

# Skala Tawakal kepada Allah: Pengembangan Ukuran-ukuran Psikologis *Surrender to God* dalam Perspektif Islam

Ahdha Sartika

Irwan Nuryana Kurniawan

Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia

Email : kurniawan-in@uii.ac.id

## Abstract

*This preliminary study aimed to explore the psychometric properties of Skala Tawakal kepada Allah as psychological measures of Surrender to God in the Islamic perspective. This study involved 224 respondents, 54% female, average age 37 years, 81.5% were married, and the average monthly income of IDR 3,000,000.00. Skala Tawakal kepada Allah, together with Surrender To God Scale (Wong, McDonald, and Gorsuch, 2000), Satisfaction with Life Scale (Diener, Emmons, Larsen, and Griffin, 1985), Scale of Positive and Negative Experience (Diener, Wirtz, Tow, Kim-Prieto, Oishi, and Biswas-Diener, 2009) was administered to 224 respondents to evaluate the factor structure, reliability, and validity of the Skala Tawakal kepada Allah. The results of exploratory factor analysis, internal consistency reliability analysis, and correlational analysis with criterion variable supported reliability, structural and concurrent validity of Skala Tawakal kepada Allah has initial psychometric evidence of valid and reliable as a measure of psychological Surrender to God. The findings, limitations, and research recommendations regarding Skala Tawakal kepada Allah are briefly discussed.*

*Keyword : Skala Tawakal kepada Allah, Surrender to God, Psychometric properties.*

## INTISARI

Studi pendahuluan ini bertujuan untuk mengeksplorasi properti psikometrik Skala Tawakal kepada Allah sebagai ukuran-ukuran psikologis *Surrender to God* dalam perspektif Islam. Penelitian ini melibatkan 224 orang responden, 54% perempuan, rata-rata berusia 37 tahun, 81,5% sudah menikah, dengan rata-rata pendapatan bulanan Rp. 3.000.000,00. Skala Tawakal kepada Allah, bersama-sama dengan *Surrender To God Scale* (Wong, McDonald, dan Gorsuch, 2000), *Satisfaction with Life Scale* (Diener, Emmons, Larsen, dan Griffin, 1985), *Scale of Positive and Negative Experience* (Diener, Wirtz, Tow, Kim-Prieto, Oishi, dan Biswas-Diener, 2009) diberikan kepada 224 responden untuk mengevaluasi struktur faktor, reliabilitas, dan validitas Skala Tawakal kepada Allah. Hasil analisis faktor eksploratori, analisis reliabilitas konsistensi internal, dan analisis korelasional dengan variabel kriteria menunjukkan Skala Tawakal kepada Allah memiliki bukti psikometrik awal yang valid dan reliabel sebagai ukuran psikologis *Surrender to God*. Temuan, keterbatasan, dan rekomendasi terkait Skala Tawakal kepada Allah didiskusikan secara singkat.

Kata Kunci: Skala Tawakal kepada Allah, Berserah diri pada Tuhan, Properti Psikometrik

**B**erserah diri pada Tuhan (*Surrender to God*) merupakan sebuah strategi pengatasan stres religius dimana individu secara aktif memilih untuk menjadikan kehendak, pilihan, dan keputusan Tuhan sebagai kehendak, pilihan, dan keputusan terbaik bagi dirinya (Wong-McDonald dan

Gorsuch, 2000), serta merupakan prediktor yang signifikan bagi perbaikan kesehatan mental pasien (Pargament, Koenig, Tarakeshwar, dan Hahn, 2004). Clements dan Ermakova (2012) menemukan berserah diri pada Tuhan sebagai prediktor yang signifikan untuk reduksi stres pada mahasiswa dan ibu-ibu

hamil. Reinert (1999) juga menemukan peningkatan skor berserah diri pada Tuhan diikuti oleh penurunan skor narsisme pada pecandu alkohol. Rathier, Davis, Papandonatos, Grover, dan Tremonts (2013) pun turut menemukan bahwa berserah diri pada Tuhan berhubungan dengan gejala depresi yang lebih sedikit pada pengasuh keluarga yang memiliki penderita demensia.

Orang-orang dengan penyerahan diri pada Tuhan yang tinggi, menurut Wong-McDonald dan Gorsuch (2000), akan menempatkan (mengutamakan) firman Tuhan di atas pendapat individu pribadi ketika pertama kali mencoba memahami sebuah permasalahan. Ketika pemahaman individu tentang sebuah masalah bertentangan dengan firman Tuhan, individu akan mengikuti pemahaman masalah yang sesuai dengan ketentuan Tuhan. Ketika solusi-solusi yang individu pikirkan atas sebuah permasalahan bertentangan dengan alternatif-alternatif yang dianjurkan dan disukai Tuhan, individu pada akhirnya mengusulkan solusi yang sesuai dengan kehendak Tuhan. Meskipun sudah memiliki dan lebih menyukai pilihan penyelesaian tertentu atas berbagai permasalahan, individu akan segera mengabaikannya begitu individu mengetahui Tuhan memerintahkan pilihan penyelesaian permasalahan yang lain.

Individu mencoba menemukan hikmah dibalik kesulitan-kesulitan yang dihadapi dengan memasrahkan diri sepenuhnya pada bimbingan Tuhan. Ketika mengingat-ingat berbagai kesulitan yang pernah dialami, individu merasa bersyukur kepada Tuhan yang telah memberikan hikmah/pelajaran melalui berbagai kesulitan tersebut, walaupun hal itu bisa membuat individu terkesan lemah oleh lingkungan/orang lain. Ketika merasa sangat khawatir, sedih, atau panik, optimisme masa depan individu terbaharui

kembali ketika individu berperilaku dan bersikap sesuai dengan petunjuk Tuhan (Wong-McDonald dan Gorsuch, 2000).

Melalui pengertian, karakteristik, dan temuan dampak dari berserah diri pada Tuhan, peneliti melihat adanya kesamaan dengan konsep Tawakal kepada Allah dalam konteks agama Islam. Tawakal kepada Allah, menurut At-Tuwaijiri (2014) merupakan penyerahan diri kepada ketentuan dan keputusan Allah Ta'ala, dengan tetap melaksanakan semua perintah-perintahnya dan pasrah kepada-Nya di setiap keadaan, disertai dengan usaha memutuskan semua hubungan hati kepada selain Allah Ta'ala.

Dalam bahasa yang lain, An-Nakhsyabi (Buhairi, 2012) mendefinisikan Tawakal kepada Allah sebagai memfokuskan badan dalam *ubudiyah* (menjalankan aktivitas dalam rangka penghambaan kepada Allah Ta'ala), menggantungkan hati dengan *rububiyah* (memasrahkan hati pada segala ketentuan/aturan Allah Ta'ala, ridha menjalani keputusan dan ketetapan Allah Ta'ala), menenangkan jiwa dengan kecukupan (menenangkan jiwa dan merasa cukup dengan yang diberikan Allah Ta'ala untuknya), bersyukur jika diberi nikmat dan bersabar jika tidak diberi. Intinya, menurut Buhairi (2012), Tawakal kepada Allah adalah bersungguh-sungguh menyandarkan hati hanya kepada Allah Ta'ala dalam mendatangkan manfaat dan menolak bahaya dalam berbagai perkara dunia dan akhirat.

Tawakal kepada Allah merupakan indikator penting keimanan (QS Al-Maidah [5]: 23) dan keislaman (QS Yunus [10]: 84-85) seseorang. Allah memerintahkan manusia untuk bertawakal kepada-Nya setelah berusaha dan mengerahkan semua kemampuan dan Allah mencintai orang-orang yang bertawakal (QS Ali-Imran [3]:159). Allah Ta'ala menjanjikan akan mencukupkan keperluan orang-orang yang

bertawakal kepada-Nya (QA Ath-Thalaaq [65]: 3).

Orang-orang yang bertawakal kepada Allah yakin bahwa cukuplah Allah sebagai penolong (QS Ali-Imran [3]:173) dan sebagai pelindung (QS An-Nisa [3]:81), dan memohon serta menyerahkan keputusan terbaik bagi dirinya kepada Allah Ta'ala (QS Al-'Araf [7]:89). Individu yakin bahwa semua yang terjadi dalam kehidupannya, baik positif maupun negatif, serta hal-hal yang mendatangkan manfaat ataupun yang menampik kemudharatan tidak akan terjadi kecuali atas izin dan restu Allah Ta'ala (QS At-Taubah [9]:51).

Orang-orang yang bertawakal kepada Allah merasa puas dengan apa yang diberikan oleh Allah Ta'ala dan Rasul-Nya (QS At-Taubah [9]:59) dan merasa cukup dengan apa yang telah diberikan Allah kepadanya karena percaya Allah Ta'ala lah yang memegang kendali penuh dan sudah menentukan ukuran rizki bagi tiap-tiap makhluk-Nya (QS Ath-Thalaaq [65]: 3). Individu tidak merasa gelisah dengan rezeki yang individu dapatkan (QS Al-Ankabut [29]: 60) karena yakin bahwa segala sesuatu yang ada di langit dan di bumi merupakan milik Allah dan individu mengembalikan semua urusan individu hanya kepada Allah (QS Huud [11]:123).

Orang-orang yang bertawakal juga bersabar terhadap gangguan dan kesulitan (QS Ibrahim [14]:12), termasuk bersabar terhadap rayuan dan ejekan orang-orang kafir dan munafik (QS Al-Ahzab [33]:1-3,48). Individu tidak merasa resah dengan pembicaraan rahasia oleh orang-orang yang ada penyakit dalam hatinya (QS Al-Mujadalah [58]:10) karena individu percaya Allah Ta'ala menyaksikan, akan membela dan memelihara diri individu dan semua orang-orang beriman QS Al-Ahzab [33]: 48).

Berdasarkan karakteristik psikologis individu yang memiliki sifat berserah diri pada Tuhan dan tawakal kepada Allah

seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti mengajukan hipotesis terdapat korelasi antara skor berserah diri pada Tuhan dan skor Skala Tawakal kepada Allah. Orang-orang yang bertawakal kepada Allah akan memiliki kepuasan hidup yang tinggi, afek positif yang tinggi, dan afek negatif yang rendah karena hati individu, menurut At-Tuwaijiri (2014) tidak akan goncang dan gelisah ketika sebab yang individu sukai telah hilang dan sesuatu yang tidak individu sukai justru datang.

Berdasarkan uraian singkat di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi properti psikometrik Skala Tawakal kepada Allah sebagai ukuran psikologis berserah diri pada Tuhan dalam Perspektif Islam. Secara spesifik, penelitian ini bertujuan untuk 1) mengetahui struktur faktor Skala Tawakal kepada Allah; 2) validitas konvergen dan konkuren Skala Tawakal kepada Allah; 3) reliabilitas Skala Tawakal kepada Allah.

## METODE PENELITIAN

### A. Tahapan Pengembangan Skala Tawakal kepada Allah

Proses pengembangan Skala Tawakal kepada Allah dimulai dengan tahapan konsepstualisasi (Cohen & Swerdlik, 2009). Pada tahapan konseptualisasi, peneliti melakukan identifikasi terhadap karakteristik-karakteristik Tawakal kepada Allah yang terdapat dalam Al Qur'an. Selanjutnya, peneliti melakukan analisis dan sintesis terhadap karakteristik Tawakal kepada Allah tersebut dengan mendasarkan pada tafsir Al Qur'an yaitu Tafsir Al Mishbah dan Tafsir Ibnu Katsir dan pustaka Islam relevan lainnya untuk menemukan sekaligus memformulasikan konsep dasar yang menjadi rujukan dalam menyusun ukuran-ukuran psikologis Tawakal kepada Allah.

Pada tahapan kedua, yaitu konstruksi, peneliti melakukan operasionalisasi konsep dasar menjadi sebuah *draft* dalam bentuk Tabel Spesifikasi Kuesioner yang berisi konsep dasar, indikator perilaku, dan daftar pertanyaan yang relevan dengan indikator perilakunya. Bersamaan dengan tahapan ini, untuk keperluan validasi Skala Tawakal kepada Allah, peneliti juga menyertakan 3 skala psikologis yang relevan sebagai *variabel kriteria* dan 1 skala psikologis untuk memastikan apakah ada kecenderungan *social desirability* ketika responden menjawab Skala Tawakal kepada Allah. Skala psikologis tersebut adalah *Scale of Positive and Negative Experiences (SPANE)*, *Surrender to God Scale*, *Satisfaction with Life Scale (SWLS)*, dan *Social Desirability Scale-Short Form*.

Penentuan ketiga skala pembanding sebagai parameter validitas dari skala tawakal didasarkan hasil identifikasi singkat peneliti terhadap indikator tawakal pada ayat-ayat di dalam Al-Qur'an, yang sebagian dari ayat-ayat Al-Qur'an tersebut menyatakan bahwa individu yang

bertawakal kepada Allah memiliki perasaan yang tidak mudah resah, merasa tenang karena menyerahkan urusannya hanya kepada Allah, serta merasa tenang karena yang terjadi dalam hidupnya merupakan ketetapan dari Allah. Sebagian indikator yang peneliti temukan di dalam Al-Qur'an tersebut membuat peneliti mengasumsikan bahwa individu yang tawakal kepada Allah, akan memiliki *Subjective Well-Being* yang tinggi juga.

## B. Responden Penelitian

Responden penelitian ini adalah 224 orang dewasa yang sudah bekerja, berusia  $\geq 24$  tahun, dan beragama Islam. Pemilihan usia dewasa pertengahan ini merupakan waktu meningkatnya minat untuk mewariskan nilai-nilai pada generasi berikutnya, bertambahnya kepedulian tentang badan sendiri, dan meningkatnya refleksi tentang arti hidup (Santrock, 2003). Data demografik responden penelitian selengkapnya dapat di lihat pada Tabel 1

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian

No.	Faktor	Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1.	Jenis Kelamin	Laki-laki	82	37,6%
		Perempuan	101	45,0 %
		Tidak Mengisi	41	18,3%
2.	Pekerjaan	PNS	106	47,3%
		Non PNS	102	45,5%
		Tidak Mengisi	16	7,2%
3.	Usia	<27 tahun	43	19,20%
		28-35 tahun	68	30,36%
		36-39 tahun	20	8,93%
		40-55 tahun	77	34,38%
		>55 tahun	6	2,68%
		Tidak Mengisi	10	4,46%

## C. Analisis Data Penelitian

Fabrigar, Wegener, MacCallum, & Strahan (1999) dan Field (2009) menyarankan untuk memilih aitem-aitem yang memiliki reliabilitas tinggi dan *good*

*communalities* atau persentase varian item yang dapat menjelaskan konstruk ukur dengan baik. Hasil uji reliabilitas Skala Tawakal kepada Allah menggunakan pendekatan konsistensi internal

menunjukkan bahwa skala memiliki koefisien reliabilitas  $\alpha = .918$ .

Peneliti melakukan analisis faktor eksploratori untuk mengeksplorasi kemungkinan sebuah struktur faktor yang mendasari aitem-aitem yang dirancang untuk mengungkap Tawakal kepada Allah, berserah diri pada Tuhan dalam Perspektif Islam. Analisis faktor, menurut Onsmann, Brown, & Williams (2012) digunakan untuk menemukan pola yang dimunculkan aitem-aitem pertanyaan karena masuk ke dalam faktor tertentu

Seluruh aitem Skala Tawakal kepada Allah, yaitu 25 aitem, memenuhi kriteria yang disyaratkan untuk diikutsertakan dalam analisis faktor eksploratori. Kriteria yang digunakan dalam analisis faktor eksploratori untuk menentukan apakah aitem-aitem tersebut masuk ke dalam faktor atau komponen tertentu adalah nilai *loading* aitem  $\geq .45$ , dan tidak terjadi *cross loading factor*  $\geq .25$  (Tabachnick & Fidell, 1989). Selain itu, peneliti menggunakan *Principal Axis Factoring* (PAF) dan menunjukkan hasil bahwa yang paling *interpretable* adalah 3 faktor. Ketiga faktor tersebut secara bersama-sama mampu menjelaskan total varian Tawakal kepada Allah sebesar 50,58%

Hasil analisis faktor menunjukkan bahwa aitem-aitem berikut yaitu Berserah diri hanya kepada-Nya (12), Meyakini segala sesuatu milik Allah dan mengembalikan semua urusan hanya kepada Allah (10), Ridho dengan semua karunia yang diberikan oleh Allah Ta'ala dan kepada Allah Ta'ala saja berharap (8), Menjadikan Allah sebagai pelindung dan tempat menggantungkan semua urusan (23), Berserah kepada Allah setelah melakukan upaya terbaik, dan mensucikan Allah (bertasbih) dengan memuji-Nya (14), Meyakini Allah Ta'ala mengetahui setiap aktivitas yang dilakukan (16), Menjadikan hukum Allah Ta'ala dan Rasul-Nya sebagai landasan dalam setiap perilaku (11), Hanya

bersandar kepada Allah dalam mengharap manfaat dan menolak kemudharatan (24), Merasa cukup hanya Allah Ta'ala saja yang melindungi kehidupannya (17), meyakini di sisi Allah itu lebih baik dan lebih kekal dibandingkan kenikmatan hidup lainnya (20), Percaya pada pembagian dan kemurahan Allah Ta'ala, dan akan mendapatkan bagian yang telah ditentukan (25), Merasa cukup atas semua karunia yang diberikan oleh Allah Ta'ala (22), Merasa cukup hanya kepada Allah Ta'ala menyandarkan semua permasalahan hidup (18), Meyakini bahwa apapun yang telah, sedang, dan akan dialami dalam hidup adalah ketetapan dari Allah Ta'ala (7), Merasa yakin dan cukup hanya Allah Ta'ala saja yang menjadi pelindung (2), Menjadikan Allah Ta'ala dan Rasul-Nya sebagai rujukan utama dalam melakukan pemecahan masalah (19), Merasa yakin dan cukup hanya Allah Ta'ala saja yang menjadi penolong (1), Mengupayakan secara maksimal, tulus, dan sepenuh hati atas perbuatan-perbuatan yang bermanfaat (15), dan Bersabar dalam menghadapi setiap gangguan yang terjadi dalam kehidupan (13) memiliki nilai *loading* berkisar .552 sampai .880 dengan faktor I. Aitem-aitem tersebut memiliki kesamaan, sehingga peneliti menamakan faktor I sebagai dimensi keyakinan bahwa Allah yang terbaik. Dimensi ini menjelaskan 40,924% dari total varian Tawakal dalam Islam dengan reliabilitas sebesar 0,950.

Aitem-aitem berikut, yakni Melaksanakan shalat fardhu dan shalat yg disunnahkan, secara benar, berkesinambungan, khususy sesuai syarat, rukun dan sunnahnya Rasulullah (4), Mengeluarkan sebagian rezeki dengan tulus, setiap saat secara berkesinambungan, untuk kepentingan pribadi, keluarga, atau siapa saja yg membutuhkan (5), Berdoa sebagai berikut "Ya Tuhan Kami, berilah keputusan antara

Kami dan kaum Kami dengan hak (adil) dan Engkaulah pemberi keputusan yang sebaik-baiknya." (3), memiliki nilai *loading* berkisar antara .506 hingga .586. Aitem-aitem tersebut memiliki kesamaan dan peneliti menamakan faktor II sebagai dimensi beribadah. Dimensi Ibadah ini menjelaskan sebesar 5,823% dari total varian Tawakal dalam Islam dengan reliabilitas sebesar 0,684.

Sedangkan aitem-aitem berikut, yaitu, Tidak merasa berat dengan peringatan Allah Ta'ala, dan tidak takut atas ancaman dari sesama makhluk Allah

(9), Tidak khawatir ditipu dan dikhianati oleh orang lain, karena yakin Allah Ta'ala senantiasa melindunginya (6), Tidak merasa resah & sedih dengan pembicaraan rahasia karena hal tersebut terjadi atas ijin Allah (21) memiliki nilai *loading* berkisar antara .506 sampai .586. Ketiga aitem yang termasuk dalam Faktor III ini memiliki kesamaan konten, sehingga peneliti menamakan Faktor III sebagai dimensi tidak khawatir disakiti manusia. Dimensi ini mampu menjelaskan sekitar 3,833% dari total varian Tawakal dalam Islam dengan reliabilitas sebesar 0,544.

Tabel 2 Struktur Faktor Skala Tawakal kepada Allah

Skala Tawakal kepada Allah	Faktor		
	Keyakinan kepada Allah	Tidak khawatir	Ibadah
12. Berserah diri hanya kepada-Nya	.880		
10. Meyakini segala sesuatu milik Allah dan mengembalikan semua urusan hanya kpda Allah	.876		
8. Ridho dengan semua karunia yang diberikan oleh Allah Ta'ala dan hanya kepada Allah Ta'ala saja berharap	.831		
23. Menjadikan Allah Ta'ala sebagai pelindung dan tempat menggantungkan semua urusan	.804		
14. Berserah kepada Allah setelah melakukan upaya terbaik, dan mensucikan Allah (bertasbih) dengan memuji-Nya	.738		
16. Meyakini Allah Ta'ala mengetahui setiap aktivitas yang dilakukan	.731		
11. Menjadikan hukum Allah Ta'ala dan Rasul-Nya sebagai landasan dalam setiap perilaku	.729		
24. Menyandarkan hati kepada Allah Ta'ala dalam mengharapkan manfaat dan menolak kemudaratatan	.719		
17. Merasa cukup hanya Allah Ta'ala saja yang melindungi kehidupannya	.710		
20. Meyakini yang ada di sisi Allah Ta'ala itu lebih baik dan lebih kekal dibanding kenikmatan hidup lainnya	.705		
25. Percaya pada pembagian dan kemurahan Allah Ta'ala, dan akan mendapatkan bagian yang telah ditentukan	.701		
22. Merasa cukup atas semua karunia yang diberikan oleh Allah Ta'ala	.701		
18. Merasa cukup hanya kepada Allah Ta'ala menyandarkan semua permasalahan hidup	.693		

Skala Tawakal kepada Allah	Faktor		
	Keyakinan kepada Allah	Tidak khawatir	Ibadah
7. Meyakini bahwa apapun yang telah, sedang, dan akan adalah ketetapan dari Allah Ta'ala dialami dalam hidup	.665		
2. Merasa yakin dan cukup hanya Allah Ta'ala saja yang menjadi pelindung	.608		
1. Merasa yakin dan cukup hanya Allah Ta'ala saja yang menjadi penolong	.604		
15. Mengupayakan secara maksimal, tulus, dan sepenuh hati atas perbuatan-perbuatan yang bermanfaat	.527		
13. Bersabar dalam menghadapi setiap gangguan yang terjadi dalam kehidupan	.471		
9. Tidak merasa berat dengan peringatan Allah Ta'ala, dan tidak takut atas ancaman dari sesama makhluk Allah?		.588	
21. Tidak merasa resah & sedih dengan pembicaraan rahasia karena hal tersebut terjadi atas ijin Allah ?		.581	
6. Tidak khawatir ditipu dan dikhianati oleh orang lain, karena yakin Allah Ta'ala senantiasa melindunginya		.552	
4. Melaksanakan shalat fardhu dan shalat yg disunnahkan, secara benar, berkesinambungan, khusyu sesuai syarat, rukun dan sunnahnya Rasulullah			.586
5. Mengeluarkan sebagian rezeki dengan tulus, setiap saat secara berkesinambungan, untuk kepentingan pribadi, keluarga, atau siapa saja yg membutuhkan			.521
3. Berdoa sebagai berikut "Ya Tuhan Kami, berilah keputusan antara Kami dan kaum Kami dengan hak (adil) dan Engkaulah pemberi keputusan yang sebaik-baiknya."			.506
Initial Eigenvalues	10,674	2,045	1,507
Total Variance Explained	40,924	5,823	3,833
Koefisien reliabilitas Cronbach $\alpha$ =	0,950	0,684	0,544

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Rotation Method: Promax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 8 iterations.

Tabel 3 Matrik Korelasi Antar Faktor Skala Keyakinan kepada Allah

Faktor	Keyakinan kepada Allah	Tidak Khawatir	Ibadah
Keyakinan kepada Allah	1.000	.289	.263
Tidak Khawatir	.289	1.000	.045
Ibadah	.263	.045	1.000

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Rotation Method: Promax with Kaiser Normalization.

Tabel 3 di atas menggambarkan korelasi antara ketiga dimensi Skala Tawakal kepada Allah yang berkisar

antara 0,045 hingga 0,289. Korelasi yang berkisar dari rendah hingga moderat tersebut mendukung multidimensionalitas

Skala Tawakal kepada Allah. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek dapat membedakan ketiga dimensi dari Skala Tawakal kepada Allah tersebut. Korelasi moderat antar faktor Skala Tawakal kepada Allah menunjukkan bahwa dimensi-dimensi tersebut memiliki korelasi, namun masing-masing dari dimensi tersebut memiliki diferensiasi.

Untuk mengetahui bukti psikometrik lebih lanjut mengenai validitas konvergen dari Skala Tawakal kepada Allah, dilakukan pengujian hubungan antara skor total dan dimensi-dimensi Skala Tawakal kepada Allah dengan skor dari *Subjective Well-Being Scale*.

Tabel 4 Korelasi antara prediktor dan variabel kriteria dengan mengendalikan *social desirability*

Tawakal kepada Allah & <i>Surrender to God</i> Dimensi-dimensinya	Variabel Kriteria		
	<i>SPANE</i>	<i>Life Satisfaction</i>	
Keyakinan	.756**	.435**	.377**
Tidak Khawatir	.416**	.239**	.143*
Ibadah	.170**	-.006	.021
Tawakal kepada Allah	.777**	.430**	.362**

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

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

Hasil analisis korelasional dengan mengendalikan variabel *social desirability* menunjukkan bukti awal validitas konvergen Skala Tawakal kepada Allah karena berkorelasi sangat kuat dan signifikan pada level  $\alpha = 0,01$  dengan variabel yang memiliki tujuan pengukuran yang sama yaitu berserah diri pada Tuhan (lihat Tabel 4). Demikian juga korelasi yang lemah sampai kuat dan signifikan pada level  $\alpha = 0,01$  dari dimensi-dimensi pembentuk Skala Tawakal kepada Allah dengan berserah diri pada Tuhan memperkuat bukti awal validitas Skala Tawakal kepada Allah tersebut.

Demikian juga bukti validitas konkuren dari Skala Tawakal kepada Allah diketahui dari adanya korelasi yang bervariasi dan signifikan pada level  $\alpha = 0,01$  dan  $\alpha = 0,05$  antara Skala Tawakal kepada Allah beserta dimensi-dimensi pembentuknya dan dua variabel kriteria afeksi positif-negatif dan kepuasan hidup, kecuali antara dimensi Ibadah dan SPANE ( $r = -0,006$ ,  $\text{sig} > 0,05$ ), dan dimensi ibadah dan kepuasan hidup ( $r = 0,021$ ,  $\text{sig} > 0,05$ ).

### Temuan Tambahan

Tabel 5 Korelasi antara prediktor dan variabel kriteria dengan mengendalikan *social desirability* pada responden penelitian laki-laki

Tawakal kepada Allah & <i>Surrender to God</i> Dimensi	Variabel Kriteria		
	<i>SPANE</i>	<i>Life Satisfaction</i>	
Keyakinan	.775**	.471**	.330**
Tidak Khawatir	.517**	.345**	.128
Ibadah	.223*	-.015	-.023
Tawakal kepada Allah	.797**	.469**	.302**

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

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

Tabel 6 Korelasi antara prediktor dan variabel kriteria dengan mengendalikan *social desirability* pada responden penelitian perempuan

Tawakal kepada Allah & Surrender to God	Variabel Kriteria		
	SPANE	Life Satisfaction	
Keyakinan	.694**	.398**	.388**
Tidak Khawatir	.381**	.257**	.161
Ibadah	.089	-.016	.105
Tawakal kepada Allah	.725**	.413**	.402**

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

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

Tabel 7 Korelasi prediktor dan kriteria variabel dengan mengendalikan *social desirability* pada responden penelitian berusia < 35 Tahun

Tawakal kepada Allah & Surrender to God	Variabel Kriteria		
	SPANE	Life Satisfaction	
Keyakinan	.747**	.548**	.338**
Tidak Khawatir	.253**	.165	.067
Ibadah	.031	.058	.038
Tawakal kepada Allah	.732**	.540**	.327**

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

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

Tabel 8 Korelasi prediktor dan kriteria variabel dengan mengendalikan *social desirability* pada responden penelitian berusia > 35 Tahun

Tawakal kepada Allah & Surrender to God	Variabel Kriteria		
	SPANE	Life Satisfaction	
Keyakinan	.674**	.336**	.202*
Tidak Khawatir	.570**	.299**	.243**
Ibadah	.194*	-.039	-.043
Tawakal kepada Allah	.745**	.350**	.221*

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

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

Tabel 9 Korelasi prediktor dan kriteria variabel dengan mengendalikan *social desirability* pada responden penelitian dengan pendapatan bulanan keluarga < Rp 2.500.000,00

Tawakal kepada Allah & Surrender to God	Variabel Kriteria		
	SPANE	Life Satisfaction	
Keyakinan	.724**	.391**	.309**
Tidak Khawatir	.526**	.357**	.190*
Ibadah	.286**	.029	.128
Tawakal kepada Allah	.801**	.423**	.334**

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

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

Tabel 10 Korelasi prediktor dan kriteria variabel dengan mengendalikan *social desirability* pada responden penelitian dengan pendapatan bulanan keluarga > Rp 2.500.000,00

Tawakal kepada Allah & Dimensi	Variabel Kriteria		
	<i>Surrender to God</i>	<i>SPANE</i>	<i>Life Satisfaction</i>
Keyakinan	.716**	.403**	.434*
Tidak Khawatir	.495**	.144	.184
Ibadah	.123	.128	.131
Tawakal kepada Allah	.723**	.383**	.420*

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

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

Peneliti juga melakukan uji validitas konvergen dan konkuren dari Skala Tawakal kepada Allah dengan memperhatikan variabel demografis. Pertama, dengan memperhatikan faktor jenis kelamin, kekuatan hubungan antara Tawakal kepada Allah dan berserah diri pada Tuhan, Tawakal kepada Allah dan *SPANE* lebih tinggi pada laki-laki dibandingkan perempuan. Demikian juga korelasi dimensi-dimensi pembentuk Tawakal kepada Allah dan *SPANE*. Pola yang berbeda ditemukan korelasi Tawakal kepada Allah dan *Life Satisfaction*. Peran Tawakal kepada Allah dalam menjelaskan variasi Kepuasan Hidup lebih tinggi pada perempuan dibanding laki-laki (Lihat Tabel 5 dan 6).

Kedua, dengan memperhatikan faktor usia, kekuatan hubungan antara Tawakal kepada Allah dan berserah diri pada Tuhan tidak cukup bervariasi. Sementara itu, kekuatan hubungan antara Tawakal kepada Allah dan *SPANE* lebih tinggi pada responden yang berusia kurang dari 35 tahun dibandingkan responden berusia di atas 35 tahun. Pola yang sama juga ditemukan untuk korelasi antara Tawakal kepada Allah dan *Life Satisfaction*. (Lihat Tabel 7 dan 8). Ketiga, dengan memperhatikan faktor pendapatan bulanan keluarga, kekuatan hubungan antara Tawakal kepada Allah dan berserah diri pada Tuhan lebih tinggi pada responden penelitian yang memiliki pendapatan bulanan keluarga kurang dari

Rp 2.500.000,00 dibandingkan pada responden penelitian yang memiliki pendapatan bulanan keluarga lebih dari Rp 2.500.000,00 (lihat Tabel 9 dan 10)

## PEMBAHASAN

Properti psikometrik dari Skala Tawakal kepada Allah diujikan pada orang dewasa pekerja tetap dengan usia sekitar 24–64 tahun. Melalui analisis faktor dan analisis aitem, 25 aitem dari skala tawakal kepada Allah disusun dan menghasilkan 3 struktur faktor penyusun: Keyakinan pada Allah, ketidakkhawatiran pada manusia, dan ibadah. Hasil studi pendahuluan ini memberikan dukungan tambahan pada penelitian sebelumnya yaitu *Surrender to God Scale* yang terdiri atas 6 faktor penyusun. Pattern Matrix Skala Tawakal kepada Allah ini menunjukkan hasil yang secara keseluruhan terlihat konsisten, di mana hasil yang didapatkan peneliti diolah dengan menggunakan analisis faktor eksploratori, dan konfirmatori. Hasil dari temuan yang diujicobakan pada orang dewasa ini, memiliki hasil yang konsisten dengan penelitian berserah diri pada Tuhan oleh Wong-McDonald & Gorsuch (2000) yang diujicobakan pada mahasiswa di kampus kristiani konservatif, dan mahasiswa dari salah satu gereja utama di California.

Penelitian ini menunjukkan bukti awal validitas konvergen dan konkuren dari adanya korelasi yang sangat kuat dan

signifikan antara Tawakal kepada Allah dan nilai *Surrender To God Scale*, korelasi antara Tawakal kepada Allah dan *SPANE*, korelasi antara Tawakal kepada Allah dan *Life Satisfaction* juga diamati dan dianalisis dari sisi gender, pendapatan, dan usia. Secara menyeluruh, laki-laki dan perempuan terlihat memiliki perbedaan dalam tingkat kepuasan kehidupan individu dan tingkat ketawakalannya. Hal ini semakin dilengkapi oleh penelitian sebelumnya yang menggunakan *Surrender To God Scale*, di mana *Surrender* berkorelasi secara negatif dengan *self-directing* dan kendali pribadi, namun berkorelasi positif dengan kesehatan (Wong-McDonald & Gorsuch, 2000; Clements dan Ermakova, 2012). Temuan ini membuktikan bahwa Skala Tawakal kepada Allah dapat mengukur aspek psikologis sebaik saat alat ukur *Surrender to God Scale* melakukan pengukuran yang sama.

Penelitian ini juga menunjukkan bukti awal efek substantif dari tawakal terhadap kepuasan hidup orang-orang dewasa. Temuan ini mungkin bukan suatu hal yang asing di lingkungan kita karena kultur orang-orang timur yang beragama seperti Indonesia, menghubungkan setiap kepuasannya pada hubungan interpersonal, kesehatan, dan kehidupan pernikahannya dengan agama yang dianut (Chang, 2009). Wong-McDonald dan Gorsuch (2004) melaporkan bahwa orang dewasa yang memiliki ketergantungan serta kedekatan dengan Tuhan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, sehingga hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa keterlibatan aktivitas spiritual dan keyakinan akan Tuhan berdampak pada kepuasan hidup yang lebih tinggi (Peterson dkk, 2005; Ading, Seok, Hashmi, dan Maakip, 2012). Kesimpulan ini dikuatkan pula oleh penelitian sebelumnya bahwa adanya hubungan yang kuat antara

religiusitas dan kepuasan hidup, serta peningkatan tren berdoa (prayer) sebagai mekanisme *coping* untuk kesehatan/penyembuhan sejak 2002 hingga 2007 (Ismail dan Desmukh, 2012; Waccholtz dan Sambamoorthi, 2011).

Studi pendahuluan ini juga turut mengungkap bukti awal berserah diri pada Tuhan memiliki kontribusi yang signifikan pada kesehatan, penurunan stres serta pencegahan penyakit. Stres diketahui sebagai salah satu penyebab peningkatan kinerja kardiovaskular, perubahan hormon saraf, dan penurunan sistem kekebalan tubuh (King, 2013). Penelitian yang dilakukan Clements dan Ermakova (2012) menunjukkan bahwa keberserahan dapat menjadi suatu mekanisme religiusitas yang dapat mencegah penyakit dan berkontribusi dalam meningkatkan kesehatan, serta menurunkan resiko stres. Perilaku keagamaan yang dilakukan seseorang dianggap dapat menjadi prediktor akan kepuasan hidup juga sebagai konsekuensi untuk kualitas hidup yang individu miliki (Ading, Seok, Hashmi, dan Maakip, 2012).

Efek substantif dari salah satu domain tawakal juga diindikasikan dalam suatu penelitian. Galanter, Rabkin, Rabkin dan Deutsch (1979) melaporkan bahwa ada 2 prediktor yang berpengaruh pada kesejahteraan emosional "perasaan nyaman individu ketika mendapatkan hubungan mendalam dengan *the divine being*, serta perasaan dekat dan koneksi yang begitu intim dengan "*the divine being*". Pollner (1989) menemukan bahwa dimensi keagamaan yang dinamai "*divine being*" (didefinisikan sebagai suatu keterjangkauan psikologis ke dalam "*divine*", kedalaman hubungan dengan Tuhan) memprediksi kesejahteraan psikologis yang sangat kuat daripada agama lainnya (seperti menghadiri gereja). Poloma dan Gallup (1991) menemukan bahwa efek dari sholat yang dilakukan

secara teratur, memiliki asosiasi yang erat dengan beberapa indikator *well-being*. Domain ibadah yang sebelumnya disebutkan sebagai sholat, oleh Kirkpatrick dan Shaver (1992) dinyatakan dapat menurunkan gejala psikologis antara lain kesepian, depresi, kecemasan serta penyakit-penyakit fisik.

Orang dewasa umumnya memberi nilai bahwa agama (konsep ketuhanan) dijadikan sebagai suatu bentuk yang digunakan untuk mendapatkan manfaat pribadi (misalnya, pemberi kedamaian pikiran). Ismail dan Desmukh (2012) pun ikut menambahkan bahwa individu merasa lebih damai dengan menyerahkan individu hanya pada kehendak Tuhan. Bukti lebih jauh untuk validitas dari Skala Tawakal kepada Allah didapatkan dengan menguji hubungan antara Jumlah dan Domain nilai kepuasan hidup dengan menggunakan 2 buah subskala dari *Life Satisfaction Scale* dan *Surrender To God Scale*.

Studi pendahuluan sejalan penelitian terdahulu yang menemukan bahwa, dibandingkan dengan orang-orang yang memiliki tawakal dengan kadar yang kecil, orang-orang bertawakal secara utuh ditemukan mengalami kepuasan hidup yang lebih baik, keyakinan, dan peningkatan kesehatan (Clements dan Ermakova, 2012), optimisme, tekun, dan mengalami kesejahteraan spiritualitas (Wong-McDonald dan Gorsuch, 2000).

Temuan ini konsisten dengan penelitian berserah selanjutnya dengan sampel mahasiswa. Dalam suatu penelitian yang menguji efek dari intervensi berserah pada kesejahteraan psikologis, Wong-McDonald dan Gorsuch (2004) menemukan bahwa mahasiswa yang berpartisipasi dalam penelitian ini mengalami lebih sedikit simptom fisik, peningkatan motivasi, menerima kehidupan dengan keyakinan yang optimis, serta mengalami penurunan *self-directing*

karena kecenderungannya yang mengikuti keinginan Tuhan secara penuh.

## SIMPULAN DAN SARAN

Hasil studi pendahuluan ini menawarkan bukti awal yang substantif tentang struktur faktor, validitas, dan reliabilitas Skala Tawakal kepada Allah.

Penelitian mengenai Skala Tawakal pada Allah terhadap berserah diri pada Tuhan dalam perspektif Islam ini juga memiliki beberapa kelemahan, antara lain sampel dari studi yang secara khusus didapatkan hanya dari wilayah di Pontianak dan terbatas pada pekerja/karyawan aktif yang berada di Pontianak berusia dari 24 hingga 64 tahun. Penelitian yang menggunakan data yang normatif akan berguna untuk penelitian selanjutnya. Sampel yang lebih representatif sebaiknya turut dilibatkan untuk menguji kemampuan umum dari temuan ini. Sampel bangsa Indonesia yang di antaranya orang dewasa serta pekerja/karyawan dari semua agama di Republik Indonesia dan beragam etnis (Jawa, Sunda, Melayu, Tionghoa, Madura, Batak, Bugis, Minangkabau dkk.) dapat menjadi suatu hal yang penting untuk diteliti. Studi selanjutnya dari Skala Tawakal kepada Allah sebaiknya menggunakan rentang usia yang lebih sempit untuk sampel individu, karena heterogenitas dapat berkontribusi pada korelasi yang tinggi.

Kedua, studi ini menggunakan konsistensi koefisien internal sebagai perkiraan reliabilitas dari Skala Tawakal kepada Allah. Perluasan reliabilitas dapat memberikan hasil yang konsisten dengan melakukan pengujian ulang untuk menilai stabilitas reliabilitas skala tawakal secara lebih lanjut. Pengujian ulang dapat dilakukan selama beberapa periode waktu (2 minggu, 1 bulan, 3 bulan, 6 bulan, 1 tahun, dst.) untuk membangun stabilitas

reliabilitas skala ketawakalan jangka pendek dan jangka panjang. Penelitian saat ini menggunakan koefisien konsistensi internal sebagai perkiraan reliabilitas skala ketawakalan.

Ketiga, ada kebutuhan akan pengukuran tawakal yang sesuai dengan tahapan perkembangan yang dapat digunakan lintas usia selama masih cukup sensitif untuk menangkap perubahan terkait usia. Penelitian akan daya sensitifitas skala pada perubahan kehidupan menjadi suatu hal yang penting untuk menunjukkan manfaat dari Skala Tawakal kepada Allah sebagai hasil dari pengukuran yang dapat diterapkan dan dijadikan tujuan penelitian.

Keempat, skala tawakal ini disusun berdasarkan pada dimensi-dimensi yang otentik dan berasal dari agama Islam, bukan konversi dari agama atau kepercayaan lain sehingga alat ukur ini dianggap lebih mampu menggambarkan konsep tawakal dalam Islam secara lebih komprehensif pada subjek muslim. Skala tawakal juga menawarkan sarana yang reliabel, valid, dan relevan untuk mengukur tingkat tawakal yang dimiliki muslim di Indonesia. Skala Tawakal kepada Allah memiliki potensial berguna sebagai penentu intervensi melalui pengukuran dampak intervensi.

#### Daftar Pustaka

Ading, C. E., Seok, C. B., Hashmi, S., I. dan Maakip, I. (2012). Religion gender differences in stress, happiness and life satisfaction. *Southeast Asia Psychology Journal*, 1, 46-55.

At-Tuwaijiri, M. I. A. (2014). *Ensiklopedia manajemen hati: Fikih ibadah*. Jakarta: Darus Sunnah.

Beck R, McDonald A. (2004). Attachment to god: The attachment to god inventory, tests of working model correspondence, and an exploration

of faith group differences. *Journal of Psychology and Theology*. 32, 92-103.

Bonab, B. G., Miner, M., Proctor, M. (2013). Attachment to God in Islamic spirituality. *Journal of Muslim Mental Health*, 7, 77-104.

Buhairi, M. A. A. (2012). *Tafsir ayat-ayat ya ayyuhal-ladzina amanu*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.

Clements A, D., & Ermakova A., V. (2011). Surrender to god and stress: A possible Link Between Religiosity and Health. *Psychology of Religion and Spirituality*. 4. 2. 93-107.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicator Research*, 39, 247-266.

French, dkk. (2010). *Health psychology*. United Kingdom: Blackwell Publishing Ltd. (Google book)

Ismail Z., & Desmukh S. (2012). Religiosity and psychological well being. *International Journal of Business and Social Science*, 3, 20-28.

Joshi S, Kumari S, Jain M. 2008. Religious belief and its relation to psychological well-being. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. 34. 345-354

Khaled, A. (2012). *Buku pintar akhlak*. Jakarta: Penerbit Zaman.

King, L. A. (2013). *The science of psychology: An apprentice view* (Edisi ke-3). New York: McGraw Hill.

Kumar V. G. (2008). Psychological stress and coping strategies of the parents

- of mentally challenged children. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34, 227-331.
- Miller, W. R., Thoresen, C. E. (2003). Spirituality, religion, and health (an emerging research field). *American Psychological Association*, 58, 24-35.
- Peterson dkk, (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25-44.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., Tarakeshwar, N., & Hahn, J. (2004). Religious coping methods as predictors of psychological, physical, and spiritual outcomes among medically ill elderly patients: A two-years longitudinal study. *Journal of Health Psychology*, 9, 713-730.
- Rathier, L. A., Davis, J. D., Papandatos, G. D., Grover, C., & Tremont, G. (2013). Religious coping in caregive of family members with demensia. *Journal of Applied Gerontology*, 20, 1-24.
- Reinert, D. F. (1999). Surrender and narcissism: Asssing change over treatment. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 17, 1-12.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Soenens B., Neyrinck B., dkk. (2012). How do perception of god as autonomy supportive or controlling relate to individual's social-cognitive processing of religious contents? The role of motives for religious behavior. *International Journal for the Psychology of Religion*, 22, 10-30.
- Stoeber, J., Janssen, D. P. (2011). Perfectionism and coping with daily failures: Positive reframing helps achieve satisfaction at the end of the day. *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*, 24, 477-497.
- Wen-Chang. (2009). Religious attendance and subjective well-being in an Eastern-culture country: empirical evidence from Taiwan. *Marburg Journal of Religion*, 14, 1-30.
- Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R. (2000). Surrender to God: An additional coping style? *Journal of Psychology and Theology*, 28, 149-161.
- Wong-McDonald, A., & Gorsuch, R. (2004). A multivariate theory of god concept, religious motivation, locus of control, coping, and spiritual well-being. *Journal of Psychology and Theology*, 32, 318-334.
- Waccholts A., & Sambamoorthi U. 2011. National trends in prayer use as a coping mechanism for health concerns: Changes from 2002 to 2007. *Psychology of Religion and Spirituality*. 3, 67-77.