

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### 1. Gambaran Umum Lokasi

###### a. Profil singkat TPA Hidayatul Ilmi Paliat Kecamatan Kelua

Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) Hidayatul Ilmi Paliat Kecamatan Kelua, Sebagai salah satu TPA di Kabupaten Tabalong, berperan besar dalam memberikan pendidikan agama, khususnya dalam pembelajaran Al-Qur'an di tengah masyarakat, TPA sebagai lembaga pendidikan non-formal tidak hanya berperan dalam memperdalam pemahaman agama, tetapi juga menjadi wadah untuk pembentukan karakter dan pengembangan spiritual bagi santri. Tidak hanya bagi santri anak-anak, di TPA ini juga memberikan pembelajaran kepada santri dewasa, termasuk individu paruh baya.

TPA Hidayatul Ilmi atau yang biasa dikenal oleh masyarakat sekitar sebagai "TPA Pink" karena warna cat bangunannya yang mencolok, berlokasi di Desa Paliat RT.03 Kecamatan Kelua ini didirikan pada tahun 2015 atas inisiatif Ustadz Lukmanul Hakim, seorang pemuka agama yang dihormati di desa tersebut. Awalnya, TPA ini tidak mempunyai bangunan khusus untuk belajar, para pengajar hanya memakai bangunan TK karna sore sudah tidak digunakan, dengan fokus mengajar anak-anak mengaji seperti TPA pada

umumnya. Namun, seiring waktu, TPA ini berkembang pesat dalam hal metode dan fasilitas.

Pada tahun 2020, TPA ini memulai kegiatan pembelajaran metode Tilawati, yang awalnya hanya ditujukan untuk anak-anak. Kegiatan ini mendapat sambutan baik dari Masyarakat, hal ini disebabkan metode tilawati dikenal memiliki efektivitas tinggi dalam mengasah keterampilan membaca Al-Qur'an dengan tartil. Setelah berjalan satu tahun, pada tahun 2021, TPA ini mulai membuka kelas Tilawati khusus untuk orang dewasa.

Perkembangan signifikan terjadi pada tahun 2023 ketika TPA ini akhirnya memiliki bangunan utama untuk kegiatan belajar mengajar. Namun karena banyaknya santri yang belajar, selain karena berbeda-beda tingkatan pembelajaran, bangunan baru tersebut juga tidak dapat menampung semua santri. Alhasil mereka tetap memakai bangunan TK dan juga teras rumah pimpinan TPA yang berada di sampingnya.

Hingga saat ini, TPA ini terus berkontribusi dalam membentuk generasi yang terampil dalam membaca Al-Qur'an serta menghayati ajaran-ajaran islam, baik di kalangan anak-anak maupun dewasa, sekaligus memperkuat kehidupan religius masyarakat setempat.

#### b. Metode Tilawati dan Penerapannya

Di bawah naungan Badan Komunikasi Pemuda Remaja Masjid Indonesia (BKPRMI), TPA Hidayatul Ilmi di desa paliat kecamatan Kelua ini memegang peranan penting dalam membentuk generasi yang berakhlak mulia dan cakap dalam membaca serta memahami Al-Qur'an. Fungsi utamanya

adalah memberikan pendidikan agama yang berkualitas, membentuk karakter santri islami, serta memperkuat nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan di tengah masyarakat. Dalam konteks ini, TPA ini tidak sekedar mengajarkan metode tilawati untuk membaca Al-Qur'an, Lembaga ini juga berperan dalam menanamkan nilai-nilai akhlak dan moral, baik kepada anak-anak maupun dewasa.

Sebagai pusat pembelajaran Al-Qur'an yang berorientasi pada pengembangan keislaman, TPA ini menjalankan kegiatan yang tidak hanya mendidik tetapi juga memberdayakan masyarakat. Kegiatan pembelajaran metode Tilawati, yang kini mencakup kelas untuk anak-anak dan dewasa, menjadi salah satu upaya TPA dalam menciptakan masyarakat yang fasih membaca Al-Qur'an dengan tartil. Metode ini dirancang secara sistematis untuk meningkatkan kemampuan membaca sekaligus memahami makna kandungan Al-Qur'an.

Tak hanya itu, TPA ini juga berkontribusi dalam melestarikan nilai-nilai religius dan sosial masyarakat Desa Paliat Kecamatan Kelua. Dengan kegiatan seperti peringatan hari besar Islam, TPA Pink menjadi pusat aktivitas keagamaan yang mendekatkan masyarakat pada ajaran Islam. Peran ini semakin signifikan dengan keberadaan bangunan khusus berlantai dua yang menjadi tempat utama kegiatan belajar mengajar sejak tahun 2023.

TPA ini tidak hanya menjadi tempat belajar, tetapi juga ruang kebersamaan bagi masyarakat sekitar. Sebagai lembaga yang dekat dengan masyarakat, TPA ini berkontribusi dalam menciptakan suasana religius yang

harmonis, memperkuat silaturahmi, dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pendidikan agama. Dengan fasilitas yang memadai dan dukungan dari masyarakat, TPA ini terus berkembang menjadi Lembaga pengajaran Al-Qur'an yang kompeten dan relevan dengan perkembangan masyarakat, baik untuk anak-anak maupun dewasa, serta menjadi bagian penting dalam membangun kehidupan religius di Desa Paliat Kecamatan Kelua.

c. Visi dan Misi

TPA Hidayatul Ilmi Paliat Kecamatan Kelua memiliki visi dan misi, yaitu:

- Visi : menjadi Lembaga dakwah yang terpercaya dan professional, berlandaskan pada Pendidikan Al-Qur'an.
- Misi :
  - a. Mengembangkan berbagai ilmu yang berkaitan dengan metode pengajaran Al-Qur'an
  - b. Mendirikan Lembaga-lembaga Pendidikan yang focus pada pembelajaran Al-Qur'an.
  - c. Membangun fasilitas pendukung guna mendukung terselenggaranya Pendidikan Al-Qur'an secara efektif.

## B. Pelaksanaan Penelitian

*tabel 4. 1 tahap pelaksanaan penelitian*

No	Hari/Tanggal	Pelaksanaan	Keterangan
1.	23 Juli 2024	Studi Pendahuluan	Melakukan wawancara kepada salah satu tenaga kerja di TPA Hidayatul Ilmi untuk memperoleh

			Gambaran tentang santri dan TPA
1.	02 Desember 2024	Wawancara Tambahan	Memperdalam informasi
2.	25 Desember 2024	Menyerahkan Surat Izin Penelitian	Menemui kepala TPA sekaligus menanyakan kapan bisa turun lapangan
3.	27 Desember – 22 Februari 2025	Penyebaran skala kesejahteraan psikologis	Penyebaran kepada 60 individu paruh baya
4.	15 Mei -17 Mei 2025	Tabulasi dan pengolahan data	<i>Microsoft Excel</i>
5.	18 Mei – 25 Mei 2025	Analisis dan penarikan kesimpulan	<i>SPSS versi 30.0 for windows</i>

### C. Uji Validitas

Berikut adalah hasil uji validitas yang dilakukan untuk menguji kelayakan setiap aitem dalam instrumen penelitian. Uji validitas ini dilakukan menggunakan SPSS for windows.

#### 1. Pengambilan Keputusan berdasarkan nilai $r$ hitung dengan nilai $r$ tabel

Di mana nilai  **$r$  hitung** untuk setiap aitem dibandingkan dengan nilai  **$r$  tabel** sebesar 0,254. Aitem dianggap valid jika nilai  **$r$  hitung** lebih besar atau sama dengan dari 0,361

*tabel 4. 2 hasil uji analisis validita*

Item	$r$ Hitung	R tabel	Keterangan
1	0,228	0,361	Tidak Valid
2	0,392	0,361	Valid
3	0,209	0,361	Tidak Valid
4	0,124	0,361	Tidak Valid
5	0,564	0,361	Valid
6	0,371	0,361	Valid
7	0,369	0,361	Valid
8	0,390	0,361	Valid
9	0,424	0,361	Valid

10	0,035	0,361	Tidak Valid
11	0,470	0,361	Valid
12	0,468	0,361	Valid
13	0,464	0,361	Valid
14	0,540	0,361	Valid
15	0,440	0,361	Valid
16	0,725	0,361	Valid
17	0,586	0,361	Valid
18	0,649	0,361	Valid
19	0,785	0,361	Valid
20	0,532	0,361	Valid
21	0,790	0,361	Valid
22	0,334	0,361	Tidak Valid
23	0,681	0,361	Valid
24	0,316	0,361	Tidak Valid
25	0,455	0,361	Valid
26	0,418	0,361	Valid
27	0,404	0,361	Valid
28	0,392	0,361	Valid
29	0,434	0,361	Valid
30	0,459	0,361	Valid
31	0,687	0,361	Valid
32	0,544	0,361	Valid
33	0,545	0,361	Valid
34	0,431	0,361	Valid
35	0,526	0,361	Valid
36	0,497	0,361	Valid

Berdasarkan tabel 4.2, dapat disimpulkan bahwa skala instrumen kesejahteraan psikologis pada seluruh butir item sebagian besar valid karena nilai  $r$  hitung  $\geq r$  tabel (0,361). Namun, ada 6 item yang digugurkan karena tidak valid sebab nilai  $r$  hitung  $< r$  tabel (0,361)

Sehingga, item skala kesejahteraan psikologis ini tersisa 30 item yang selanjutnya dibagikan Kembali serta diuji dengan subjek sesungguhnya yang telah ditentukan.

#### D. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur konsistensi internal dari skala kesejahteraan psikologis. Pada penelitian ini, pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan nilai Cronbach's Alpha, yang interpretasinya mengacu pada pedoman reliabilitas menurut Guilford<sup>1</sup>, yakni sebagai berikut :

*tabel 4. 3 kategorisasi reliabilitas menurut Guilford*

Kriteria	Koefisien Reliabilitas
Sangat Reliabel	>0.9
Reliabel	0,7-0,9
Cukup Reliabel	0,4-0,7
Kurang Reliabel	0,2-0,4
Tidak Reliabel	<0,2

*tabel 4. 4 hasil uji analisis reliabilitas*

Cronbach's Alpha	Keterangan
0,889	Reliabel

Berdasarkan tabel 4.4, hasil uji menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha >0,60. Artinya, instrumen yang digunakan memiliki tingkat konsistensi yang baik dan memenuhi syarat reliabilitas. Oleh karena itu, alat ukur penelitian dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai `alat ukur dalam proses pengambilan data penelitian.

---

<sup>1</sup> Rangkti, *Kepuasan Pelanggan, Pengukuran Dan Penganalisaan Dengan SPSS, I* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2012).

## E. Uji Normalitas

Berikut adalah hasil uji normalitas yang bertujuan untuk menilai apakah distribusi data bersifat normal. Dalam hal ini, uji dilakukan dengan menggunakan SPSS for windows dengan metode Kolmogorov-Smirnov karena jumlah sampel berada di atas 50 orang, dimana data dianggap normal apabila Sig. (p-value) > 0.0. Sebaliknya, data dianggap tidak normal apabila Sig. (p-value) < 0.05.

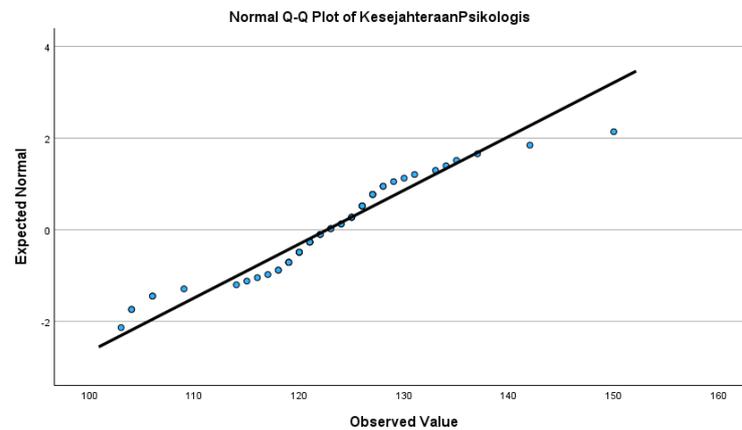
*tabel 4. 5 hasil uji analisis normalitas*

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kesejahteraan Psikologis	.134	60	.009	.941	60	.006

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil analisis pada tabel di atas mengindikasikan bahwa data tidak berdistribusi normal, sebagaimana terlihat dari p-value yang lebih kecil dari 0,05 baik pada uji Kolmogorov-Smirnov maupun Shapiro-Wilk. Hal ini mengindikasikan bahwa pola distribusi data cenderung tidak simetris, yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kecenderungan santri paruh baya dalam memilih jawaban tertentu, adanya skewness dalam distribusi data, atau kemungkinan adanya outlier. Namun, karena penelitian ini bersifat statistic deskriptif dan tidak melakukan uji parametrik inferensia, maka asumsi normalitas tidak menjadi hambatan yang berarti.

*gambar 4. 1 grafik hasil uji normalita*



## F. Deskripsi Subjek

### 1. Berdasarkan Usia

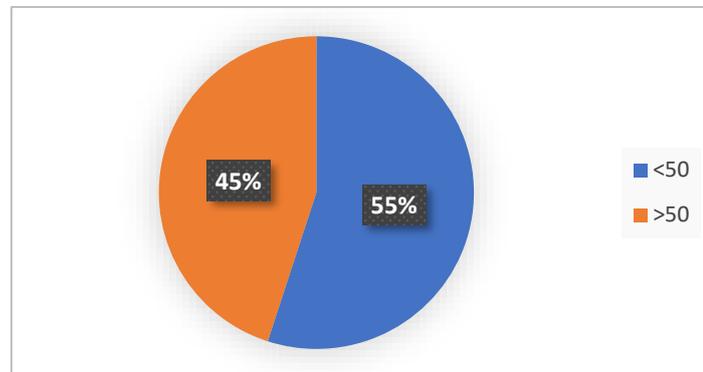
Data demografis subjek yang diperoleh berdasarkan usia santri sebagai berikut:

*tabel 4. 6 data demografis berdasarkan usia*

Usia	Jumlah Subjek	Presentase
<50	33	55%
>50	27	45%

Berdasarkan analisis data demografis yang ditampilkan pada tabel 4.2, mayoritas santri paruh baya dalam penelitian ini berada pada rentang usia di bawah 50 tahun. Kelompok usia ini mencakup 33 santri paruh baya, yang setara dengan 55% dari total jumlah santri paruh baya yang ada. Hal tersebut dapat dilihat pada diagram berikut

*gambar 4. 2 diagram data demografis subjek berdasarkan usia*



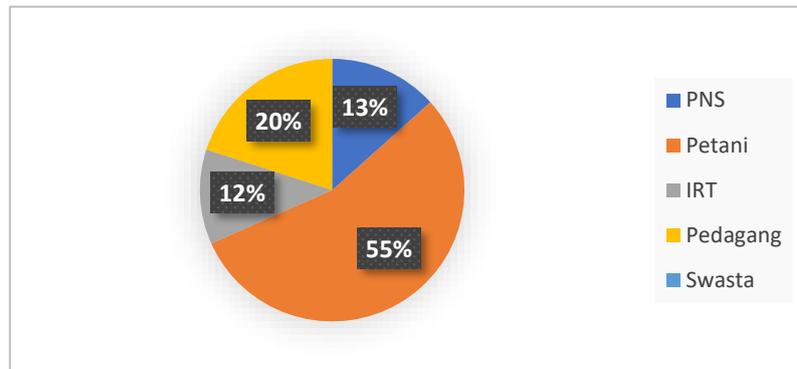
## 2. Berdasarkan Pekerjaan

*tabel 4. 7 data demografis berdasarkan pekerjaan*

No	Pekerjaan	Jumlah	Persentase
1	PNS	5	8%
2	Petani	18	30%
3	IRT	23	38%
4	Pedagang	6	10%
5.	Swasta	6	10%

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas santri paruh baya, sebanyak 23 orang atau 38% berstatus sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT). Kelompok pekerjaan terbanyak berikutnya adalah petani, dengan jumlah 18 orang atau 30%. Sementara Santri paruh baya yang bekerja sebagai pedagang dan swasta masing-masing berjumlah 6 orang atau 10% dan PNS 5 orang atau 8%.

*gambar 4. 3 diagram data demografis subjek berdasarkan pekerjaan*



Penjelasan ini menunjukkan bahwa santri paruh baya memiliki latar belakang pekerjaan yang beragam, dengan dominasi dari sektor rumah tangga dan pertanian. Keberagaman ini memungkinkan untuk memberikan penjelasan yang lebih luas dan mendalam mengenai kondisi kesejahteraan psikologis individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa di TPA Hidayatul Ilmi Paliat.

### 3. Berdasarkan Pendidikan Terakhir

*tabel 4. 8 data demografis berdasarkan Pendidikan terakhir*

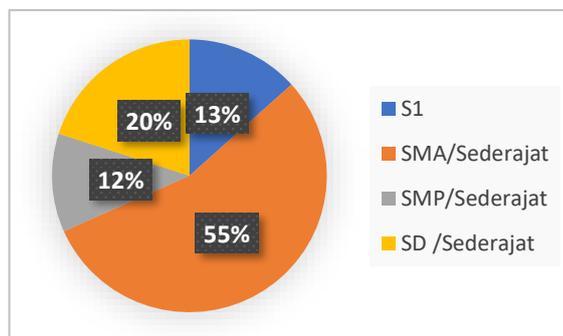
No	Pendidikan	Jumlah	Persentase
1	S1	8	13%
2	SMA/Sederajat	33	55%
3	SMP/Sederajat	7	12%
4	SD /Sederajat	12	20%

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas santri paruh baya dalam penelitian ini memiliki pendidikan terakhir setara SMA/ sederajat sebanyak 33 orang atau 55%. Kelompok pendidikan terbanyak berikutnya adalah

SD/ sederajat dengan jumlah 12 orang atau 20%. Santri paruh baya dengan pendidikan terakhir setara SMP/ sederajat berjumlah 7 orang atau 12%, sementara pendidikan terakhir setara S1 berjumlah 8 orang atau 13%.

Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas santri paruh baya adalah lulusan SMA/ sederajat, yang mencerminkan latar belakang pendidikan yang cukup untuk mendukung partisipasi mereka dalam kegiatan keagamaan seperti metode Tilawati Dewasa. Pendidikan ini juga mencerminkan variasi tingkat pendidikan di antara individu paruh baya yang menjadi subjek penelitian.

*gambar 4. 4 diagram data demografis subjek berdasarkan Pendidikan terakhir*



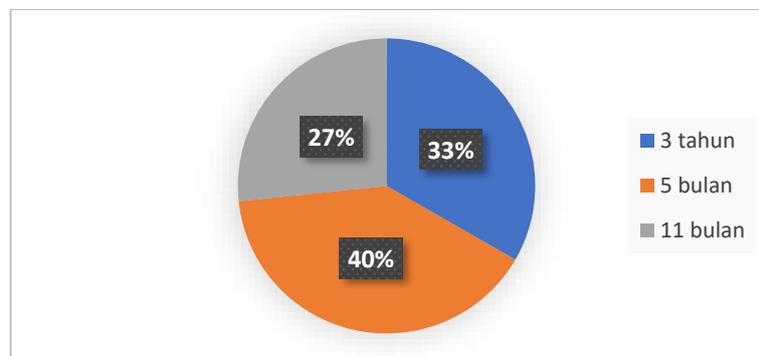
#### 4. Berdasarkan Masa Belajar

*tabel 4. 9 data demografis berdasarkan masa belajar*

No	Masa	Jumlah	Persentase
1	3 tahun	20	33%
2	5 bulan	24	40%
3	11 bulan	16	27%

Berdasarkan tabel di atas, mayoritas santri paruh baya dalam penelitian ini memiliki masa belajar selama 5 bulan sebanyak 24 orang atau 40%. Masa belajar terbanyak berikutnya adalah 3 tahun dengan jumlah 20 orang atau 33%. Dan terakhir santri paruh baya dengan masa belajar 11 bulan berjumlah 16 orang atau 27%.

*gambar 4. 5 diagram data demografis subjek berdasarkan masa belajar*



### G. Data Deskriptif Statistik

Berikut merupakan hasil analisis deskriptif kesejahteraan psikologis santri paruh baya berdasarkan enam dimensi yang dikembangkan oleh Carol Ryff :

*tabel 4. 10 hasil uji analisis deskriptif statistik*

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Penerimaan Diri	60	9.00	15.00	12.6000	1.33022
Hubungan Positif	60	17.00	25.00	21.3333	1.62258
Otonomi	60	13.00	25.00	19.3833	2.40121
Penguasaan Lingkungan	60	12.00	20.00	16.1666	1.43746

TujuanHidup	60	21.00	30.00	24.9667	1.58346
Pertumbuhan Pribadi	60	17.00	30.00	24.6833	2.34695
Valid N (listwise)	60				

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, data dalam penelitian ini melibatkan sebanyak 60 individu paruh baya. Dimensi penerimaan diri menunjukkan rata-rata (mean) sebesar 12.60 dengan SD sebesar 1.33, sedangkan dimensi hubungan positif rata-rata sebesar 21.33 dengan SD sebesar 1.62. Lalu, dimensi otonomi menunjukkan rata-rata (mean) sebesar 19.38 dengan SD sebesar 2.40, adapun dimensi penguasaan lingkungan rata-rata sebesar 16.16 dengan SD sebesar 1.43. Dan dimensi tujuan hidup menunjukkan rata-rata (mean) sebesar 24.96 dengan SD sebesar 1.58, terakhir dimensi pertumbuhan pribadi rata-rata sebesar 24.68 dengan SD sebesar 2.34.

Melalui tahapan ini, peneliti sudah memperoleh nilai rata-rata (mean) dan standar deviasi (SD) dari tiap dimensi. Informasi tersebut kemudian digunakan dalam analisis distribusi frekuensi. Hasil pengelompokan ini membantu dalam menentukan tingkat kategori variabel, seperti tinggi, sedang, atau rendah, sehingga temuan penelitian dapat dijelaskan dengan lebih ringkas dan mudah dimengerti.

Tahap selanjutnya dalam proses analisis data adalah melakukan pengelompokan tingkat masing-masing dimensi ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Proses kategorisasi ini dilakukan merujuk pada nilai rata-rata (mean) dan standar deviasi (SD). Berdasarkan nilai-nilai tersebut, klasifikasi tiap dimensi dibagi dengan pedoman sebagai berikut:

$$\text{Rendah} = X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$$

$$\text{Sedang} = (\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$$

$$\text{Tinggi} = X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$$

Keterangan:

Mean : Nilai Rata-Rata

SD : Standar Deviasi

Berikut merupakan penjabaran analisis kategorisasi nilai subjek keseluruhan dan tiap dimensi:

*tabel 4. 11 kategorisasi tingkat kesejahteraan psikologis individu paruh baya yang mengikuti tilawati dewasa di tpa hidayatul ilmi paliat kecamatan kelua*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 111$	7	12%
Sedang	$111 \leq X < 126$	47	78%
Tinggi	$X \geq 126$	6	10%

Berdasarkan tabel diatas, Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa mayoritas dimensi kesejahteraan psikologis individu paruh baya TPA Hidayatul Ilmi mayoritas berada pada kategori sedang dengan frekuensi 47 orang, yang menunjukkan bahwa mereka memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang cukup baik, meskipun belum sepenuhnya optimal.

Dan meskipun frekuensi pada kategori rendah lebih banyak dibandingkan tinggi, tetapi selisihnya sangat kecil yaitu satu orang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pembelajaran menggunakan metode tilawati ini memberikan pengaruh yang baik kepada individu paruh baya. Namun, masih perlu ditingkatkan melalui pembinaan yang lebih intensif untuk mendorong lebih banyak individu berada pada kategori tinggi.

Adapun berikut adalah kategorisasi apabila dilihat dari perdimensi:

*tabel 4. 12 kategorisasi dimensi penerimaan diri*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 11$	10	17%
Sedang	$11 \leq X < 13$	35	58%
Tinggi	$X \geq 13$	15	25%

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa tingkatan kesejahteraan psikologis individu paruh baya pada dimensi ini mayoritas pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa mereka cukup mampu menerima diri mereka sendiri, baik dari segi kelebihan maupun kekurangan, meskipun belum sepenuhnya.

Sebagian besar individu paruh baya sudah memiliki kecenderungan positif dalam penerimaan diri, bahkan lebih banyak yang sudah mencapai tingkat tinggi dibanding tingkat rendah. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pembelajaran menggunakan metode tilawati ini membantu sebagian individu dalam membangun pemahaman dan penerimaan terhadap diri sendiri melalui peningkatan spiritualitas, pembiasaan ibadah seperti mengaji atau belajar Al-Qur'an.

*tabel 4. 13 kategorisasi dimensi hubungan positif dengan orang lain*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 19$	6	10%
Sedang	$19 \leq X < 22$	37	62%
Tinggi	$X \geq 22$	17	28%

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa tingkatan kesejahteraan psikologis individu paruh baya pada dimensi ini sama dengan dimensi sebelumnya, yaitu mayoritas pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan sebagian besar individu telah memiliki relasi sosial yang positif, seperti

dukungan dari teman tilawati, keakraban dengan pengajar, dan kenyamanan dalam lingkungan belajar.

Meski masih ada beberapa individu yang berada pada kategori rendah, kondisi dimensi hubungan sosial ini menunjukkan arah perkembangan yang positif. Hal ini menunjukkan potensi kuat dari lingkungan TPA dalam mendukung kesejahteraan sosial-emosional individu paruh baya.

*tabel 4. 14 kategorisasi dimensi otonomi*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 16$	10	17%
Sedang	$16 \leq X < 21$	42	70%
Tinggi	$X \geq 21$	8	13%

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa tingkatan kesejahteraan psikologis individu paruh baya pada dimensi ini juga mayoritas berada pada kategori sedang, yang berarti sebagian besar individu paruh baya memiliki tingkat kemandirian yang cukup, namun belum sepenuhnya mampu dalam mengambil keputusan sendiri atau bertindak secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain.

Meskipun sebagian besar berada pada tingkat sedang, arah kecenderungan pada dimensi otonomi ini cenderung menurun, karena lebih banyak individu yang berada pada kategori rendah dibandingkan yang tinggi. Ini menunjukkan bahwa dimensi ini masih perlu mendapat perhatian lebih dalam pengembangan kegiatan pembelajaran metode tilawati dewasa, terutama untuk menumbuhkan kemandirian dan bertindak di kalangan santri paruh baya.

*tabel 4. 15 kategorisasi dimensi penguasaan lingkungan*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 14$	6	10%
Sedang	$14 \leq X < 17$	47	78%
Tinggi	$X \geq 17$	7	12%

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa tingkatan kesejahteraan psikologis individu paruh baya pada dimensi ini mayoritas berada pada kategori sedang juga, yang menunjukkan bahwa mereka cukup mampu mengelola dan menyesuaikan diri dengan lingkungan hidupnya, meskipun belum sepenuhnya.

Kondisi dimensi penguasaan lingkungan ini menunjukkan arah yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pembelajaran metode tilawati dewasa ini turut berkontribusi dalam memperkuat kemampuan individu paruh baya untuk mengatur kehidupan sehari-hari dan merespons perubahan lingkungan dengan lebih percaya diri dan adaptif.

*tabel 4. 16 kategorisasi dimensi tujuan hidup*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 23$	5	8%
Sedang	$23 \leq X < 26$	44	73%
Tinggi	$X \geq 26$	11	18%

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa tingkatan kesejahteraan psikologis individu paruh baya pada dimensi ini mayoritasnya juga berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa secara umum mereka memiliki arah dan makna hidup yang cukup jelas. Hal ini menunjukkan adanya dampak positif dari kegiatan pembelajaran metode tilawati dewasa ini dalam memperkuat tujuan hidup. Individu Paruh baya jadi memiliki motivasi dan arah hidup yang lebih terstruktur.

*tabel 4. 17 kategorisasi dimensi pertumbuhan pribadi*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 22$	6	10%
Sedang	$22 \leq X < 27$	48	80%
Tinggi	$X \geq 27$	6	10%

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa tingkatan kesejahteraan psikologis individu paruh baya pada dimensi ini mayoritas berada pada kategori sedang pula. Hal ini menunjukkan bahwa individu paruh baya memiliki keinginan untuk terus berkembang dan meningkatkan kualitas diri, namun masih dalam tahap pertumbuhan yang moderat.

Untuk mencapai pertumbuhan yang lebih maksimal, kegiatan pembelajaran metode tilawati dewasa bisa lebih diarahkan untuk menstimulasi refleksi diri, pengembangan potensi dan keterbukaan terhadap pengalaman baru agar dimensi ini dapat terus ditingkatkan.

## **H. Pembahasan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan Tingkat kondisi kesejahteraan psikologis individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa di TPA Hidayatul Ilmi Paliat, Kecamatan Kelua. Peneliti menggunakan teori kesejahteraan psikologis dari Carol Ryff yang terdiri dari enam dimensi pokok, yakni penerimaan diri, hubungan positif antar individu, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup serta pertumbuhan pribadi<sup>2</sup>.

Dalam penelitian ini, kesejahteraan psikologis individu paruh baya diukur berdasarkan sejauh mana mereka mengalami dan merasakan enam dimensi dalam

---

<sup>2</sup> Carol D Ryff, "Psychological Well-Being in Adult Life," *Current Directions in Psychological Science* 4, no. 4 (1995): 99–104.

teori Ryff setelah mengikuti metode Tilawati Dewasa. Penilaian dilakukan melalui skala yang mencerminkan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis, seperti penerimaan diri, hubungan sosial, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah dilakukan, diketahui bahwa tingkat kesejahteraan psikologis individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa berada pada kategori sedang, baik secara umum maupun pada masing-masing dimensi. Temuan ini selaras dengan kerangka konseptual yang diajukan oleh Carol Ryff<sup>3</sup>, yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kombinasi dari fungsi positif individu dalam enam dimensi utama: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Dimensi penerimaan diri menunjukkan bahwa sebagian besar individu sudah mampu melihat diri secara positif, meskipun belum sepenuhnya. Ini mencerminkan bahwa dimensi ini masih perlu ditingkatkan lebih lanjut, terutama melalui kegiatan pembelajaran agama yang mendorong pemahaman diri dan refleksi spiritual. Dalam pandangan Ryff, penerimaan diri yang baik merupakan fondasi untuk mencapai stabilitas emosional.

Pada dimensi hubungan positif dengan orang lain, mayoritas juga berada pada kategori sedang. Hal ini sesuai dengan konsep Ryff yang menekankan pentingnya relasi interpersonal yang hangat dan suportif dalam mendukung

---

<sup>3</sup> D.Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being."

kesejahteraan psikologis. Metode Tilawati Dewasa yang dilaksanakan dalam kelompok memungkinkan terbentuknya interaksi sosial, yang mungkin turut memengaruhi perasaan keterhubungan antar santri.

Dimensi otonomi menjadi salah satu dimensi yang menunjukkan tantangan tersendiri. Jumlah frekuensi pada kategori sedang masih dominan, namun frekuensi kategori rendah lebih besar daripada tinggi. Ini menunjukkan bahwa sebagian individu masih mengalami kesulitan dalam pengambilan keputusan mandiri dan penegasan nilai pribadi, sesuai dengan konsep Ryff bahwa otonomi membutuhkan keberanian dalam berfikir dan bertindak berdasarkan nilai pribadi.

Untuk dimensi penguasaan lingkungan, mayoritas berada dalam kategori sedang, hasil menunjukkan bahwa para individu sudah mulai mampu menyesuaikan diri dan mengelola kehidupan sehari-hari dengan cukup baik. Hal ini mendukung gagasan Ryff bahwa penguasaan lingkungan mencerminkan kompetensi dalam memilih atau menciptakan konteks hidup yang sesuai dengan nilai-nilai pribadi.

Dimensi tujuan hidup juga mayoritas berada dalam kategori sedang, namun menjadi dimensi dengan frekuensi kategori tinggi lebih besar daripada kategori rendah. Ini menunjukkan adanya arah dan makna hidup yang dirasakan oleh individu paruh baya, sesuai dengan pandangan Ryff bahwa tujuan hidup adalah kunci motivasi dalam menghadapi perkembangan usia.

Adapun pada dimensi pertumbuhan pribadi, mayoritas berada dalam kategori sedang, dengan distribusi frekuensi tinggi dan rendah yang sama besar. Ini menunjukkan bahwa dimensi ini masih berkembang dan memerlukan penguatan.

Dalam kerangka teori Ryff, pertumbuhan pribadi mencerminkan keinginan untuk berkembang secara berkelanjutan dan terbuka terhadap pengalaman hidup.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa berada dalam kategori sedang, dengan distribusi skor yang bervariasi pada masing-masing dimensi. Partisipasi dalam kegiatan keagamaan seperti Kegiatan pembelajaran Al-qur'an metode tilawati dewasa dapat menjadi konteks penting yang mendukung pembentukan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis, meski tidak disimpulkan sebagai variabel penyebab. Hal ini selaras dengan konsep Ryff bahwa pengalaman sosial, refleksi diri, dan keterlibatan dalam aktivitas bermakna dapat mendukung kesejahteraan psikologis secara menyeluruh.

Selain berdasarkan teori psikologi Barat, kesejahteraan psikologis juga memiliki landasan penting dalam pandangan Islam. Dalam perspektif Islam, kesejahteraan psikologis tidak hanya meliputi ketenangan batin, tetapi juga keterhubungan antara manusia dengan Allah, dirinya sendiri, dan sesama manusia<sup>4</sup>. Individu yang mampu menjaga keseimbangan dimensi-dimensi tersebut akan mencapai kondisi jiwa yang tenang (*nafs al-muthma'innah*), jiwa yang dipenuhi ketenteraman dan kepasrahan kepada Allah, sebagaimana dijelaskan dalam surah Al-Fajr/89:27-30 :

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّاتِي

*“Artinya : Wahai jiwa yang tenang! Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang rida dan diridai-Nya. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku”*

---

<sup>4</sup> Moh. Nasir Akhir, *Psikologi Islami: Studi Psikologi Dari Perspektif Islam* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2011).

Konsep ini sejalan dengan dimensi tujuan hidup dan penerimaan diri dalam teori kesejahteraan psikologis Ryff, di mana individu yang memiliki arah hidup dan mampu berdamai dengan dirinya sendiri akan mencapai kesejahteraan yang lebih stabil. Selain itu, ajaran Islam tentang pentingnya hubungan sosial yang harmonis (*hablum minannas*) dan usaha untuk membangun kemandirian (*mujahadah al-nafs*) turut berkaitan dengan dimensi hubungan positif dan otonomi. Dengan demikian, metode Tilawati Dewasa berpotensi menjadi sarana penguatan kesejahteraan psikologis yang holistik, mengintegrasikan aspek spiritual, sosial, dan emosional sesuai nilai-nilai Islam.

Dalam ajaran Islam juga terdapat dorongan kuat untuk membina hubungan sosial yang harmonis, yang mana umatnya dianjurkan untuk bermanfaat bagi sesama<sup>5</sup>. Rasulullah SAW bersabda:

خَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ

“Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain” (HR. Ahmad).

Hal ini sejalan dengan aspek hubungan positif dengan orang lain, meskipun dalam penelitian ini dimensi tersebut masih berada pada kategori sedang, sehingga masih perlu ditingkatkan untuk dapat sepenuhnya mendukung kesejahteraan psikologis yang menunjukkan bahwa relasi sosial yang baik mendukung terciptanya kesejahteraan batin. Selain itu, konsep *tawakal* dan *ikhtiar* mengajarkan pentingnya keseimbangan antara usaha mandiri dan penyerahan diri kepada Allah<sup>6</sup>. Nilai ini

<sup>5</sup> Ahmad bin Hanbal, *Musnad Ahmad*, n.d.

<sup>6</sup> Imam Tirmidzi, *Jami' At-Tirmidzi*, n.d.

mencerminkan dimensi otonomi dan penguasaan lingkungan dalam teori Ryff. Individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa tidak hanya belajar membaca Al-Qur'an, tetapi juga mendapat penguatan nilai-nilai seperti kesabaran, kemandirian, dan semangat untuk terus memperbaiki diri—nilai-nilai yang juga sejalan dengan konsep kesejahteraan dalam Islam.

Dengan demikian, metode Tilawati Dewasa berpotensi mendukung pembentukan kesejahteraan psikologis secara lebih menyeluruh, melalui integrasi aspek spiritual dan sosial dalam suasana belajar yang religius serta penuh dukungan komunitas.

Untuk memperkuat temuan dalam penelitian ini, dilakukan perbandingan dengan hasil-hasil penelitian sebelumnya. Heny Nurmayunita, Amin Zakaria, dan Hengky Irawan<sup>7</sup>, menemukan bahwa terapi dzikir mampu meningkatkan ketenangan batin pada lansia, sejalan dengan temuan penelitian ini yang menunjukkan peningkatan tujuan hidup dan ketenangan spiritual santri Tilawati Dewasa.

Penelitian Yunita Indah Wardani<sup>8</sup> juga menunjukkan bahwa bimbingan rohani Islam meningkatkan penerimaan diri dan kepuasan hidup. Namun, berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian ini menemukan bahwa dimensi penerimaan diri masih menjadi tantangan bagi sebagian santri paruh baya, yang menunjukkan perlunya pendampingan psikososial lebih lanjut.

---

<sup>7</sup> Heny Nurmayunita1, Amin Zakaria, "Pengaruh Pemberian Terapi Dzikir Terhadap Kesejahteraan Psikologis Lansia Di Pondok Lansia."

<sup>8</sup> Wardani, "Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Pada Lansia Di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunungpati Semarang."

Sementara itu, penelitian Fani Masruroh dan Hielmi Anjaini Rahma<sup>9</sup>, menunjukkan bahwa religiusitas memiliki korelasi positif terhadap kesejahteraan psikologis, khususnya dalam dimensi relasi sosial dan pencarian makna hidup. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian ini, yang menemukan bahwa hubungan sosial positif juga terbentuk melalui partisipasi individu paruh baya dalam komunitas Tilawati. Namun, penelitian ini memiliki fokus yang lebih spesifik, yaitu pada aktivitas pembelajaran Al-Qur'an yang terstruktur melalui metode Tilawati Dewasa, berbeda dari pendekatan religiusitas umum dalam penelitian sebelumnya.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa secara umum berada dalam kategori sedang. Seluruh dimensi kesejahteraan psikologis yang diukur yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi mayoritas menunjukkan kategori sedang, yang mencerminkan kondisi psikologis yang cukup stabil namun masih memiliki ruang untuk ditingkatkan. Temuan ini sejalan dengan teori Carol Ryff yang menekankan bahwa kesejahteraan psikologis terbentuk dari kombinasi dimensi personal seperti makna hidup, relasi sosial yang positif, kontrol atas lingkungan, dan pertumbuhan pribadi.

Dengan demikian, penelitian ini telah berhasil menjawab dua rumusan masalah, yaitu mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis individu paruh baya per-dimensi dan menyeluruh. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar

---

<sup>9</sup> Fani Masruroh, "Kualitas Religius Dan Kesehatan Psikologis Pada Lansia Yang Mengikuti Kajian Rohani."

bagi pengembangan kegiatan pembelajaran yang lebih komprehensif bagi individu paruh baya. Kegiatan keagamaan seperti metode Tilawati Dewasa dapat terus ditingkatkan dengan pendekatan psikososial dan spiritual yang mendukung, terutama untuk membantu santri yang masih berada dalam kategori rendah pada dimensi-dimensi tertentu.

### **I. Keterbatasan Penelitian**

Berdasarkan penelitian mengenai tingkat kesejahteraan psikologis individu paruh baya yang mengikuti metode Tilawati Dewasa di TPA Hidayatul Ilmi Paliat, peneliti menyadari terdapat sejumlah keterbatasan dalam pelaksanaannya, yang meliputi :

1. Jumlah subjek yang terbatas. Penelitian ini melibatkan 60 individu paruh baya, yang meskipun telah memenuhi syarat minimal dalam penelitian kuantitatif, namun masih tergolong dalam skala yang relatif kecil. Hal ini berpotensi membatasi generalisasi temuan penelitian pada populasi yang lebih besar.
2. Keterbatasan dalam variabel penelitian. Penelitian ini hanya berfokus pada kesejahteraan psikologis individu paruh baya yang mengikuti metode tilawati dewasa di TPA Hidayatul Ilmi. Faktor-faktor lain yang berpotensi mempengaruhi kesejahteraan psikologis antara lain kondisi ekonomi, dukungan sosial dari keluarga, Tingkat religiusitas atau kondisi kesehatan fisik, tidak dianalisis dalam penelitian ini.
3. Kurangnya referensi spesifik terkait metode Tilawati dan kesejahteraan psikologis individu paruh baya. Literatur yang secara spesifik membahas

hubungan antara metode Tilawati dan kesejahteraan psikologis individu paruh baya masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian yang tersedia lebih banyak membahas manfaat Tilawati untuk anak-anak atau remaja.