

HUBUNGAN BERSYUKUR DENGAN MAKNA HIDUP NARAPIDANA ANAK DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN ANAK KELAS II B PEKANBARU

Vivik Shofiah Ricca dan Angreini Munthe

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: vivik.shofiah@uin-suska.ac.id

Abstrak

Kebutuhan nilai-nilai agama di kehidupan narapidana sangat penting adanya. Agama dapat menjadi resource yang berkontribusi nyata dalam melahirkan kebermaknaan hidup pada diri narapidana. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh deskripsi yang jelas mengenai kepribadian narapidana anak di lapas anak kelas II B Pekanbaru yang fokus pada penemuan makna hidup dengan cara bersyukur.

Pengumpulan data penelitian dengan menggunakan skala bersyukur dan makna hidup dengan hasil uji daya beda aitem untuk skala bersyukur r_{xy} berkisar antara 0.300 sampai 0.662. Sedangkan skala makna hidup diperoleh daya beda r_{xy} berkisar antara 0.000 sampai dengan 0.591. Berdasarkan uji reliabilitas skala bersyukur dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.769 dan skala makna hidup sebesar 0.873. Data berdistribusi normal dan liner dan diperoleh koefisien korelasi sebesar 0.614 dengan taraf signifikansi 0.008 ($p < 0.01$). Dengan demikian hipotesis yang diajukan terdapat hubungan antara bersyukur dengan makna hidup pada narapidana anak di lapas anak kelas IIB Pekanbaru diterima.

Kata Kunci: Bersyukur, Makna Hidup, Narapidana Anak, Lembaga pemasyarakatan

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Makna hidup merupakan elemen penting dalam kesejahteraan/kesehatan mental (*well-being*) dan fungsi hidup manusia (Steger & Frazier, 2005). Tanpa makna hidup, tujuan, nilai, atau idealisme dalam diri individu maka akan timbul keputusasaan. Bahkan menurut Frankl, jika seseorang tidak berjuang untuk makna

hidupnya maka akan mengalami eksistensi-hampa atau "*meaninglessness*". Kondisi tersebut apabila berkepanjangan dapat menyebabkan "*noogenicneurosis*", suatu kondisi yang ditandai dengan gejala kebosanan dan apatisme (Sumanto, 2006). Dari pendapat-pendapat di atas menimbulkan pertanyaan mengenai bagaimana cara kita memperoleh makna hidup di tengah permasalahan hidup yang kian menekan seperti

halnya dengan kehidupan narapidana.

Menyandang status sebagai narapidana, tentu saja ruang gerak mereka tidak sama seperti individu lain yang berada di luar lembaga pemasyarakatan. Narapidana hidup di lingkungan yang ruang geraknya serba dibatasi dan diatur. Artinya, kebebasan yang mereka miliki pun turut terbatas. Di dalam sel tahanan, narapidana dibatasi oleh jeruji besi, sedangkan di luar sel tahanan narapidana dibatasi oleh tembok tinggi yang mengelilingi kawasan lembaga pemasyarakatan. Di atas tembok yang tingginya melebihi tinggi manusia pada umumnya itu, terpasang kawat berduri untuk mencegah para narapidana kabur. Berbagai kondisi yang tidak menyenangkan dialami narapidana di lembaga pemasyarakatan. Ruang gerak yang serba dibatasi membuat narapidana menjadi sulit untuk bisa mengekspresikan atau mewujudkan apa yang ingin dilakukan, semua kegiatan yang dilakukan sudah terjadwal dan tertata rapi sehingga harus patuh pada peraturan yang ada. Kondisi tersebut menjadikan buruk dengan adanya fakta *over capacity* yang membuat narapidana bedesakdesakan di dalam sel penjara. Berdasarkan data Depkumham RI pada Januari 2008, penghuni lembaga pemasyarakatan di seluruh Indonesia mencapai 130.832 dengan rincian 54.307 tahanan dan 76.525 napi. Jumlah itu tidak seimbang dengan kapasitas penjara yang hanya 81.384, sehingga terjadi *overcapacity* hampir 45% (Wedhaswary, 2008).

Lembaga Pemasyarakatan Anak (Lapas Anak) Kelas II B Pekanbaru merupakan salah satu tempat dimana dapat ditemukan anak-anak berumur kurang dari 18 tahun yang mengalami kasus kekosongan makna hidup. Berdasarkan hasil penelitian mengenai Problem Eksistensial

pada 10 orang Warga Binaan Lapas Anak Blitar dengan menggunakan daftar pertanyaan yang disadur dari daftar pertanyaan Viktor Frankl yang digunakan pada pasien di rumah sakit Wina (Koswara, 1992) mengenai cara mereka bersikap terhadap kehidupan, ternyata dari 10 subjek yang menjawab daftar pertanyaan tadi terdapat 9 orang yang terbukti mengalami frustrasi eksistensial yang menimbulkan kekosongan makna. Artinya mereka merasa hampa karena berada di Lapas dan tidak dapat memaknai pengalaman hidupnya di Lapas dengan positif.

Penghuni Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru pada bulan Februari 2014 sebanyak 80 orang dengan persentase yang melakukan kasus pencurian sekitar 30 %, tindakan asusila sekitar 50 %, kasus pembunuhan sekitar 10 %, dan penyalahgunaan Narkoba 20 %. Penyebabnya yang utama adalah kurang kuatnya bekal nilai hidup positif yang dimiliki. Mereka yang berada di Lapas Anak Pekanbaru umumnya berasal dari keluarga yang memiliki status sosial ekonomi rendah, beberapa ada juga yang berasal dari status ekonomi menengah ke atas, kondisi keluarga yang tidak harmonis, hubungan orang tua dan anak yang tidak memadai, dan pendidikan yang gagal di sekolah. Mereka tidak memiliki modalitas yang cukup untuk memilih tindakan yang positif dalam hidupnya. Selain itu sejak awal sebelum masuk Lapas mereka sudah mengalami kekosongan makna, dibuktikan dengan perilaku salah yang menyebabkan mereka masuk ke Lapas. Kehidupan di dalam Lapas yang rutin dan penuh keterbatasan menyebabkan penghuninya mengalami kebosanan. Ketidakpastian akan masa depan setelah keluar dari Lapas semakin menambah kekosongan makna bagi penghuni Lapas. Hal ini

menyebabkan mereka apatis dalam menghadapi masa depannya, tidak merasa dirinya berarti dan merasa menjadi musuh masyarakat. Pada umumnya mereka bingung atau menjawab tidak tahu bila ditanya tujuan dan makna hidupnya. Kekosongan makna ini terkadang menjadikan mereka berusaha melupakannya dengan melakukan pelanggaran tata tertib di dalam Lapas. Walaupun sanksi dari pihak Lapas Anak cukup berat, mereka tidak jera. Hukumannya dapat berupa digunduli rambutnya, diberi hukuman fisik atau bahkan dimasukkan ke dalam sel pengasingan (kurung sunyi). Suara tawa dan canda ria jarang terdengar, pembicaraan mereka berkisar pada kebosanan, kerinduan akan kehidupan bebas di luar Lapas, kesedihan, atau saling mengejek antar teman. Pada kenyataannya mereka sulit mengambil makna dari kehidupan yang mereka alami di Lapas.

Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru seperti juga Lapas Anak lain di Indonesia, bertujuan membina warganya agar dapat kembali ke masyarakat dengan baik. Hal tersebut tercantum dalam tujuan didirikannya Lembaga Pemasyarakatan Anak yang diketahui peneliti dari informasi tertulis berjudul "Sistem Pembinaan Lapas". Tetapi seringkali terjadi, warga binaan yang telah bebas cenderung kembali melakukan tindak pidana. Hal ini terbukti dengan beberapa warga binaan yang merupakan residivis yang berulang kali masuk ke Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru.

Fenomena di atas kemungkinan disebabkan tidak adanya kemampuan memaknai hidup secara positif dalam perasaan dan jiwa mereka. Mereka putus asa dalam mengubah diri menjadi orang baik karena merasa terjebak dan terhambat oleh sikap masyarakat yang negatif terhadap dirinya. Sikap

apatisnya membuat mereka mudah menyerah dalam perjuangannya menjadi orang yang dapat diterima masyarakat. Kehidupan sehari-hari di Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru dimulai ketika kamar dibuka oleh petugas pada jam 07.15 WIB dengan diawali senam pagi yang dilanjutkan dengan membersihkan diri. Kemudian warga binaan sarapan pagi mulai jam 08.00 WIB sampai sekitar pukul 08.15 WIB. Jam 08.15 – 11.30 WIB mereka melakukan tugas harian pada pos yang sudah ditetapkan oleh bagian BINADIK (Pembinaan Anak Didik) Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru. Pukul 11.30-16.00 WIB mereka beristirahat siang. Pukul 16.00-17.00 WIB diisi dengan kegiatan olah raga. Mulai pukul 17.00 waktunya mereka masuk kamar masing-masing dan pintu kamar dikunci oleh petugas.

Berdasarkan hasil wawancara dengan warga binaan Lapas Anak Pekanbaru, mereka menyatakan bosan dengan kegiatan mereka sehari-hari. Tetapi bila ditanya mengenai rencana mereka setelah keluar dari Lapas sebagian besar dari mereka menyatakan bingung, tidak tahu, belum memikirkan. Mereka tidak punya bayangan apa yang bisa mereka lakukan demi masa depannya. Sikap apatis terlihat dari cara mereka menjawab yang tampak malas-malasan. Semangat mereka tampak bila diberi imbalan materi, bisa berupa rokok, kue, atau benda-benda lain. Tetapi bila tidak ada imbalan mereka cenderung menghindar bila ditanya tentang pribadinya. Terdapat hambatan yang besar dalam mendapatkan cerita yang jujur mengenai masa lalu mereka sebelum masuk Lapas atau mengenai cerita kenapa mereka bisa masuk Lapas. Antara cerita dan kenyataan dalam arsip petugas kadang berbeda jauh. Karakteristik warga binaan Lapas Anak Kelas II B

Pekanbaru pada umumnya adalah liar, susah diatur, agresif, sulit percaya pada orang lain, berpikir pendek, kurang bisa berempati pada orang lain, menurut hanya pada saat di depan petugas. Jika melakukan komunikasi sesama mereka (narapidana), yang terjadi adalah penggunaan bahasa agrsif seperti saling mengejek, menyuruh teman dengan memaksa, dengan intonasi tinggi. Mereka sering mengarang cerita-cerita bohong sekedar ingin menunjukkan dirinya berarti ataupun sekedar untuk memamerkan dirinya. Arah pembicaraan terkadang tidak jelas, berusaha mencurahkan isi hati namun kesulitan berkata jujur. Walaupun demikian, peneliti mendapatkan data bahwa sebenarnya mereka memiliki kebutuhan yang besar untuk disayangi, dicintai dan dimengerti. Hal ini dapat dilihat dari arsip data konseling yang telah dilakukan oleh psikolog Lapas Anak kelas II B Pekanbaru, dosen dan mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.

Dalam situasi krisis seperti itu, kebutuhan nilai-nilai agama di kehidupan narapidana sangat penting adanya. Agama dapat menjadi *resource* yang berkontribusi nyata dalam melahirkan kebermaknaan hidup pada diri narapidana. Frankl (1985) mengemukakan bahwa kebermaknaan hidup dapat dicapai melalui pengalaman spiritual. Frankl menekankan bahwa pengalaman spiritual dapat membentuk dan memuaskan *will to mean* (kehendak untuk hidup bermakna). Secara spiritual, rasa syukur adalah pengingat manusia akan penciptanya, Allah SWT yang memberikan segala bentuk nikmat dan karuniaNya pada hambaNya. Pada kondisi ini, dimana Muslim mengingat Allah, sang Penciptanya. Islam menawarkan kemungkinan hidup yang penuh makna karena

selalu bersyukur, dan membuat manusia semakin bertaqwa pada Allah SWT untuk menghadapi berbagai tantangan dan cobaan yang ada di dunia ini. Bersyukur inilah yang akan menghantarkan seseorang pada sikap pasrah dan mengikuti ajaranNya sehingga individu akan menemukan makna hidup.

Di Lapas Anak Pekanbaru, para Narapidana seharusnya mensyukuri atas pelayanan yang ada seperti; menerima segala keterbatasan yang berkaitan dengan penyediaan menu makanan sehari-hari, obat-obatan yang ada di poli klinik lapas, keterbatasan menerima informasi, keterbatasan jam kunjungan, keterbatasan sarana dan prasarana di bidang seni dan rekreasi. Kondisi ini mungkin saja masih jauh lebih baik dibandingkan pada saat mereka hidup di luar lapas. Dengan bersyukur inilah yang akan menghantarkan para Narapidana Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru pada sikap pasrah dan mengikuti ajaranNya sehingga individu akan menemukan makna hidup.

Berdasarkan uaian di atas maka peneliti merumuskan permasalahan penelitian adalah apakah terdapat hubungan antara bersyukur dengan makna hidup narapidana anak di Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru? Penelitian di Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru mengenai problem eksistensial/pencapaian makna hidup yang terdapat pada warga binaannya sangat penting untuk dilakukan.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh deskripsi yang jelas mengenai kepribadian narapidana anak di lapas anak kelas II B Pekanbaru yang fokus pada penemuan makna hidup dengan cara bersyukur.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu Psikologi yang berhubungan dengan bersyukur dan makna hidup juga bermanfaat bagi pihak Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru dapat mengetahui kondisi kepribadian narapidana anak.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Makna Hidup

1. Pengertian Makna Hidup

Kebermaknaan hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (*the purpose in life*). Bila hal itu berhasil dipenuhi akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti dan pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (*happiness*). Makna hidup ada dalam kehidupan itu sendiri dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan tak menyenangkan, keadaan bahagia dan penderitaan. Ungkapan seperti “makna dalam derita” (*meaning in suffering*) atau “hikmah dalam musibah” (*blessing in disguise*) menunjukkan bahwa dalam penderitaan sekalipun makna hidup dapat ditemukan. Bila hasrat ini dapat dipenuhi maka kehidupan yang dirasakan berguna, berharga dan berarti (*meaningfull*) akan dialami. Sebaliknya bila hasrat ini tak terpenuhi akan menyebabkan kehidupan dirasakan tidak bermakna (*meaningless*) (Bastaman, 2007).

Sumanto (2006) mengatakan kebermaknaan hidup adalah kualitas penghayatan individu terhadap seberapa besar diri individu tersebut dapat mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi-potensi serta kapasitas yang dimiliki, dan

terhadap seberapa jauh individu telah mencapai tujuan hidup dalam rangka memberi makna kepada kehidupannya dalam berinteraksi dengan lingkungan yang terus berubah. Menghadapi tuntutan kehidupan yang terus berubah, penghayatan dan kemampuan individu dalam merespon perubahan menentukan tingkatan kebermaknaan hidup. Kebermaknaan hidup adalah cara seseorang untuk mengisi kehidupannya dan memberikan gambaran menyeluruh yang menunjukkan arah dalam caranya manusia berhubungan dengan dirinya sendiri, orang lain, dan alam atas dasar rasa cinta ke Ilahi. Makna hidup mencuat dalam situasi transendensi, yaitu merupakan gabungan dari penemuan diri individu, penentuan pilihan, penemuan makna ketika merasa diri istimewa, dan pembersihan makna dalam tanggung jawab (Aida, 2005).

Dikatakan oleh Hernowo (dalam Nurdin, 2006) kebermaknaan hidup dapat ditafsirkan sebagai suatu proses yang dapat membuat individu merasakan hadirnya sebuah perubahan dalam dirinya dan perubahan itu sangat mengesankan. Sedikitnya, makna itu dapat memunculkan perasaan bangga, bahagia, sekaligus sebagai bentuk peneguhan bahwa dirinya berkembang ke arah yang lebih baik karena memperoleh sesuatu. Berbeda dengan Frankl, Abraham Maslow (dalam Sumanto, 2006) berpendapat bahwa kebermaknaan hidup adalah suatu sifat yang muncul dari dalam diri individu. Teori ini disusun dengan pemikiran bahwa hingga kebutuhan yang lebih rendah dipenuhi, nilai dan kebermaknaan hidup mempunyai dampak yang kecil terhadap motivasi. Meskipun demikian, ketika kebutuhan yang lebih rendah terpuaskan, nilai menjadi

pendorong motivasi individu dalam mendedikasikan pada beberapa misi (tugas) atau maksud yang tingkatannya lebih tinggi. Kebermaknaan hidup adalah kebutuhan yang berkembang. Individu secara bebas memilih kebermaknaan, tetapi individu akan menjadi lebih sehat jika memilih kebermaknaan yang membantunya memenuhi sifat dasar. Keinginan untuk hidup bermakna merupakan motivasi utama pada manusia. Hasrat inilah yang mendorong individu untuk melakukan berbagai kegiatan agar hidupnya dirasakan berarti dan berharga.

Hidup bermakna berarti memiliki tujuan atau rasa ingin mencapai keberhasilan (Baumeister, 1991). Kebermaknaan hidup juga berkaitan dengan kepuasan hidup dan kesehatan psikologis (Rathi, 2007). Individu yang memiliki kebermaknaan hidup, hidupnya penuh dengan pengalaman positif karena semua peristiwa yang dialami, baik peristiwa yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan, dianggap sebagai proses pencapaian tujuan hidup. Makna hidup sangat diperlukan oleh manusia untuk menghadapi kehidupannya dengan bersemangat. Seorang manusia yang menghayati makna hidupnya akan dapat mengisi kehidupannya dengan penuh makna dan mendapatkan kebahagiaan dari perjuangannya dalam memberi makna dalam kehidupannya. Individu yang hidupnya penuh makna akan selalu termotivasi untuk memperjuangkan tujuan hidupnya. Mereka tidak akan mengalami kekosongan atau kehampaan eksistensial yang bisa menimbulkan mental yang tidak sehat. Individu yang makna hidupnya tinggi akan mampu menetapkan tujuan-tujuan hidupnya dengan jelas dan terencana, bahkan mampu menghadapi

kegagalan dalam hidup (Kartini, 2008).

Menurut Frankl, kebermaknaan hidup bukan kreasi manusia yang berubah-ubah, tetapi merupakan suatu realitas obyektif dari diri individu. Hanya ada satu kebermaknaan hidup untuk setiap situasi dan itulah kebermaknaan yang sejati. Individu dituntun oleh kata hatinya untuk secara intuitif mendapatkan kebermaknaan yang sebenarnya. Meskipun lingkungan mendesak dengan pengaruh yang kuat dalam penciptaan dan pemenuhan akan kebermaknaan hidup, hal itu sangat tergantung pada sikap pribadi masing-masing. Menurut Frankl, jika individu tidak berjuang untuk kebermaknaan hidup akan mengalami eksistensi-hampa (*meaninglessness*). Kondisi tersebut apabila berkepanjangan dapat menyebabkan *noogenic neurosis*, yaitu suatu kondisi yang ditandai dengan gejala kebosanan dan apatisme. Sebaliknya, apabila kebermaknaan hidup terus diperjuangkan maka individu akan mengalami transendensi diri dan memperoleh pengalaman emosi positif oleh adanya kecocokan dalam pemenuhan (Bastaman, 2007).

Mencari arti dapat merupakan tugas yang membingungkan dan menantang serta yang menambah dan bukan yang mereduksi tegangan batin. Sesungguhnya, Frankl melihat peningkatan tegangan ini sebagai prasyarat untuk kesehatan psikologis. Suatu kehidupan tanpa tegangan, suatu kehidupan yang diarahkan pada stabilitas dan keseimbangan tegangan batin dirasakan kehidupan ini kekurangan arti. Suatu kepribadian yang sehat mengandung tingkat tegangan tertentu antara apa yang telah dicapai atau diselesaikan dan apa yang harus dicapai atau diselesaikan, suatu jurang pemisah antara siapa dan bagaimana seharusnya individu. Jurang pemisah ini berarti

bahwa individu yang sehat selalu memperjuangkan tujuan yang memberikan arti bagi kehidupan. Individu ini terus-menerus berhadapan dengan tantangan untuk memperoleh maksud baru yang harus dipenuhi. Perjuangannya yang terus-menerus ini menghasilkan kehidupan yang penuh semangat dan gembira (Schultz, 1995).

Kebermaknaan hidup berarti individu mampu menemukan jati diri dan mampu mencapai tujuan. Pada dasarnya, kebermaknaan hidup tergantung dari kesadaran diri sendiri. Perbedaan kebermaknaan hidup antara individu yang satu dengan individu yang lain adalah berdasarkan respon individu dalam menghadapi permasalahan hidup (Hines, 2008). Individu percaya bahwa perubahan akan terwujud dalam kehidupan dan kebermaknaan hidup dapat ditemukan jika individu mampu berproses secara positif menghadapi permasalahan (Stewart, 2008).

Pada akhirnya kebermaknaan hidup itu sendiri berarti sesuatu yang sangat penting, berharga dan didambakan setiap individu dimana antara individu yang satu dengan yang lain tidaklah sama. Kebermaknaan hidup bisa menentukan bagaimana kualitas kehidupan yang sedang dijalani, bagaimana individu bisa mengembangkan potensi yang dimiliki, bagaimana cara individu mengisi kehidupannya sehingga mampu menemukan jati diri dalam mencapai tujuan hidup yang lebih baik dari keadaan sekarang. Makna hidup mempunyai arti yang berbeda pada setiap individu tergantung dari sudut pandang mana ia melihatnya dan mengartikannya. Banyak ahli yang telah meneliti tentang keberadaan hidup dan memberikan pengertian mengenai makna hidup. Setiap individu mempunyai keinginan untuk meraih hidup bermakna, seperti yang dikemukakan

Frankl (dalam Bastaman, 2007), bahwa dalam setiap keadaan, termasuk dalam penderitaan sekalipun kehidupan ini selalu mempunyai makna, di mana hidup secara bermakna merupakan motivasi utama setiap orang. Dalam batas-batas tertentu manusia memiliki kebebasan dan tanggung jawab pribadi untuk memilih dan menemukan makna dan tujuan hidupnya. Makna dan tujuan hidup merupakan sesuatu yang tidak dapat dipisahkan. Ketika seseorang menemukan makna hidup maka ia akan menentukan tujuan hidup yang pada akhirnya akan membuat segala kegiatan menjadi lebih terarah.

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan mengenai pengertian kebermaknaan hidup, yaitu hal-hal yang oleh seseorang dipandang penting, dirasakan berharga dan diyakini sebagai suatu yang benar serta dapat dijadikan tujuan hidupnya.

2. Komponen-komponen makna Hidup

Menurut Bastaman (2007) makna hidup dapat ditemukan dalam kehidupan itu sendiri betapapun buruknya kehidupan tersebut. Makna hidup tidak saja dapat ditemukan dalam keadaan yang menyenangkan tetapi juga dapat ditemukan dalam penderitaan selama individu mampu melihat hikmah-hikmahnya. Disebutkan Frankl (dalam Bastaman, 2007) terdapat tiga komponen kebermaknaan hidup yang antara satu dengan lainnya mempunyai hubungan yang erat dan saling mempengaruhi. Ketiga komponen itu adalah:

a. Kebebasan berkehendak (*freedom of will*)

Kebebasan berkehendak adalah kebebasan yang dimiliki oleh seseorang untuk menentukan sikap dalam hidupnya,

menentukan apa yang dianggap penting dan baik bagi dirinya. Kebebasan dalam hal ini bukanlah kebebasan yang mutlak dan tanpa batas, namun kebebasan yang diimbangi sikap tanggung jawab agar tidak berkembang menjadi kesewenangan.

- b. *Kehendak hidup bermakna (will to meaning)*
Kehendak hidup bermakna adalah hasrat yang memotivasi setiap orang untuk bekerja, berkarya dan melakukan kegiatan-kegiatan penting lainnya dengan tujuan agar hidupnya berharga dan dihayati secara bermakna.
- c. *Makna hidup (meaning of life)*
Makna hidup adalah sesuatu yang dianggap penting, benar dan diidambakan serta memberi nilai khusus bagi seseorang. Bila berhasil ditemukan dan dipenuhi akan menyebabkan kehidupan ini dirasakan demikian berarti dan berharga.

Berbeda dengan Frankl, menurut Crumbaugh & Maholich (dalam Koeswara, 1992) terdapat enam komponen kebermaknaan hidup, yaitu:

- a. *Makna Hidup*
Makna hidup adalah segala sesuatu yang dianggap penting dan berharga bagi individu serta memberi nilai khusus, dan dapat dijadikan sebagai tujuan hidup bagi individu tersebut.
- b. *Kepuasan hidup*
Kepuasan hidup adalah penilaian individu terhadap hidup yang dijalannya, sejauh mana individu mampu menikmati dan merasakan kepuasan dalam hidup dan segala aktivitas yang telah dilakukannya.
- c. *Kebebasan*
Kebebasan adalah perasaan mampu

mengendalikan kebebasan hidup secara bertanggung jawab.

- d. *Sikap terhadap kematian*
Sikap terhadap kematian adalah pandangan dan kesiapan individu terhadap kematian yang dihadapi oleh setiap manusia.
- e. *Pikiran tentang bunuh diri*
Pikiran tentang bunuh diri adalah pemikiran individu tentang perbuatan bunuh diri.
- f. *Kepantasan hidup*
Kepantasan hidup adalah penilaian individu terhadap hidup yang dijalani, sejauh mana merasa bahwa apa yang telah dialami dalam hidup adalah sebagai sesuatu hal yang wajar.

Peneliti sependapat dengan pendapat Frankl bahwasannya komponen kebermaknaan hidup itu terdiri dari tiga hal, yaitu makna hidup, kebebasan berkehendak, dan kehendak hidup bermakna. Tiga hal inilah yang membentuk kebermaknaan hidup menjadi suatu nilai yang memberikan motivasi tersendiri bagi individu untuk menghasilkan sesuatu yang membanggakan, baik bagi dirinya sendiri maupun bagi orang lain, agar hidup yang dirasakan menjadi lebih berarti dan berharga.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi

Kebermaknaan Hidup

Ciri-ciri yang dikemukakan Frankl (dalam Schultz, 1995) mengenai individu sehat, yaitu individu yang dapat menemukan kebermaknaan hidupnya melalui realisasi nilai-nilai manusiawi. Dapat dijabarkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup seseorang adalah faktor-faktor internal dan eksternal. Faktor-faktor internal meliputi pola pikir, pola sikap, konsep diri, corak penghayatan,

ibadah dan kepribadian.

Pertama, Pola Berfikir. Kecenderungan berfikir seseorang (positif atau negatif) akan membawa pengaruh terhadap penyesuaian diri dan kehidupan psikisnya. Pola berfikir mempengaruhi suasana hati yang nantinya akan menentukan tindakan individu. Dari pola berfikir itu individu akan bertindak proaktif, agresif, pasif dan asertif. Individu yang berfikir positif akan memandang peristiwa yang dialami maupun keadaan dirinya dari sisi positif sehingga ia akan melakukan tindakan yang positif kemudian kebermaknaan hidupnya yang didapat. Frankl (dalam Schultz, 1995), berdasarkan pengalamannya mengemukakan

bahwa individu yang mengubah pola berfikir ke arah yang positif dan menyenangkan, maka kesakitan, ketakutan, penderitaan akan hilang karena pikiran positif akan membangkitkan jiwa yang tertekan dan memberikan kekuatan untuk mengatasi penderitaan dan keputusan pada suatu keadaan.

Kedua, Pola Sikap. Krech dan Crutchfield (dalam Sears dkk, 1994) mendefinisikan sikap sebagai organisasi yang bersifat menetap dari proses motivasional, emosional, perseptual dan kognitif mengenai beberapa aspek dunia individu. Sikap terhadap suatu objek, gagasan, pengalaman atau orang tertentu merupakan orientasi yang bersifat menetap dengan komponen-komponen kognitif, afektif dan perilaku. Komponen kognitif terdiri dari seluruh kognisi yang dimiliki seseorang mengenai objek sikap tertentu, fakta pengetahuan dan keyakinan tentang objek. Komponen afektif terdiri dari seluruh perasaan atau emosi seseorang terhadap objek terutama penilaian. Komponen perilaku terdiri dari kesiapan seseorang untuk

bereaksi atau kecenderungan untuk bertindak terhadap objek. Sikap individu terhadap suatu peristiwa atau kejadian yang diterimanya begitu berpengaruh pada pengambilan hikmah. Seringkali penderitaan yang dialami oleh individu tidak dapat dielakkan lagi, maka sikap menghadapinya yang perlu diubah. Dengan mengubah sikap diharapkan beban mental akibat musibah berkurang, bahkan mungkin saja dapat memberikan pengalaman berharga bagi penderita yang disebut dengan hikmah. Penderitaan memang dapat memberikan makna apabila penderita mampu mengatasinya dengan baik, sekurang-kurangnya dapat menerima keadaannya setelah upaya maksimal dilakukan tetapi tetap tidak berhasil mengatasinya.

Ketiga, *Self Concept/Self Image!* Konsep Diri. Konsep diri adalah gambaran individu mengenai dirinya sendiri. Konsep diri mempunyai subjektivitas tinggi. Hal ini merupakan salah satu unsur penting dalam proses pengembangan pribadi. Konsep diri yang positif akan mewarnai cara pikir, pola sikap, corak penghayatan dan ragam perbuatan yang positif, demikian pula sebaliknya. Contohnya, seseorang yang memandang dirinya mampu untuk menghadapi dan mengatasi penderitaan akan berusaha secara maksimal dan penuh optimisme.

Keempat, Corak Penghayatan/Kepercayaan. Bagaimana individu meyakini dan menghayati kebenaran, kebajikan, keindahan, keadilan, keimanan, dan nilai-nilai lain yang dianggap berharga. Dalam hal ini cinta kasih merupakan nilai yang sangat penting dalam mengembangkan hidup bermakna. Mencintai seseorang berarti menerima sepenuhnya keadaan orang yang dicintai seperti apa adanya serta benar-benar memahami

kepribadiannya dengan penuh pengertian. Dengan jalan mengasihi dan dikasihi, seseorang akan merasakan hidupnya sarat dengan pengalaman-pengalaman penuh makna dan membahagiakan. Orang yang percaya pada Tuhan dan juga percaya kepada takdir akan meyakini bahwa setiap peristiwa atau kejadian ada hikmah ataupun tujuannya. Keyakinan seperti ini hanya akan berpengaruh sesaat terhadap emosinya. Ia dapat segera mengerti memahami dan percaya bahwa Tuhan selalu mentakdirkan yang terbaik bagi manusia, walaupun itu berwujud kegagalan dan kadang-kadang manusia tidak sanggup memahaminya. Kepercayaan kepada Tuhan ini tidak terlepas dari keimanan individu sebagai manusia dalam menjalani hidupnya.

Kelima, Ibadah. Dalam pengertian umum ibadah adalah segala kegiatan melaksanakan yang diperintahkan Tuhan dan mencegah diri dari hal-hal yang dilarang-Nya menurut ketentuan agama. Dalam pengertian lebih khusus ibadah adalah ritual untuk mendekatkan diri kepada Tuhan melalui cara-cara yang diajarkan dalam agama. Ibadah yang dilakukan secara hidmat sering menimbulkan perasaan tenteram, mantap dan tabah, serta tidak jarang juga menimbulkan perasaan mendapat bimbingan dalam melakukan tindakan-tindakan penting. Menjalani hidup sesuai tuntunan agama memberikan corak penghayatan bahagia dan bermakna bagi seseorang.

Keenam, Kepribadian. Kepribadian, menurut Allport (dalam Mujib, 1999), adalah organisasi dinamis dalam diri individu yang terdiri atas sistem psikofisik yang menentukan penyesuaian dirinya yang khas terhadap lingkungannya. Dari pengertian ini dapat dijabarkan kepribadian terdiri atas

kecenderungan-kecenderungan menentukan, yang memainkan peran aktif dalam tingkah laku individu. Kepribadian bersifat individualis atau sangat subjektif, artinya tidak ada orang di dunia ini yang memiliki kepribadian sama walaupun dari anak kembar. Kepribadian menjadi jembatan individu dengan lingkungan fisik dan lingkungan psikologisnya. Kepribadian di sini mempunyai fungsi atau arti adaptasi dan menentukan individu dalam menghadapi masalah-masalahnya.

Selanjutnya akan diungkapkan faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi kebermaknaan hidup, di antaranya pekerjaan, pengalaman, hubungan keluarga, kebudayaan dan lingkungan sosial.

Pertama, Pekerjaan. Dengan bekerja individu dapat mengaktualisasikan dirinya. Pekerjaan merupakan hal yang sangat berharga dan penting bagi individu yang mempunyai orientasi tinggi pada pekerjaan atau bagi individu yang bermotto pekerjaan adalah hidup. Bekerja tidak dengan sendirinya memberikan makna bagi yang melakukannya. Kegiatan bekerja semata-mata hanya memberikan peluang dan kesempatan untuk mendapat makna. Makna dari kegiatan berkarya lebih terletak pada sikap dan cara kerja dan hasilnya, dalam artian dedikasi dan cinta kerja serta kesungguhan dalam mengerjakannya akan menghasilkan karya-karya dengan kualitas terbaik sekaligus memberikan makna. Individu akan merasa kehilangan makna apabila ia tidak berkarya dan berkegiatan hasil yang baik.

Kedua, Pengalaman-Pengalaman. Individu selalu mendapat pengalaman-pengalaman yang menyenangkan maupun pengalaman-pengalaman yang menyedihkan. Pengalaman ini berkaitan erat dengan bagaimana seseorang memaknai hidupnya. Apakah ia akan menjadi orang yang mudah berputus

asa, memandang positif akan diri dan lingkungannya, menjadi orang yang optimis, selalu giat dalam bekerja dan sebagainya. Individu-individu yang sering mengalami hal-hal tragis akan menjadi orang yang kuat dan tegar dalam menghadapi kehidupan ini. Sebaliknya mereka yang jarang bahkan tidak pernah mengalami hal-hal tragis mempunyai kecenderungan menjadi individu yang tidak tahan banting.

Ketiga, Hubungan dalam Keluarga. Hal ini berhubungan erat dengan bagaimana seseorang diterima, berperan dan dibutuhkan di dalam keluarganya. Individu yang diterima dengan baik dalam keluarga akan merasakan hidup yang penuh arti dan bahagia. Ada sebagian orang tua yang kurang dapat bahkan tidak dapat menerima kehadiran anaknya, sehingga perilaku yang ditampakkan oleh orang tua seperti acuh tak acuh, kurang memberi kasih sayang, kurang member perhatian, tidak dapat menerima anak apa adanya dan sebagainya. Akibatnya hak-hak anak dalam keluarga terabaikan. Pada akhirnya apa yang dialami oleh anak dalam keluarga menimbulkan konsep yang negatif terhadap diri sendiri.

Keempat, Kebudayaan. Kebudayaan merupakan konsep akal dalam usaha manusia menyelaraskan hubungan-hubungannya dalam kehidupan sehingga dapat dibina keperluan-keperluan. Dalam pengertian lain kebudayaan merupakan cara berfikir dan cara merasa yang menyatakan diri dalam seluruh segi kehidupan sekelompok manusia yang membentuk masyarakat, dalam suatu ruang dan suatu waktu. Kebudayaan merupakan aturan-aturan, nilai-nilai yang terdapat di dalam suatu masyarakat yang dijadikan suatu pedoman dalam kehidupan

sehari-hari. Antara masyarakat yang satu dengan lainnya berbeda. Budaya ini dapat berubah seiring dengan perkembangan zaman yang ditandai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Contoh filosofi "nrimo" dalam budaya Jawa dapat memberikan makna tersendiri bagi individu. Bagi individu yang menjalankan filosofi ini dalam kehidupannya akan merasakan hidup yang penuh arti, karena ia mempunyai sifat penuh penerimaan baik dalam penderitaan atau dalam kebahagiaan. Namun bagi masyarakat dalam budaya lain, hal ini tidak dapat memberikan makna. Bahkan mungkin malah membuat penderitaan semakin menjadi-jadi.

Kelima, Lingkungan Sosial Masyarakat. Lingkungan sosial mempunyai peran yang sangat besar dan berarti bagi diri individu. Peran individu di lingkungannya begitu berpengaruh pada daya cipta, daya mobilitas, dan juga berpengaruh pada bagaimana ia dapat menerima orang lain di sekitarnya. Individu yang dapat berperan penuh dan diterima dengan baik oleh lingkungannya akan merasakan bahagia dan juga penuh semangat melakukan hal-hal untuk kemajuan lingkungan masyarakatnya.

4. Makna Hidup Menurut Al Quran

Agama memiliki sistem nilai yang cukup kuat dijadikan sebagai pegangan dalam bersikap dan memaknai hidup. Agama Islam dengan nilai-nilai moralnya sangat menolong bagi pemeluknya yang taat dalam menjalani kehidupan yang bermakna. Orang-orang yang taat beragama biasanya juga merupakan pribadi-pribadi yang tangguh dalam menjalani kehidupan yang penuh liku-liku. Nilai-nilai seperti sabar, syukur, tawakal, istiqomah bila dihayati dan

diamalkan akan menghasilkan hidup yang bermakna. Hidup di dalam tuntunan Allah merupakan kehidupan yang penuh makna bagi orang mukmin.

Makna hidup seorang manusia sesungguhnya sudah ditetapkan oleh Allah sebagai Pencipta dan Pemilik seluruh alam semesta ini. Oleh karena sepantasnya manusia melaksanakan ketetapan Allah dalam kehidupannya. Dialah yang tahu apa saja yang menjadi kebutuhan manusia dan memberi petunjuk bagi manusia didalam kiat suci Al Qur'an. Dalam ayat-ayat berikut terungkap makna hidup manusia, yaitu sebagai khalifah yang memiliki potensi-potensi yang melebihi ciptaan Allah lainnya. Salah satunya kemampuan manusia dalam memberi makna pada setiap hal yang ada dalam kehidupannya, seperti dalam surat Al Baqarah ayat 30 sampai 34, Allah mengajarkan kepada manusia kemampuan memberi nama pada setiap hal di dunia ini, termasuk pada kemampuan kognitif manusia untuk mengembangkan ilmu pengetahuan.

B. Bersyukur

1. Pengertian bersyukur

Syukur menurut bahasa berarti pujian atau sanjungan kepada orang yang telah berbuat baik kepada kita. Syukur arti asalnya ialah tampak atau nyata, seperti dalam bahasa Arab "dabah syukur" (binatang itu tampak lebih gemuk dari binatang lainnya), "naqah syukur" (tanaman yang dapat tumbuh dengan baik di tanah yang kering) (Al-Fauzan, 2007).

Ibnu Manzbur (Al-Fauzan, 2007) mengatakan bahwa syukur adalah membalas kenikmatan (kebaikan orang lain) dengan ucapan, perbuatan, dan niat. Seseorang harus menyampaikan

(sanjungan) kepada yang memberikannya dengan ucapan, dengan ketaatan sepenuhnya, serta berkeyakinan bahwa yang memberinya itu semua adalah Allah SWT. Adapun kata syukur adalah bentuk mubalaghah dari katasyukur yang merupakan salah satu nama Allah. Sebagaimana yang akan diterangkan bahwa syukur yang digunakan untuk hamba Allah artinya mereka yang sungguh-sungguh bersyukur kepada Tuhannya dengan mentaati segala perintah-Nya dan menunaikan kewajiban beribadah kepada-Nya. Al-Fauzan (2007) juga mengatakan bahwa orang yang bersyukur adalah orang yang mengakui nikmat Allah dan mengakui Allah sebagai pemberinya, tunduk kepada-Nya, cinta kepada-Nya, ridha terhadap-Nya, serta mempergunakan nikmat itu dalam hal yang disukai Allah dalam rangka taat kepada-Nya. Rasa syukur harus disertai ilmu dan amal yang didasari oleh ketundukan serta kecintaan kita kepada Tuhan Pemberi Nikmat.

Bersyukur dalam bahasa Inggris disebut *gratitude*. Kata *gratitude* diambil dari akar Latin *gratia*, yang berarti kelembutan, kebaikan hati, atau berterima kasih. Semua kata yang terbentuk dari akar Latin ini berhubungan dengan kebaikan, kedermawaan, pemberian, keindahan dari memberi dan menerima, atau mendapatkan sesuatu tanpa tujuan apapun (Pruyser; Emmons & McCullough, 2003). Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan Bersyukur adalah suatu perasaan bahagia yang muncul ketika seseorang sedang membutuhkan sesuatu atau bahkan sudah dalam keadaan cukup, menerima pemberian atau perolehan dari pihak lain sehingga orang tersebut merasa tercukupi atau menerima kelebihan. Pemberian atau perolehan tersebut tidak hanya

berupa material saja, melainkan juga yang bersifat non material seperti emosional ataupun spiritual.

McCullough, Kilpatrick, Emmons, & Larson (dalam Froh, J.J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T. B, 2009) menggambarkan bersyukur sebagai suatu emosi moral dengan tiga fungsi. Sebagai barometer moral, sinyal bersyukur merupakan anugerah dalam kehidupan seseorang. Sebagai dorongan moral, bersyukur mendorong perilaku prososial. Sebagai penguatan moral, bersyukur dapat meningkatkan perilaku prososial dimasa depan. Menurut konsep ini, seseorang yang memiliki rasa syukur akan termotivasi untuk tindakan prososial, memiliki energi untuk mempertahankan moral dan menghambat perilaku destruktif.

Bersyukur berasal dari persepsi bahwa seseorang telah mengalami hasil yang positif secara sengaja yang diberikan oleh orang lain atau “agen moral”, namun tidak selalu harus diberikan oleh seseorang (Emmons & McCullough, dalam Froh, J.J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T. B, 2009). Objek bersyukur tidak hanya diarahkan pada individu atau impersonal (alam) atau sumber-sumber noindividu (Tuhan, Nasib, kosmos). Syukur dapat didefinisikan sebagai suka cita dalam menanggapi segala sesuatu yang dihadapi, apakah memiliki manfaat nyata atau perasaan damai yang dimunculkan dari keindahan alam (Emmons, dalam Froh, J.J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T. B, 2009)

Sebagai suatu emosi, pernyataan syukur merupakan hasil dari pengakuan bahwa (a) hal yang terjadi merupakan peristiwa yang positif (b)terdapat sumber eksternal dalam hasil yang positif. Meyakini bahwa peristiwa tersebut merupakan anugerah bagi mereka sehingga akan

memperkuat rasa syukur sehingga rasa syukur dianggap sebagai emosi empati (Lazarus & Lazarus, , dalam Froh, J.J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T. B, 2009)

Sikap kebersyukuran tergantung pada atribusi hasil dari langkah dua proses kognitif: (a) mengakui bahwa seseorang telah memperoleh hasil yang positif, dan (b) mengakui bahwa ada sumber eksternal untuk hal positif (Emmons dan McCullough, 2003). Kebersyukuran juga berkaitan dengan kehidupan yang berorientasi pada sikap terima kasih karena merupakan obat mujarab untuk meluapkan kerinduan yang belum terpuaskan serta kesulitan hidup. Berterima kasih atas kehidupan dapat menimbulkan ketenangan pikiran, kebahagiaan, kesehatan fisik, dan hubungan pribadi lebih memuaskan (Emmons dan McCullough, 2003). Sesuai dengan penelitian Froh et al, (2007) menyatakan bahwa pandangan kebersyukuran tidak memerlukan kehidupan yang penuh kenyamanan materi melainkan sikap interior bersyukur terlepas dari kondisi kehidupan. Penelitian pada orang dewasa menunjukkan bahwa individu yang sering merasakan dan mengungkapkan rasa terima kasih akan lebih menikmati pekerjaan, lebih optimis dan energik, dan lebih membantu atau mendukung orang lain daripada orang yang tidak mengalami rasa bersyukur (Emmons & Shelton, dalam Froh et al, 2007).

Sehingga dapat disimpulkan pengertian bersyukur adalah pengakuan atas nikmat yang diterima manusia dari Allah berupa emosi positif yang mengekspresikan kebahagiaan dan berterimakasih karena adanya penghargaan, pemberian, kebaikan yang diterimanya dan mendorong seseorang untuk lebih mencintai

Tuhannya sehingga menjadikan seseorang bersikap baik dan menggunakan nikmat yang diberikan sesuai dengan kehendakNya.

2. Komponen bersyukur

Fitzgerald (Emmon & McCullough, 2004) mengidentifikasi tiga komponen dari bersyukur, yaitu :

a. *A Warm Sense Of Appreciation*

Penilaian dan penghargaan terhadap orang lain dan yang hangat untuk seseorang atau sesuatu, meliputi perasaan cinta, dan kasih sayang.

b. *A Sense Of Goodwill*

Kehendak yang baik (*Goodwill*) yang ditujukan kepada seseorang atau sesuatu, meliputi keinginan untuk membantu orang lain yang kesusahan, keinginan untuk berbagi, dll.

c. *A Disposition To Act*

Kecenderungan untuk bertindak positif untuk memberikan penghargaan dan berkehendak baik kepada orang lain, lingkungan dan tuhan, meliputi intensi menolong orang lain, membalas kebaikan orang lain, beribadah, dll.

Menurut Smith (Snyder dan Lopez, 2002) mengindikasikan komponen dari bersyukur menjadi tiga, yaitu :

a. *A motivationally relevant outcome*

Adanya dorongan untuk melakukan tindakan yang sesuai atau timbal balik atas perilaku atau pemberian yang diterima individu tersebut.

b. *A motivationally congruent or desirable for the person*

Adanya dorongan untuk melakukan/ membalas tindakan yang sama kepada orang lain yang telah memberikan penghargaan kepada individu tersebut sesuai dengan yang

diinginkan atau disukainya, dengan kata lain diartikan dengan adanya dorongan untuk menyenangkan seseorang yang telah memberikan penghargaan atau kebaikan.

c. *Credited to the efforts of another.*

Adanya rasa menghargai orang lain atas usaha yang telah di lakukan.

Ibnu Qudamah (Al-bantanie, 2010; Syam, 2009) menyebutkan bahwa syukur dilakukan dengan tiga unsur :

a. Bersyukur dengan hati

Tercermin dengan timbulnya rasa puas, rasa gembira, dan pengakuan terhadap nikmat yang diterimanya itu datangnya dari Allah.

b. Bersyukur dengan lisan

Syukur melalui ucapan tercermin dalam ucapan pujian terhadap Allah SWT, misalnya dengan mengucapkan “Alhamdulillah”

c. Bersyukur dengan Perbuatan

Syukur kepada Allah dengan perbuatan dengan menaati segala perintah dan menjauhi larangannya, menggunakan nikmat yang diterimanya untuk berbuat kebaikan dan juga melakukan sujud syukur.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti menggunakan komponen bersyukur Fitzgerald (Emmons & McCullough, 2004) sebagai dasar penyusunan alat ukur, yaitu : *A Warm Sense Of Appreciation, A Sense Of Goodwill, A Disposition To Act*

C. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara bersyukur dengan makna hidup pada Narapidana Anak Di

Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru.

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional.

B. Variabel dan Operasionalisasi Variabel Penelitian

1. Bersyukur (variabel bebas) adalah pengakuan atas nikmat yang diterima manusia berupa emosi positif yang mengekspresikan kebahagiaan dan berterimakasih karena adanya penghargaan, pemberian, kebaikan yang diterimanya dan mendorong seseorang untuk lebih mencintai Tuhannya sehingga menjadikan seseorang bersikap baik. Adapun komponen bersyukur sebagai berikut : *A Warm Sense Of Appreciation, A Sense Of Goodwill, A Disposition To Act*. Tinggi rendahnya skor ditentukan dengan skala bersyukur. Skor yang tinggi pada skala bersyukur menunjukkan bahwa bersyukur yang tinggi dan skor yang rendah pada skala bersyukur menunjukkan bahwa tingkat bersyukur yang rendah.
2. Makna hidup (variabel terikat) adalah hal-hal yang oleh seseorang dipandang penting, dirasakan berharga dan diyakini sebagai suatu yang benar serta dapat dijadikan tujuan hidupnya. Adapun komponen kebermaknaan hidup terdiri dari tiga hal, yaitu makna hidup, kebebasan berkehendak, dan kehendak hidup bermakna.

C. Subjek penelitian

Penelitian ini menggunakan subjek para Narapidana Anak di Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru yang berjumlah 54 anak

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi, observasi dan wawancara. Adapun skala yang digunakan adalah skala bersyukur dan makna hidup.

1. Skala Bersyukur

Skala bersyukur disusun berdasarkan adaptasi dari skala McCullough, Emmons, and Tsang (2002) yaitu *The Gratitude Questionnaire-Six-Item Form (GQ-6)* yang berjumlah enam (6) aitem.

Skoring yang digunakan untuk aitem favourable, jawaban sesuai di beri skor 2 dan tidak sesuai diberi skor 1; sebaliknya untuk aitem unfavourable, jawaban sesuai diberi skor 1 dan tidak sesuai diberi skor 2

2. Skala Makna Hidup

Skala makna hidup disusun berdasarkan komponen kebermaknaan hidup yang terdiri dari tiga hal, yaitu makna hidup, kebebasan berkehendak, dan kehendak hidup bermakna. Skoring yang digunakan untuk aitem favourable, jawaban sesuai di beri skor 2 dan tidak sesuai diberi skor 1; sebaliknya untuk aitem unfavourable, jawaban sesuai diberi skor 1 dan tidak sesuai diberi skor 2

Tabel 3.1
Blue Print Skala Makna Hidup

Komponen	Favourable	unfavourable
Kebebasan berkehendak	1; 4; 5; 19	17; 18; 20; 26
Kehendak untuk bermakna	2; 9; 14; 16; 21; 22; 25	3; 7; 10; 23; 24
Makna Hidup	6; 11; 12	8; 13; 15
Total	14	12

E. Teknik Analisis data

Data yang diperoleh dari hasil penelitian ini di analisis dengan menggunakan analisis statistik. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *product moment*. Teknik statistik ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi atau hubungan antara Bersyukur dengan Makna Hidup pada narapidana anak di Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2014 di Lapas Anak kelas IIB Pekanbaru. Pengambilan data penelitian dibantu oleh seorang petugas Lapas dengan membagikan skala bersyukur dan makna hidup kepada 54 narapidana anak. Dari 54 skala yang dibagikan dapat kembali dan di skor semuanya.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Validitas

Pengujian validitas skala dilakukan dengan pengujian validitas isi dengan *caraprofessional judgment* oleh 2 rekan dosen fakultas psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

2. Uji daya beda aitem

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem untuk skala bersyukur dari 6 aitem mempunyai daya beda r_{xy} berkisar antara 0.300 sampai 0.662. Sehingga dapat disimpulkan keenam aitem skala bersyukur mempunyai daya beda yang bagus. Sedangkan skala makna hidup dari 26 aitem mempunyai daya beda r_{xy} berkisar antara 0.000 sampai dengan 0.591. Dari 26 aitem, terdapat 25 aitem yang berdaya bedabaik, dan 1 aitem berdaya beda tidak baik.

3. Uji reliabilitas

Berdasarkan uji reliabilitas skala bersyukur dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.769 dan skala makna hidup sebesar 0.873.

4. Uji normalitas

Pengujian normalitas menggunakan uji one sample kolmogorov-smirnov test. Untuk variabel bersyukur diperoleh hasil 1,834 dengan taraf signifikansi 0.002 ($p < 0.01$). Sedangkan variabel makna hidup diperoleh hasil 0.823 dengan taraf signifikansi 0.007 ($p < 0.01$). Dengan demikian dapat disimpulkan keduanya berdistribusi normal.

5. Uji linearitas

Berdasarkan uji linearitas diperoleh hasil Freg sebesar 0.492 dengan taraf signifikansi sebesar

0.005 ($p < 0.01$) maka hubungan x dan y linier.

6. Uji hipotesis

Berdasarkan uji korelasi *product moment* diperoleh hasil r_{xy} sebesar 0.614 dengan taraf signifikansi 0.008 ($p < 0.01$). Dengan demikian

hipotesis yang diajukan terdapat hubungan antara bersyukur dengan makna hidup pada narapidana anak di lapas anak kelas IIB Pekanbaru diterima.

7. Kategorisasi data

Tabel 4.1
Kategorisasi data bersyukur

Kategori	Rumus	Frekuensi	Prosentase (%)
Rendah	$X < 4$	43	80
Sedang	$4 \leq x < 8$	11	20
Tinggi	$X \geq 8$	0	0
Jumlah		54	100

Berdasarkan kategorisasi data di atas memberikan gambaran bahwa bersyukur pada narapidana anak di lapas anak kelas IIB pekanbaru

80 % berada pada kategori rendah dan selebihnya 20 % pada kategori sedang. Sedangkan tak satu pun narapidana pada kategori tinggi.

Tabel 4.2
Kategorisasi data Makna Hidup

Kategori	Rumus	Frekuensi	Prosentase (%)
Rendah	$X < 30$	42	77,5
Sedang	$30 \leq x < 48$	12	22.5
Tinggi	$X \geq 48$	0	0
Jumlah		54	100

Berdasarkan kategorisasi di atas dapat digambarkan bahwa 77.5 % makna hidup narapidana anak pada kategori rendah dan 22.5

% pada kategori sedang. Tak satu pun narapidana anak yang makna hidupnya pada kategori tinggi.

Tabel 4.3
Kategorisasi data bersyukur, makna hidup dan masa hukuman

	Masa Hukuman	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
Bersyukur	<1 thn	Tinggi	0	0
		Sedang	5	16.67
		Rendah	25	83.33
	1-5 thn	Tinggi	10	62.5
		Sedang	4	25
		Rendah	2	12.5
	>5 thn	Tinggi	6	75
		Sedang	2	25
		Rendah	0	0
Makna Hidup	<1 thn	Tinggi	2	6.67
		Sedang	6	20
		Rendah	22	73.33
	1-5 thn	Tinggi	8	50
		Sedang	6	37.5
		Rendah	2	12.5
	>5 thn	Tinggi	7	87.5
		Sedang	1	12.5
		Rendah	0	0

Berdasarkan tabel di atas dapat digambarkan bahwa jika dilihat dari masa hukuman para narapidana anak, baik pada variabel bersyukur dan makna hidup semakin lama masa hukumannya semakin bersyukur dan bermakna hidupnya.

A. Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan statistika menggunakan teknik korelasi product moment dengan level signifikansi sebesar 0,01, diketahui bahwa besarnya koefisien (r_{xy}) antara kedua variabel tersebut adalah 0,614 dengan peluang kesalahan (p) = 0,008 ($p < 0,01$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara skor bersyukur dengan skor makna hidup narapidana anak. Ini menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, artinya terdapat hubungan antara bersyukur dengan makna hidup pada narapidana anak di Lapas Anak kelas II B Pekanbaru.

Berdasarkan hasil kategorisasi bersyukur menunjukkan bahwa 80% dari 54 subjek penelitian dari variabel bersyukur dalam kategori rendah, 20% sisanya dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil kategorisasi makna hidup menunjukkan bahwa 77,5 % dari 54 subjek penelitian dalam kategori rendah, dan 22,5 sisanya dalam kategori sedang.

Berdasarkan hasil kategorisasi skala bersyukur menunjukkan 80 % dari sampel penelitian berada pada tingkat tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa narapidana anak bersyukur. Dalam hal ini tak lepas dari peran pembinaan di lapas, salah satunya adalah pembinaan keagamaan.

Menurut penelitian Puspitasari dan Nisfiannor (2005) yang berjudul hubungan antara komitmen beragama dan *subjective well-being* menunjukkan bahwa, semakin tinggi intensitas remaja bertingkah laku sesuai dengan ajaran agamanya maka semakin

semakin baik pula evaluasi remaja terhadap hidupnya, hal ini menunjukkan bahwa, pemahaman serta melakukan nilai-nilai agama lebih memberi pengaruh terhadap kepuasan hidup.

Sedangkan menurut Mc.Cullough, dkk (2002) salah satu faktor yang mempengaruhi bersyukur adalah *religiousness*. Religiusitas remaja berkaitan pemahaman remaja dengan nilai-nilai keagamaan yang di yakini. Pemahaman remaja terhadap nilai-nilai agama mempengaruhi remaja dalam bersyukur. Semakin remaja memahami nilai-nilai yang terkandung dalam bersyukur, maka semakin bersyukur. Menurut Rahmat (Puspitasari, Dkk, 2005) sebagian remaja memperoleh ketenangan dalam menjalani agamanya. Selain itu, agama memberikan kerangka moral sehingga remaja dapat membandingkan tingkah lakunya.

Menurut Braden (Rakhmat, 2004) menyebutkan bahwa agama memberikan makna pada kehidupan. Bersyukur menjadikan seseorang merasa bahagia, optimistis dan merasakan hidup bermakna (Froh, Yurkewich, Kashdan 2009), berdasarkan penjelasan tersebut menunjukkan bahwa makna hidup muncul karena bersyukur. Hal ini sejalan dengan penelitian Emmons & McCullough (2003) yang berjudul *Counting Blessing Versus Burdens : An Experimental Investigation Of Gratitude and Subjective Well-Being in Daily Life* yang hasilnya adalah bahwa mahasiswa yang bersyukur dengan mencatat kebaikan yang diterimanya menunjukkan peningkatan hubungan sosial, kesehatan yang meningkat, merasakan kepuasan hidup serta merasa bahagia.

Berdasarkan hasil kategorisasi juga dapat dilihat bahwa semakin lama masa hukuman para narapidana anak, maka akan semakin bersyukur dan bermakna hidupnya. Makna hidup para narapidana

dapat diperoleh melalui apa yang diberikan lingkungan selama narapidana menjalani kehidupan dalam penjara, di antaranya dengan mengikuti seluruh kegiatan yang di lapas seperti mengikuti pelatihan-pelatihan, kegiatan pramuka, kegiatan pembinaan mental dan keagamaan, kegiatan pesantren kilat, kejar paket. Dengan mengikuti kegiatan-kegiatan tersebut narapidana dapat menemukan teman senasib yang saling memberikan semangat selama menjalani kehidupan dipenjara.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan:

1. terdapat hubungan antara bersyukur dengan makna hidup narapidana anak di lapas anak kelas II B Pekanbaru.
2. bersyukur dan makna hidup narapidana anak di lapas anak kelas II B Pekanbaru pada kategori rendah.
3. semakin lama masa hukuman semakin bersyukur dan hidupnya bermakna pada narapidana anak di lapas anak kelas II B Pekanbaru.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah diuraikan di atas, peneliti mengajukan beberapa saran kepada pihak kepada peneliti lain yang tertarik dengan tema serupa dengan penelitian ini, sebagai berikut :

1. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan dan mengkaji faktor lain yang mempengaruhi makna hidup narapidana anak.
2. Bagi peneliti yang tertarik dengan tema bersyukur disarankan untuk mengkaji dari

perspektif yang berbeda. Terdapat perbedaan konsep dasar antara syukur berdasarkan teori barat dengan konsep syukur berdasarkan pandangan agama khususnya islam.

3. Bagi peneliti selanjutnya agar lebih memperhatikan penulisan aitem-aitem dalam penyusunan alat ukur psikologi. selain itu penelitian selanjutnya agar lebih memperhatikan kaidah-kaidah penulisan aitem sehingga menghasilkan alat ukur yang lebih valid dan reliabel.
4. Bagi instansi Lapas Anak kelas II B Pekanbaru agar tetap memfasilitasi kegiatan pembinaan dan terutama pembinaan mental dan keagamaan para narapidana sehingga narapidana dapat bersyukur dan memaknai hidupnya menjadi baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Albantanie, S. 2010. *Dahsyatnya Syukur*. Jakarta : QultumMedia
- Al-Fauzan, A. B. S. 2007. *Indahnya Bersyukur. Bagaimana Meraihnya?*. Bandung: Marja.
- Al-Munajjid, M. B. S. 2006. *Silsilah Amalan Hati. Ikhlas, Tawakkal, Optimis, Takut, Bersyukur, Ridha, Sabar, Introspeksi Diri, Tafakkur, Mahabbah, Taqwa, Wara*. Bandung: Irsyad Baitus Salam.
- Bastaman, H.D. 2007. *Logoterapi : Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*, Jakarta: PT. Raja Grafindo
- Emmons, RA. 2004. An Introduction, In Emmons, R.A & McCullough, M.E. *The Psychology Of Gratitude*. New York : Oxford University Press.
- Emmons, R.A & McCullough, M.E. 2004. *The Psychology Of Gratitude*. New York : Oxford University Press
- Emmons, R.A., & McCullough, M.E. 2003. Counting Blessings versus Burdens: An Empirical Investigation of Gratitude and Subjective Wellbeing in Daily Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84,377-389
- Frankl, V. E. 2004. *Man's Search For Meaning*, Terjemahan. Bandung: Penerbit Nuansa
- Frankl, V. E. 1985. *Man's search for meaning. revised and updated*. New York: Washington Square Press.
- 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) 633e650. ScienceDirect
- Froh, J.J et all . 2007. Gratitude in Children and Adolescent: Development, Assessment, And School-Based Intervention. *School Psychology Forum: Research In Practice. Volume 2*
- Koswara, E. 1992. *Logoterapi Psikoterapi Viktor Frankl*. Yogyakarta : Kanisius.
- McCullough, M.E., Emmons, R.A., & Tsang, J.A. 2002. The Grateful disposition : A Conceptual and Empirical Topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127
- Peterson, C.S. 2004. *Character Strengths and Virtues, a handbook and classification*. New York : Oxford University Press Inc.
- Puspitasari, T & Nisfiannor, M. 2005. *Komitmen Beragama dan Subjective Well-being. Jurnal Phronesis. Volume 7*
- Rakhmat, J. 2004. *Psikologi Agama : Sebuah Pengantar*. Bandung : Mizan

- Seligman, M.E.P dan Cristopher Peterson. 2004. *Character Strengths and Virtues: A Handbook And Classification*, Oxford University.
- Snyder, C.R & Lopez, S J. 2002. *Handbook of Positive Psychology*. Oxford: Oxford University Press
- Schultz, D. 1995. *Psikologi Pertumbuhan, Model-model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Syam, Y . 2009. *Sabar Dan Syukur Bikin Hidup Lebih Bahagia*. Yogyakarta ; Mutiara media.