

BAB 1

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Menurut (Ryff, 1989 dalam Amadyawati dan Utami 2007), *psychological well-being* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*). Ryff merumuskan teori *psychological well-being* pada konsep kriteria kesehatan mental yang positif. Deskripsi orang yang memiliki *psychological well-being* yang baik adalah orang yang mampu merealisasikan potensi dirinya secara kontinu, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, maupun menerima diri apa adanya, memiliki arti dalam hidup, serta mampu mengontrol lingkungan eksternal (Papalia, Olds, & Feldman, 2009 dalam Werdyaningrum, 2013).

Gambaran Ryff terkait karakteristik individu yang memiliki kesejahteraan psikologis merujuk pada beberapa pandangan tokoh psikologi yang sesuai dengan teorinya. Konsep Maslow tentang aktualisasi diri (*self-actualization*), pandangan Rogers tentang orang yang berfungsi penuh (*full-functioning*), pandangan Jung tentang individuasi (*individuation*), konsep Allport tentang kematangan (*maturity*), dan terakhir sesuai dengan konsep Erikson dalam menggambarkan individu yang mencapai integrasi (Lopez & Snyder, 2003 dalam Wedyaningrum, 2013). Bersamaan dengan hal tersebut Aristoteles menjelaskan bahwa *psychological well-*

being merupakan konsep kesejahteraan dimana manusia tersebut menjalani hidupnya sesuai dengan keadaan dirinya (Ryan & Deci, 2001). Sedangkan Santrock (2002) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kepuasan hidup. Bradburn mendefinisikan *psychological well-being* adalah sebuah kebahagiaan yang merupakan hasil kesejahteraan psikologis dan merupakan tujuan tertinggi yang ingin dicapai manusia (Ryff, 1995).

Diener menyatakan bahwa dalam beberapa tahun terakhir sebuah bentuk kesejahteraan selain kesejahteraan subjektif mulai muncul dari teori seperti Ryan & Deci (2000, 2001) dan Ryff (1989) yang didasarkan pada gagasan kebutuhan manusia yang universal dan berfungsi efektif. Pendekatan ini diberi label "psikologis" dan sebagian didasarkan pada teori humanistik fungsi positif. Para penulis berpendapat bahwa mereka berbeda dari perasaan subjektif dari kesejahteraan bahkan jika mereka tumpang tindih secara empiris. Sedangkan kesejahteraan subjektif didefinisikan sebagai evaluasi masyarakat terhadap kehidupan mereka, kesejahteraan psikologis diperkirakan dapat mewakili fungsi manusia yang optimal (Diener, 2009).

Sebagian besar orang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis atau hidup bahagia dapat dicapai saat memiliki kendaraan mewah, rumah mewah, jalan-jalan ke luar negeri, belanja barang-barang *branded*, dan hal-hal lain yang penuh dengan materi.

Sebuah majalah berjudul *Men's Health* memasang iklan pada situs webnya: "kami sedang mencari orang yang hidup sempurna tapi tidak bahagia. Jika anda mempunyai pekerjaan besar, rumah besar dengan perlengkapan mewah, tapi

anda merasa tidak bahagia, dan sewaktu-waktu malah menderita, kami ingin mendengarnya dari Anda”. Kemudian yang terjadi adalah majalah tersebut banyak sekali menerima respon yang cocok dengan iklan yang dipublikasikan. Fenomena di atas saat ini dianggap sebagai sesuatu yang normal. Pearshall (2002) menyebut fenomena tersebut sebagai *Dysthymia* yaitu perasaan sedih yang kronis dan hilangnya energi kehidupan di tengah-tengah kehidupan sukses yang tampak bahagia.

Seligman (2002) mengutip hasil survey yang dilakukan beberapa peneliti terhadap orang dewasa di 40 negara (tidak termasuk Indonesia). Hasil survey tersebut menghasilkan kesimpulan bahwa daya beli dan kebahagiaan hidup berbanding lurus (semakin tinggi daya beli, semakin tinggi tingkat kebahagiaannya). Tetapi, ketika GNP melebihi 8.000 dolar perjiwa, korelasi itu menjadi hilang. Artinya penambahan penghasilan tidak mampu meningkatkan kebahagiaan hidup seseorang. Kalau kenyataannya seperti di atas, pertanyaan selanjutnya adalah, apakah yang menyebabkan kebahagiaan itu?

Berhubungan dengan kasus di atas, terdapat sebuah hadist yang menyatakan perihal sama yaitu, “Dari Zaid bin Tsabit *r.a.* beliau berkata: Kami mendengar Rasulullah SAW bersabda: “Barangsiapa yang menjadikan dunia tujuan utamanya maka Allah akan menceraai-beraikan urusannya dan menjadikan kemiskinan atau tidak pernah merasa cukup (selalu ada) di hadapannya, padahal dia tidak akan mendapatkan (harta benda) duniawi melebihi dari apa yang Allah tetapkan baginya. Dan barangsiapa yang menjadikan akhirat niat (tujuan utamanya) maka Allah akan menghimpunkan urusannya, menjadikan kekayaan atau selalu merasa cukup (ada)

dalam hatinya, dan (harta benda) duniawi datang kepadanya dalam keadaan rendah (tidak bernilai di hadapannya).”

Dapat dikatakan bahwa individu yang selalu mengejar dunia dengan penuh ambisi tanpa menghiraukan Allah maupun kehidupan akhiratnya maka tidak akan pernah memiliki jiwa yang tenang. Ketidakpuasan atau rasa khawatir terhadap harta senantiasa muncul dalam pikiran sehingga dalam bekerja pun berada dalam kondisi tidak tenang.

Dalam pandangan Islam, bagi mereka yang melakukan kebaikan atau amal saleh maka akan mendapatkan imbalan yang lebih baik dari yang mereka kerjakan. Seperti dalam Q.S. An Nahl ayat 97, “Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan.” Dari kutipan ayat tersebut dapat dikatakan bahwa salah satu kebahagiaan atau kesejahteraan psikologis bersumber dari perbuatan baik. Semakin kita berbuat baik maka setiap hal yang datang kepada kita merupakan hal yang baik pula, bahkan Allah menjanjikan sesuatu yang lebih dari apa yang kita perbuat. Terdapat kelompok yang memiliki pengajaran dan penerapan ilmu yang banyak memiliki rutinitas ibadah namun hal duniawi tidak dilupakan seperti penjelasan di atas. Kelompok tersebut ialah tarekat. Ada berbagai macam tarekat, diantaranya ialah tarekat Naqshabandiyah, tarekat Syattariyah, tarekat Qadiriyyah, dan masih ada beberapa tarekat lain namun yang paling banyak perkembangannya di Indonesia yaitu tarekat Naqshabandiyah.

Tarekat adalah cara mengajar atau mendidik. Karena dalam tarekat ada mursyid atau syaikh (guru), wakilnya dinamakan khalifah, pengikutnya dinamakan murid, dan tempat beribadahnya dinamakan zawiyah atau zimmas. Tarekat mengajarkan ilmu fikih, tasawuf yang berisikan zikir, wirid yang bercorak khusus (Siswanto, 2014). Tarekat yang pada awalnya hanyalah dimaksudkan sebagai metode, cara, dan jalan yang ditempuh seorang sufi menuju pencapaian spiritual tertinggi, pensucian diri atau jiwa, yaitu dalam bentuk intensifikasi *dzikrAllah*, berkembang secara sosiologis menjadi sebuah institusi sosial keagamaan yang memiliki ikatan keanggotaan yang sangat kuat (Riyadi, 2014). Sejarah perkembangan tarekat mencatat bahwa tarekat-tarekat itu secara natural mengalami perjalanan panjang, dengan meminjam teori Darwin *struggle for life* (perjuangan keras untuk mempertahankan eksistensi) dari *natural selection* (Riyadi, 2014). Pernyataan tersebut dibenarkan dengan adanya beberapa tarekat yang tidak berkembang karena tidak adanya murid yang mengikuti sebagaimana tarekat yang dinisbatkan kepada salah seorang sufi besar yaitu ibn sab'in.

Menurut Fanani, 2012 menjelaskan bahwa tarekat (aliran sufi) merupakan bagian penting dalam perkembangan Islam di Indonesia. Misi Islam pertama di Nusantara dijalankan oleh para tokoh sufi. Kemampuan mereka untuk mendekati penguasa setempat memungkinkan mereka untuk dapat menyebarkan agama Islam di kerajaan setempat. Tarekat memiliki jaringan internasional sehingga percepatan Islamisasi Indonesia didukung oleh jaringan yang dimiliki oleh para tokoh sufi tersebut. Perkembangan ajaran sufi berjalan dengan sangat halus karena ajaran yang diperkenalkan mengandung unsur-unsur mistis yang telah dikenal oleh masyarakat

setempat. Perkenalan Islam secara perlahan oleh para tokoh tarekat di berbagai tempat telah menjadikan persebaran Islam berjalan secara damai. Unsur- unsur mistis yang dibawa oleh para tokoh tarekat ini menciptakan harmoni antara Islam dengan budaya setempat.

Tarekat secara kebahasaan berasal dari bahasa Arab yaitu *al-tariqah* yang berarti jalan, keadaan, aliran atau garis pada sesuatu. Adapun menurut istilah tasawuf, tarekat berarti perjalanan seorang *salik* (pengikut tarekat) menuju Allah dengan cara menyucikan diri atau perjalanan khusus bagi orang yang menempuh jalan menuju kepada Allah SWT. Perjalanan ini mengikuti jalur yang ada melalui tahap dan seluk beluknya dengan tujuan ingin bertemu langsung dengan sang *Khaliq*. Banyak pengertian tarekat dari berbagai kalangan, intinya bahwa tarekat itu ialah salah satu jalan atau cara keagamaan dalam Islam yang ditempuh oleh seorang penganutnya guna mendekatkan diri kepada Allah SWT, serta menjadi praktik kehidupan ruhani yang dijadikan rujukan utama oleh para pengamal tarekat dari generasi ke generasi sampai sekarang dalam mencari keridhaan-Nya dalam bentuk beribadat (Cholil, 2015).

Dalam penelitian ini, peneliti memilih tarekat Naqsabandiyah sebagai subjek penelitian karena tarekat tersebut merupakan salah satu tarekat yang paling luas penyebarannya dan banyak berkembang di wilayah Asia.

Tarekat Naqsabandiyah didirikan oleh Muhammad Bahauddin An-Naqsabandi al-Uwaisi al-Bukhari (w.1389M) di Turkistan. Penganut Naqsyabandiyah mengenal sebelas asas Thariqah. Delapan dari asas itu dirumuskan

oleh Abd al-Khaliq Ghuzdawani, sedangkan sisanya adalah penambahan oleh Baha' al-Din Naqsyaband. Asas-asasnya 'Abd al-Khaliq adalah: *Hush dar dam*: "sadar sewaktu bernafas". *Nazar bar qadam*: "menjaga langkah" sewaktu berjalan. *Safar dar watan*: "melakukan perjalanan di tanah kelahirannya". *Khalwat dar anjuman*: "sepi di tengah keramaian". *Yad kard*: "ingat", "menyebut". Terus-menerus mengulangi nama Allah, dzikir tauhid (berisi formula *la ilaha illallah*), atau formula dzikir lainnya yang diberikan oleh guru seseorang, dalam hati atau dengan lisan. Oleh sebab itu, bagi penganut Naqsyabandiyah, dzikir itu tidak dilakukan sebatas berjama'ah ataupun sendirian sehabis shalat, tetapi harus terus-menerus, agar di dalam hati bersemayam kesadaran akan Allah yang permanen. *Baz gasyt*: "kembali", "memperbarui". Demi mengendalikan hati supaya tidak condong kepada hal-hal yang menyimpang (melantur), *Nigah dasyt*: "waspada". Yaitu menjaga pikiran dan perasaan terus-menerus sewaktu melakukan dzikir tauhid. *Yad dasyt*: "mengingat kembali" (Riyadi, 2014). Indonesia merupakan salah satu negara dengan perkembangan tarekat Naqsyabandiyah yang cukup baik. Terdapat pro dan kontra dari masyarakat umum mengenai ajaran dari tarekat Naqsyabandiyah khususnya mengenai keterlibatan kerja atau pekerjaan.

Menurut Saifulloh, 2012 apabila melihat realitas kehidupan masyarakat Indonesia saat ini, maka dapat dibenarkan pernyataan bahwa orang Indonesia itu malas, tidak disiplin, tidak mau kerja keras, dan bekerja seenaknya. Hal ini didukung kenyataan berupa kebiasaan yang disebut dengan "jam karet", maksudnya kalau mengerjakan sesuatu sering tidak tepat waktu atau sering terlambat dan sebagainya. Ini berarti bahwa bangsa Indonesia adalah bangsa yang

memiliki etos kerja rendah. Jika hal ini benar, persoalannya mengapa orang Indonesia bersikap seperti itu? Sebagian orang menjawab itu adalah kesalahan pengikut tasawuf atau tarekat.

Menurut Saifulloh, 2012 ada asumsi yang menyatakan bahwa seseorang yang menempuh kehidupan tasawuf cenderung memiliki etos kerja rendah, yang selanjutnya berdampak pada kemiskinan. Hal ini disebabkan karena di dalam tasawuf ada ajaran yang melemahkan etos kerja seseorang. Misalnya ajaran tasawuf tentang zuhd (hidup sederhana), ‘uzlah (introspeksi diri), tawakkal (berserah dan pada takdir), qanâ’ah (merasa puas dengan apa yang dimiliki), faqîr (rela hidup miskin), dan amalan lainnya. Ditambah lagi dengan kebiasaan membaca zikir, wirid dan doa yang amat menyita waktu, sehingga mengurangi kesempatan untuk berkarya guna mematuhi kebutuhan material (duniawi). Benarkah orang yang menempuh kehidupan tasawuf memiliki etos kerja rendah, malas bekerja sehingga taraf hidupnya menjadi miskin dan terbelakang? Hal ini perlu dibuktikan dengan penelitian mendalam untuk mengetahui kebenarannya.

Dengan tujuan untuk meraih kedekatan hati dengan Allah Swt maka banyak kegiatan dzikir maupun ibadah lain yang dilakukan oleh para pengikut tarekat. Hal tersebut mengundang persepsi masyarakat umum bahwa pengikut tarekat hanya fokus pada aspek religiusitas dan melupakan aspek kehidupan dunia atau dengan kata lain tidak memiliki pekerjaan. Penelitian ini akan membuktikan bagaimana tingkat keterlibatan kerja para pengikut tarekat Naqsabandiyah.

Schaufeli, Salanova, Gonzalez Roma, & Bakker (2006) mendefinisikan *work engagement* sebagai keadaan jiwa yang positif, terhubung dengan pekerjaan dan memiliki karakteristik pikiran dengan penuh semangat (*vigor*), dedikasi, dan penghayatan.

Vigor ditandai oleh tingginya tingkat energi dan ketahanan mental saat bekerja. Dedikasi mengacu pada keterlibatan yang kuat dalam pekerjaan dan memiliki rasa bermaknaan dalam pekerjaan, antusiasme, dan tantangan. Penyerapan ditandai dengan konsentrasi secara penuh dan merasa bahagia dalam pekerjaan, dimana waktu berlalu dengan cepat dan mengalami kesulitan untuk memisahkan diri dari pekerjaan (Schaufeli dan Bakker, 2006).

Dari beberapa teori di atas berkaitan dengan *work engagement* maka dapat disimpulkan bahwa *work engagement* merupakan keadaan dimana seseorang merasa memiliki tanggungjawab atau amanah yang harus dilakukan sehingga hal tersebut memunculkan rasa semangat, dedikasi, loyalitas maupun hal lain yang dapat memberikan pengaruh positif pada pekerjaan. Dalam penelitian kali ini penulis akan mendeskripsikan bagaimana tingkat *psychological well being* atau tingkat kesejahteraan psikologis dan *work engagement* atau keterlibatan kerja pada pengikut tarekat berdasarkan data yang ada.

A. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan singkat tentang latar belakang permasalahan dan kajian pustaka di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat *psychological well being* dan *work engagement* pada pengikut tarekat

naqsabandiyah di kota Purbalingga, Jawa Tengah. Selain itu akan diketahui gambaran kehidupan sehari-hari para pengikut tarekat Naqsabandiyah mengenai kesejahteraan psikologis dan pekerjaan mereka.

B. Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis yang terdapat dalam penelitian ini adalah untuk menambah ilmu pengetahuan psikologi khususnya dalam bidang psikologi perkembangan, psikologi industri dan organisasi, psikologi islam dan pengetahuan mengenai *psychological well being* dan *work engagement* khususnya pada pengikut tarekat naqsabandiyah di kota Purbalingga.

Sedangkan manfaat praktis pada penelitian ini adalah masyarakat diharapkan memperoleh pengetahuan baru mengenai *psychological well being* dan *work engagement*. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan pemikiran positif bagi masyarakat mengenai keterlibatan kerja pengikut tarekat.

C. Keaslian Penelitian

Fokus penelitian ini ialah pada variabel *psychological well being* yang pernah dilakukan penelitian juga oleh Ryff and Keyes (1995) dengan judul “*The Structure of Psychological Well-Being Revisited*”, penelitian oleh Diener, Wirtz, dkk (2009) dengan judul “*New Measures of Well-Being*”.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu :

1. Keaslian topik

Penelitian ini sama dengan penelitian sebelumnya dari Ryff and Keyes (1995) dan penelitian dari Diener, Wirtz, dkk (2009) yang menjadikan topik *psychological well being* sebagai variabel tergantung. Namun penelitian ini

memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya dari Ryff and Keyes (1995) yang fokus pada revisi struktur *psychological well being* dan Diener yang menawarkan tentang pembaharuan skala *psychological well being* dari skala yang sudah ada sebelumnya, sedangkan pada penelitian kali ini mengangkat topik *work engagement* sebagai variabel bebas dan pengikut tarekat sebagai variabel independen.

2. Keaslian teori

Pada penelitian Ryff and Keyes (1995) menggunakan teori *psychological well being* dari beberapa tokoh seperti Bradburn (1969), Diener, Larsen, Levine, & Emmons, 1985 begitupun dengan penelitian Diener, Wirtz, dkk (2009) yang menggunakan teori dari beberapa tokoh seperti Ryan (2000), Deci (2001), dan Ryff (1995). Sedangkan teori *psychological well being* yang digunakan dalam penelitian ini ialah dari Ryff (1995) dan hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Diener (2009).

3. Keaslian alat ukur

Carol D. Ryff (1995) menggunakan alat ukur *The Ryff Scales of Psychological Well Being* yang mengukur aspek *self acceptance, the establishment of quality ties to other, a sense of autonomy in thought and action, the ability to manage complex environments to suit personal needs and values. The pursuit of meaningful goals and sense of purpose in life, continued growth and development as a person*. Sedangkan dalam penelitian Ed Diener (2009) menggunakan skala *New Measures of Well- Being* yang terdiri dari delapan item yang menggambarkan

aspek penting dari fungsi manusia, mulai dari hubungan yang positif, perasaan untuk berkompetisi, kemudian untuk memiliki makna dan tujuan hidup.

4. Keaslian subjek

Subjek pada penelitian Ryff (1995) ialah dari orang dewasa berusia 25 tahun dan lebih dari 25 tahun sebanyak 1.108 yang berpartisipasi dalam wawancara telepon, pada penelitian Diener (2009) subjek penelitian sebanyak 573 mahasiswa dari lima universitas. Sedangkan subjek pada penelitian ini ialah para pengikut tarekat Naqsabandiyah yang sudah menikah sebanyak 160 orang di Purbalingga.

