang pembahasan data kuantitatif serta menggali kedalaman informasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 40 responden dengan menggunakan teknik snowball sampling.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 85% penghafal Al-Qur'an di Universitas Padjadjaran memiliki *spiritual well-being* (SpWB) yang tinggi dan 15% memiliki SpWB yang sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas penghafal Al-Qur'an memiliki kehidupan yang harmonis dan stabil, ditandai dengan adanya kedekatan dengan Allah SWT dan kepuasan hidup. Responden yang memiliki skor *spiritual well-being* yang tinggi didominasi oleh metode menghafal dengan mengikuti lembaga *tahfizh*, memiliki jadwal yang tentatif (berubah-ubah), serta dorongan untuk menghafal Al-Qur'an bersumber dari dirinya sendiri.

**Kata Kunci :** *Spiritual well-being*, Penghafal Al-Qur'an, *Religious Well-Being*, *Existential Well-Being*

## PENDAHULUAN

Religiusitas dan spiritualitas telah menjadi bagian dari sejarah kehidupan manusia. Keduanya telah menjadi subjek dan objek dari seni, musik, puisi, budaya, dan aktivitas manusia lainnya (Zinnbauer & Pargament, dalam Paloutzian & Park, 2005, hal. 21). Namun, pada awalnya sisi ilmiah kedua konstruk tersebut masih tergolong baru dalam bidang psikologi. Hal ini terjadi karena pada awalnya terdapat pandangan bahwa agama/spiritualitas tidak dianggap sebagai bidang penelitian psikologi (Le Roux, 1998; Smith, 2003; Van Dierendonck & Mohan, 2006 dalam Van Rooyen & Beukes, 2009, hal. 26). Padahal menurut Fontana (2003, dalam Rostiana, 2011), aspek spiritual sebenarnya adalah salah satu kebutuhan manusia yang mendasar. Kemudian muncul masa dimana para *positivist*, mengkaji mengenai konstruk seperti agama, spiritualitas, dan *spiritual well-being* dan terus berkembang hingga konstruk ini menjadi bagian dari kajian *positive psychology* (Van Rooyen & Beukes, 2009, hal. 26-27).

Menurut Paloutzian (2002, dalam Rostiana, 2011), *spiritual well-being* mencerminkan kebahagiaan individu yang mencakup dua area, yaitu kedekatan dengan Tuhan dan manifestasinya dalam kehidupan berupa dimilikinya kehidupan yang bermakna. Pada sumber yang lain dinyatakan bahwa *spiritual well-being* merupakan sebuah kondisi yang memiliki dua status, yaitu (1) dimensi vertikal yang menunjuk pada kesejahteraan (*well-being*) pada hubungannya dengan Tuhan atau kekuatan yang lebih besar (*higher power*) yang mengarah pada elemen religius, dan (2) dimensi horizontal yang menunjuk pada tujuan dan kepuasan hidup yang mengarah pada komponen eksistensial (Monod et al., 2011; Cooper-Blount, Kaslow, Rothenberg, & Eckman, 2001; Ellison, 1983 dalam Darvyri et al., 2014).

Secara umum, *spiritual well-being* memiliki korelasi positif dengan tujuan hidup, *intrinsic religious commitment*, dan *self-esteem* (Darvyri et al., 2014). Dalam kaitannya dengan *religious commitment* atau religiusitas, Glock (1962, dalam El-Menouar, 2014) menyatakan bahwa konsep religiusitas yang dibangunnya relatif independen dan dapat mencakup seluruh kemungkinan ekspresi religi dari agama-agama yang ada di dunia, termasuk Islam.

Agama Islam memiliki pedoman atau kitab suci, yakni Al-Qur'an. Al-Qur'an memiliki kedudukan tersendiri dalam ajaran agama Islam. Dalam agama Islam, percaya kepada Al-Qur'an termasuk ke dalam rukun iman, sehingga setiap penganut agama Islam

wajib bersikap percaya atau yakin akan kebenaran Al-Qur'an. Peneliti mengidentifikasi bahwa selain sikap percaya akan kebenaran isi Al-Quran, ada perilaku tertentu yang dilakukan oleh penganut agama Islam, yaitu membaca, mempelajari, menghafalkan dan mengamalkan Al-Qur'an. Saat ini, sedang berkembang aktivitas menghafal Al-Qur'an, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa.

Fenomena meningkatnya aktivitas menghafal Al-Qur'an ini juga terjadi di kalangan mahasiswa. Tidak terkecuali mahasiswa Universitas Padjadjaran. Peneliti mengamati bahwa sekitar 1 tahun terakhir mulai berkembang kelompok-kelompok tahfizh (penghafal Al-Qur'an) di lingkungan Universitas Padjadjaran. Kelompok tahfizh ini biasanya berada di bawah naungan lembaga dakwah (atau kelompok keagamaan fakultas) karena merupakan salah satu program kerjanya atau sebagai bentuk penjagaan rohani terhadap pengurus lembaga dakwah tersebut. Kegiatan menghafal Al-Qur'an merupakan hal menarik karena dalam ajaran Islam, menghafal Al-Qur'an bukanlah sebuah kewajiban. Maka ketika seseorang memutuskan untuk melakukannya, akan bermanfaat dalam keilmuan psikologi untuk bisa menemukan faktor-faktor yang membuat seorang individu mau melakukannya.

Berdasarkan hasil *survey* diketahui bahwa motivasi yang paling banyak mendasari responden untuk menghafal Al-Qur'an adalah keyakinan akan ganjaran (keutamaan) yang dijanjikan bagi penghafal Al-Qur'an yaitu dapat memberi mahkota untuk kedua orang tuanya di surga, meyakini bahwa dirinya seperti menjadi keluarga Allah SWT, serta mendapatkan *syafaat* (pertolongan) dari Al-Qur'an di akhirat. Konsekuensi positif lain yang ditemukan adalah bahwa sebagian besar responden merasakan adanya ketenangan saat melakukan proses menghafal. Meskipun responden sempat mengalami kesulitan dalam menghafal dan sulit memotivasi dirinya namun ketika berhasil menghafal ayat Al-Qur'an timbul rasa tenang. Peneliti berpendapat bahwa "rasa tenang" tersebut merupakan agregat psikologis yang dalam psikologi dikonseptualisasi sebagai kesejahteraan psikis atau *well-being*. Keyakinan yang kuat pada penghafal Al-Qur'an terhadap ganjaran yang akan diterimanya dari Allah SWT menunjukkan adanya hubungan positif antara seseorang dengan Tuhannya. Hubungan positif tersebut menunjukkan bahwa seseorang memiliki religiusitas yang baik (*religious well-being*). Terlebih responden ternyata menunjukkan adanya konsekuensi positif ketika menghafal Al-Qur'an berupa perasaan tenang. Hal tersebut mengindikasikan bahwa penghafal Al-Qur'an mengalami keadaan sejahtera yang disebabkan oleh aktivitas spiritual yakni menghafal Al-Qur'an (*spiritual well-being*). Oleh karena itu, untuk mendapatkan fakta sesungguhnya mengenai kesejahteraan pada penghafal Al-Qur'an maka perlu dikaji lebih

lanjut mengenai gambaran *spiritual well-being* pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an di Universitas Padjadjaran.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *nonexperimental research*. Penelitian ini termasuk ke dalam kategori penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif berfokus pada menjelaskan atau menggambarkan fenomena, peristiwa, atau situasi tertentu (Christensen, 2007, hal. 39). Prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *paper-and-pencil* yakni menggunakan kuesioner serta menggunakan *concurrent procedures*, dimana peneliti mengumpulkan data kuantitatif dan kualitatif dalam waktu yang sama dengan tujuan untuk menyajikan analisis yang komprehensif (menyeluruh) terhadap masalah penelitian (Creswell, 2003 hal. 16). Penelitian ini memiliki satu variabel yaitu *spiritual well-being* (SpWB).

### Partisipan

Partisipan penelitian ini adalah mahasiswa/I Universitas Padjadjaran berstatus aktif jenjang sarjana (S1), beragama Islam, menghafalkan Al-Qur'an. Peneliti menggunakan *snowball sampling*. Jumlah partisipan penelitian ini adalah 40 orang, terdiri dari 20 orang perempuan dan 20 orang laki-laki.

### Pengukuran

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Spiritual Well-Being Scale* (SWBS) dalam bentuk terjemahan Bahasa Indonesia. Alat ukur tersebut diambil dari penelitian Tuti Anggraini Utama (2015) yang sebelumnya diterjemahkan dari alat ukur aslinya yaitu *Spiritual Well-Being Scale* (SWBS) dari Paloutzian & Ellison (1983). Terdapat 20 aitem dalam alat ukur ini, terdiri dari 10 aitem yang mengukur *religious well-being* dan 10 aitem yang mengukur *existential well-being*. Setiap aitem terdiri dari 6 pilihan skala dan responden diharuskan memilih skala yang paling sesuai dengan dirinya. Setelah mendapatkan alat ukur dari Tuti (2015), peneliti kemudian menambahkan kolom kosong pada setiap aitem dimana setiap responden akan diminta menjelaskan alasan pemilihan skala pada setiap aitem (data kualitatif). Alasan yang dituliskan oleh responden ditujukan untuk menggali informasi yang lebih dalam terkait aitem-aitem pada dimensi *religious well-being* dan *existential well-being*. Nilai reliabilitas alat ukur ini adalah 0.863 dan termasuk dalam kriteria dapat diandalkan dan konsisten menurut Kaplan dan Saccuzo (2001).

Hasil pengukuran kuesioner SWBS diolah dengan menjumlahkan setiap skor dari masing-masing pernyataan yang mewakili setiap dimensi. Dengan demikian akan diperoleh

skor dari setiap dimensi dan skor total *spiritual well-being*. Hasil pengolahan data berupa skor SWBS dibagi ke dalam tiga kategori yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi.

## HASIL

Berdasarkan pengolahan data, didapatkan hasil penelitian sebagai berikut :

1. Mayoritas mahasiswa penghafal Al-Qur'an di Universitas Padjadjaran dalam penelitian ini memiliki *spiritual well-being* (SpWB) yang tinggi (85% dari 40 orang). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kehidupan yang harmonis dan stabil, ditandai dengan adanya kedekatan dengan Allah SWT dan kepuasan hidup.
2. Responden dalam penelitian ini meyakini bahwa Allah mengasihi dan mempedulikan hamba-hamba-Nya. Keyakinan tersebut muncul dari keyakinan akan kebenaran sifat-sifat Allah yang tercantum dalam *asmaul husna* (nama-nama baik yang dimiliki Allah) serta dari pengalaman positif yang pernah dialami, misalnya merasa ditolong oleh Allah, diberikan kenikmatan/rezeki, dikabulkan do'anya, dan sebagainya. Selain itu, ketika menghadapi situasi sepi/sendiri, responden memanfaatkan waktu tersebut untuk mendekatkan diri pada Allah dengan melakukan ibadah ataupun hal positif lainnya.
3. Responden penelitian ini dengan kategori SpWB sedang belum merasakan adanya hubungan yang bermakna dengan Allah karena merasa bahwa kualitas maupun kuantitas ibadahnya masih belum cukup memuaskan. Selain itu, belum semua responden mengetahui tujuan hidupnya sehingga berpengaruh terhadap perasaan ragu-ragu akan masa depannya. Responden juga belum dapat menikmati kehidupannya karena merasa masih memiliki banyak kekurangan diri.
4. Responden penelitian ini dengan kategori SpWB tinggi merasakan adanya hubungan yang bermakna dengan Allah ditandai dengan selalu dilibatkannya Allah dalam segala aspek kehidupan mereka, banyak berdo'a, serta menjadikan Allah sebagai sandaran hidup dan 'tempat curhat'. Belum semua responden mengetahui tujuan hidupnya, namun dengan berprasangka baik kepada Allah serta memaksimalkan usaha untuk mencapai tujuan, responden merasa yakin bahwa masa depannya akan berjalan baik. Dibanding responden kategori SpWB sedang, responden kategori SpWB tinggi lebih dapat menikmati kehidupannya dengan

cara memaknakan segala peristiwa yang dialami serta mensyukuri apa yang dimilikinya.

5. Terdapat perbedaan pandangan atau pemaknaan pada responden berdasarkan kombinasi skor RWB dan EWB, yakni pada aspek (a) hubungan yang bermakna dengan Allah, (b) kepuasan terhadap kehidupan yang sedang dijalani, dan (c) pandangan terhadap konflik
6. Responden yang memiliki skor *spiritual well-being* yang tinggi didominasi oleh metode menghafal dengan mengikuti lembaga *tahfizh*, memiliki jadwal yang tentatif (berubah-ubah), serta dorongan untuk menghafal Al-Qur'an bersumber dari dirinya sendiri. Sedangkan responden yang memiliki skor *spiritual well-being* yang sedang didominasi oleh responden yang jadwal menghafalnya tentatif (berubah-ubah) serta dorongan menghafal yang bersumber dari orang tua dan penghafal Al-Qur'an yang lain/idolanya.
7. Secara umum hal yang membuat skor responden rendah pada aitem-aitem dimensi *religious well-being* adalah adanya penilaian responden bahwa kualitas dan kuantitas ibadahnya menurun sehingga kurang dapat merasakan hubungan yang dekat dengan Allah SWT.
8. Secara umum hal yang membuat skor responden rendah pada aitem-aitem dimensi *existential well-being* adalah perasaan ragu atau tidak tahu mengenai tujuan hidup serta kemampuan yang dimiliki dirinya sehingga kurang bisa menikmati hidup dan merasa samar dengan masa depannya.
9. Berdasarkan perhitungan uji beda, data penunjang yang digunakan dalam penelitian ini tidak dapat berpengaruh terhadap munculnya variasi skor RWB, EWB, maupun SpWB.

## DAFTAR PUSTAKA

### Al-Qur'an

- Al-Hafiz, M. M., Yusof, M. F., Ghazali, M. A., Sawari, S.S.M. (2016). Descriptive qualitative teaching method of memorization in the institution of tahfiz al-qur'an wal qiraat pulai condong and the students' level of academic excellence. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 7(1), 79-85.
- American Educational Research Association. (1999). *Standards for Educational and Psychological Testing*. Washington DC, USA : American Educational Research Association
- Bufford, Rodger K. (1991). The spiritual well-being scale. *Journal of Psychology and Theology*, 19(1), 56-70.
- Butt, Naseer. (2013). *Spiritual Well-Being in Relation to General Health among Kashmiri Students*. Public Research
- Christensen, L. B. (2007). *Experimental Methodology, 10th edition*. USA : Pearson Education Inc
- Cresswell, John W. (2003). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches, 2<sup>nd</sup> edition*. USA : Sage Publications, Inc
- Crocker, L., & Algina, J. (2008). *Introduction to classical and modern test theory*. Mason: Cengage Learning
- Dalmida, S. G., Holstad, M. M., Dilorio, C., & Laderman, G. (2011). Spiritual well-being and health related quality of life among african-american women with hiv/aids. *Appl Res Qual Life*, 6(2), 139-157. doi : 10.1007/s11482-010-9122-6
- Darvyri, P., Galanaki, M., Avgoustidis, A. G., Vasdekis, S., Artemiadis, A., Tigani, X., Chrousos, G. P, Darviri, C. (2014). The spiritual well-being scale (swbs) in greek population of attica. *Psychology*, 5, 1575-1582.
- Ellison, Lori L. (2006). The spiritual well-being scale. *Marshall Digital Scholar*, 44(1), 1-10.
- El-Menouar, Yasemin. (2014). The five dimensons of muslim religiosity : results of an empirical study. *Methods, Data, Analysis*, 8(1), 53-78. doi : 10.12758/mda.2014.003
- Ghodsbin, F., Safaei, M., Jahanbin, I., Ostovan, M. A., Keshvarzi, S. (2015). The effect of positive thinking training on the level of spiritual well-being among the patients with coronary artery diseases referred to Imam Reza specialty and subspecialty clinic in Shiraz, Iran : A randomized controlled clinical trial. *ARYA Atheroscler*, 11(6), 341-348.
- Hashim, Azmil. (2015). Correlation between strategy of tahfidz learning styles and students performance in al-qur'an memorization (hifz). *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(2), 85-92. doi : 10.5901/mjss.2005.v6n2s5p85
- Hassan, Riaz. (2005). On being religious : patterns of religious commitment in muslim societies. *The Muslim World*, 80, 1-51. doi : 10.1111/j.1478-1913.2007.00190.x

- Hendricks-Ferguson, Verna. (2006). Relationships of age and gender to hope and spiritual well-being among adolescents with cancer. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 23(4), 189-199
- Kabar Makkah. (2015). Ini 15 fakta mengapa gerakan menghafal qur'an di indonesia meningkat. [Internet]. Diakses dari :<http://www.kabarmakkah.com/2016/05/ini-15-fakta-mengapa-gerakan-menghafal-quran-berkembang-pesat.html?m=1>. (Diakses pada 25 Juni 2016 pukul 21.26 WIB)
- Kaplan, R. M., & Demis P. S. (2001). *Psychological Testing: Principles, Application, and Issues, 5th edition*. Belmont: Wadsworth
- Khanna, Surbhi & Greyson, Bruce. (2014). Near-Death Experiences and Spiritual Well-Being. *J Relig Health*, 53, 1605-1615. doi : 10.1007/s10943-013-9723-0
- Kurniawati, Henie. (2015). *Studi meta analisis spiritual well-being dan quality of life*. Dalam Henie Kurniawati. Seminar Psikologi dan Kemanusiaan. Seminar diselenggarakan oleh Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Purwokerto, Purwokerto, Jawa Tengah. ISBN : 978-979-796-324-B
- Moberg, David, O. (1971, Februari). Spiritual well-being. Dalam Henry C. Schadeberg (Director Secretariat for the Technical Committee on Spiritual Well-Being). White House Conference on Aging. Konferensi diselenggarakan oleh The Technical Committee on Spiritual Well-Being, Washington DC, USA.
- Musa, Ahmad. (2015). *Spiritual beliefs and practices, religiosity, and spiritual well-being among jordanian arab muslim university students in jordan*. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 17, 34-49. doi : 10.1080/19349637.2014.957609
- Nawaz, Nazia & Jahangir, S. F. (2015). Effects of memorizing Qur'an by heart (hifz) on later academic achievement. *Journal of Islamic Studies and Culture*, 3(1), 58-64. doi : 10.15640/jise.v3n1a8
- Proeschold-Bell, R. J., Yang, C., Toth, M., Rivers, M. C., Carder, K. (2014). Closeness to God Among Those Doing God's Work : A Spiritual Well-Being Measure for Clergy. *J Relig Health*, 53, 878-894. doi : 10.1007/s10943-013-9682-5
- Purnama, Yulian. (2014). Kiat mengobati futur dan malas menuntut ilmu agama. [Internet]. Diakses dari : <https://muslim.or.id/20724-kiat-mengobati-futur-dan-malas-menuntut-ilmu-agama.html>. (Diakses pada 23 Januari 2017 pukul 09.37 WIB)
- Republika. (2010). Jumlah penghafal al-qur'an indonesia terbanyak di dunia. [Internet]. Diakses dari : <http://www.republika.co.id/berita/dunia-islam/islam-nusantara/10/09/24/136336-jumlah-penghafal-alquran-indonesia-terbanyak-di-dunia>. (Diakses pada 25 Juni 2016 pukul 21.30 WIB)
- Rostiana. (2011). *Pengaruh kebahagiaan integratif terhadap komitmen organisasional dan perilaku kewargaan organisasional*. (Disertasi Tidak Dipublikasikan). Universitas Padjadjaran. Bandung
- Shaughnessy, John J., Zechmeister, E. B., Zechmeister, J. S. (2012). *Research Methods in Psychology, 9th edition*. New York : McGraw-Hill
- Tuasikal, M. Abduh. (2010). Cara mudah meraih berkah. [Internet]. Diakses dari : <https://rumaysho.com/1192-cara-mudah-meraih-berkah.html>. (Diakses pada 23 Januari 2017 pukul 10.23 WIB)
- Utama, Tuti A. (2015). *Perbedaan kesejahteraan spiritual pasien sebelum dan sesudah operasi jantung di rsup dr hasan sadikin bandung*. (Tesis Tidak Dipublikasikan). Universitas Padjadjaran. Bandung
- Van Rooyen, B & R. B. I. Beukes. (2009). *Narrating Spiritual Well-Being in Relationship to Positive Psychology and Religion*. Diunduh dari : <http://www.koersjournal.org.za/index.php/koers/article/view/115>. ISSN : 2304-8557



Zinnbauer, B. J., & Pargament, K. I. (2005). Religiousness and spirituality. Dalam Paloutzian, Raymond F. & Crystal L. Park. (Eds). *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (hal 21-42). New York, NY : The Guilford Press