

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Penyajian Data**

Pada bab ini peneliti akan memaparkan data-data hasil penelitian yang telah diperoleh melalui proses wawancara kepada subjek serta beberapa informan yang telah ditentukan. Data-data yang telah terkumpul akan dikelompokkan berdasarkan pada kategorinya masing-masing, sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini yaitu, mengetahui gambaran kebersyukuran serta faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada mahasiswa muslim asal Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri.

##### **1. Pelaksanaan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan secara online kepada empat orang subjek beserta empat orang informan subjek, karena mengingat jarak antara peneliti dengan subjek dan informan subjek yang sangat jauh. Setiap selesai melakukan wawancara dengan subjek, peneliti kemudian memberikan kuesioner melalui *link google form* untuk diisi oleh subjek. Berikut merupakan sajian data dalam bentuk tabel 4.1 dari pelaksanaan penelitian agar dapat diketahui bagaimana alur yang dilakukan peneliti dalam melakukan penelitian.

**Tabel 4.1**  
*Alur Pelaksanaan Penelitian*

No	Hari/Tanggal	Waktu	Kegiatan	Keterangan
1.	Selasa, 07 Juli 2020	13.00-15.00 WITA	Wawancara pendahuluan	Via Whatsapp
2.	Sabtu, 11 Juli 2020	20.00-21.00 WITA	Wawancara pendahuluan	Via Whatsapp
3	Kamis, 01 Juli 2021	09.10-09.45 WITA	Wawancara informan ahli	Secara langsung
4.	Senin, 07 Juli 2021	15.00-17.20 WITA	Wawancara subjek RMK	Via Google Meet
5.	Senin, 12 Juli 2021	20.00-22.15 WITA	Wawancara subjek MKZ	Via Google Meet
6.	Sabtu, 17 Juli 2021	10.00-10.45 WITA	Wawancara informan ahli	Via Whatsapp
7.	Minggu, 25 Juli 2021	21.00-23.00 WITA	Wawancara subjek AH	Via Google Meet
8.	Jum'at, 06 Agustus 2021	09.00-10.30 WITA	Wawancara subjek AD	Via Line
9.	Kamis, 12 Agustus 2021	20.00-20.40 WITA	Wawancara informan subjek MKZ	Via Whatsapp
10.	Sabtu, 14 Agustus 2021	10.00-10.30 WITA	Wawancara informan subjek AD	Via Whatsapp
11.	Rabu, 18 Agustus 2021	14.00-14.35 WITA	Wawancara informan subjek RMK	Via Whatsapp
12.	Kamis, 19 Agustus 2021	20.00-20.40 WITA	Wawancara informan subjek AH	Via Whatsapp

## 2. Mekanisme Triangulasi Data

Triangulasi data merupakan metode pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini dengan tujuan untuk membandingkan data

atau informasi yang diperoleh dengan cara yang berbeda. Dalam penelitian ini data pembanding yang digunakan untuk memperkuat data penelitian ialah berupa skala pendukung kebersyukuran dan hasil wawancara dengan informan ahli dan informan dari masing-masing subjek.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan sebagai data tambahan dalam penelitian yang mana digunakan untuk melihat tingkat kebersyukuran yang ada pada diri subjek. Skala yang digunakan merupakan skala kebersyukuran yang didasarkan pada perspektif psikologi barat dan psikologi Islam.

Berikut adalah kriteria kategori skala kebersyukuran pada mahasiswa muslim perantau di luar negeri

**Tabel 4.2**  
*Kriteria kategori skala kebersyukuran*

No	Subjek	Skor	Kategori
1.	MKZ	121	Tinggi
2.	AH	127	Tinggi
3.	RMK	116	Tinggi
4.	AD	124	Tinggi

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dapat diketahui bahwa tingkat kebersyukuran 4 orang subjek mahasiswa muslim perantau di luar negeri berada pada kategori tinggi.

Informan ahli yang digunakan dalam penelitian ini ialah orang yang ahli dalam suatu bidang yang mana akan memberi masukan dalam penelitian ini, informan ahli yang digunakan ialah orang yang ahli dalam

bidang penafsiran Al- Qur'an dan orang yang menguasai dalam bidang kajian tema kebersyukuran. Berdasarkan wawancara yang dilakukan terhadap informan ahli diketahui bahwa makna atau tafsir dari kata “شَكَرْتُمْ” pada qur'an surah Ibrahim ayat 7 ialah penekanan terhadap sikap yang dilakukan oleh seseorang terhadap nikmat yang diterima dari Allah, yang mana hal itu akan berimplikasi pada hati. Seseorang yang bersyukur ketika menerima sesuatu akan memiliki hati yang tenang dan menerima dengan apa yang diberikan atau yang disebut dengan *qana'ah*. Pada dasarnya pengukuran pada variabel kebersyukuran adalah hal yang sangat sulit untuk dilakukan karena merupakan sesuatu yang subjektif dan tidak dapat dilihat dengan mata, akan tetapi dengan berkembangnya ilmu pengetahuan maka hal itu dapat diukur dengan menggunakan skala berdasarkan pada aspek-aspek tertentu, namun hal tersebut bukanlah hal yang mutlak melainkan hanya sebagai bagian dari gambaran yang ada pada diri orang tersebut. Kemudian faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada diri seseorang sebagaimana disebutkan informan ahli ialah keyakinan akan adanya peran Tuhan dalam segala sesuatu yang diperoleh dan motif atau dorongan dari diri sendiri dan lingkungan. Kemudian untuk informan subjek merupakan orang terdekat yang berada disekitar subjek dengan tujuan untuk memberi informasi tambahan sekaligus menguatkan dan mengklarifikasi dari apa yang telah disampaikan subjek.

### 3. Hubungan Peneliti dengan Subjek

Kedudukan peneliti dalam penelitian ini ialah sebagai seorang peneliti (*researcher*). Sedangkan subjek merupakan mahasiswa perantau asal Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri. Dari empat orang subjek yang diteliti hanya satu orang subjek yang pernah peneliti kenal sebelumnya, sedangkan tiga orang subjek lainnya belum pernah kenal satu sama lain. Peneliti mengetahui dan mengenalnya melalui rekomendasi dari Perhimpunan Pelajar Mahasiswa Indonesia (PPMI) yang ada di negara tersebut, yang mana peneliti hubungi melalui official akun *instagram* dari masing-masing perhimpunan tersebut.

### 4. Identitas dan Deskripsi Subjek

#### a. Identitas Subjek

Profil dan biografi subjek dibutuhkan dalam proses penggalian data agar peneliti mengetahui secara mendalam subjek yang ditelitinya. Selain itu informasi ataupun keterangan yang ditemukan juga berguna sebagai data pendukung dari data penelitian. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari dua, pertama subjek primer dan kedua subjek sekunder. Subjek primer adalah subjek utama yang digunakan dalam penelitian, yang dalam hal ini adalah individu yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Adapun subjek sekunder adalah subjek yang dapat memastikan kebenaran data yang telah dipaparkan

oleh subjek primer dan datanya digunakan untuk memperkuat hasil penelitian.

Dalam penelitian ini, subjek primer yang dipilih terdiri dari empat orang mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri. Empat orang subjek primer dalam penelitian ini merupakan mahasiswa muslim asal Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri. Adapun ketentuan dalam subjek penelitian ini yakni mahasiswa asal Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di negara mayoritas muslim (Mesir dan Uni Emirat Arab) dan negara mayoritas non muslim (Jepang dan Jerman), berada pada jenjang strata satu atau yang setara, beragama Islam, belum menikah, berusia antara 20 sampai 25 tahun dan bersedia untuk menjadi subjek penelitian.

Dalam penelitian ini peneliti mencoba mengklarifikasi mahasiswa muslim asal Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri dan ditemukan beberapa orang mahasiswa. Namun, diantaranya tidak dapat melakukan wawancara dengan alasan tertentu. Hingga akhirnya peneliti menemukan empat orang subjek yang memenuhi kriteria dan bersedia untuk diwawancara mengenai gambaran kebersyukuran mahasiswa asal Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri. Adapun data demografis keempat subjek dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

**Tabel 4.3**  
*Identitas Subjek Penelitian*

No	Inisial	Jenis Kelamin	Usia (th)	Negara Tempat Studi	Universitas
1.	MKZ	LK	21	Kairo, Mesir	Al-Azhar Asy-Syarif University
2.	AH	PR	20	Sharjah, Uni Emirat Arab	Al-Qasimia University
3.	RMK	LK	24	Frankfurt, Jerman	Mittelhessen University of Applied Science
4.	AD	PR	20	Fukui, Jepang	Fukui University of Technology

Kemudian yang disebut sebagai subjek sekunder ialah individu yang mengenal subjek primer dan mengetahui kesehariannya sehingga dapat memberikan informasi tambahan dan keterangan yang mendukung. Subjek sekunder dalam hal ini disebut sebagai informan, dengan identitas informan dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 4.4**  
*Identitas Informan Penelitian*

No	Subjek	Informan (Inisial)	Keterangan
1.	MKZ	H	Teman dari satu sekolah dan satu kampus hingga sekarang
2.	AH	I	Teman satu angkatan asal Indonesia
3.	RMK	A	Teman penyiar asal Indonesia di Komunitas Radio PPI Dunia
4.	AD	S	Teman satu kampus asal Indonesia

b. Deskripsi Subjek Penelitian

1) Subjek MKZ

Subjek MKZ merupakan seorang mahasiswa muslim berusia 21 tahun yang berasal dari Kabupaten Barito Kuala, provinsi Kalimantan Selatan. Saat ini ia sudah memasuki tahun kedua tinggal di negara Mesir lebih tepatnya Kairo dan sedang menempuh pendidikan di semester dua pada program studi Syariah Islamiyah di Al-Azhar Asy-Syarif University, Mesir. Peneliti melakukan wawancara bersama subjek pada hari Senin, tanggal 12 Juli 2021.

Saat wawancara dimulai dan sepanjang proses wawancara subjek MKZ terlihat antusias dengan pertanyaan-pertanyaan yang diajukan yang mana dibuktikan dengan jawaban subjek yang cukup mendalam, namun pada saat diajukan pertanyaan tertentu subjek MKZ terlihat berpikir sejenak untuk memahami pertanyaan yang diajukan. Fungsi umum dan kognitif subjek MKZ berfungsi baik, hal ini sebagaimana dengan cerita yang dipaparkan oleh subjek MKZ kepada peneliti, ia juga menceritakan secara terbuka terkait pengalaman yang ia rasakan selama menjadi mahasiswa perantau di luar negeri.

## 2) Subjek AH

Subjek AH merupakan seorang mahasiswi muslimah berusia 20 tahun yang berasal dari Kabupaten Tangerang, provinsi Banten. Saat ini ia memasuki tahun kedua tinggal di negara Uni Emirat Arab lebih tepatnya Sharjah dan sedang menempuh pendidikan di semester empat pada program studi *Science of Holly Qur'an* di Al-Qasimia University, Uni Emirat Arab. Peneliti melakukan wawancara bersama subjek pada hari Minggu, tanggal 25 Juli 2021.

Subjek AH terlihat ekspresif dan komunikatif sepanjang wawancara berlangsung, ia juga terlihat sangat tertarik dengan penelitian yang peneliti lakukan. Hal itu terlihat dari bagaimana ia menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan disertai dengan ekspresi wajah dan intonasi suaranya. Fungsi umum dan kognitif subjek AH berfungsi baik, hal itu selaras dengan pengalaman atau cerita yang dipaparkan subjek AH kepada peneliti, ia juga mampu menceritakan secara sistematis terkait pengalaman yang ia rasakan selama menjadi mahasiswa perantau di luar negeri.

### 3) Subjek RMK

Subjek RMK merupakan seorang mahasiswa muslim berusia 24 tahun yang berasal dari Kabupaten Cilacap, provinsi Jawa Tengah. Saat ini ia memasuki tahun kelima tinggal di negara Jerman lebih tepatnya Frankfurt dan sedang menempuh pendidikan di semester delapan pada program studi *Renewable Energy* di *Mittelhessen University of Applied Science*, Jerman. Peneliti melakukan wawancara bersama subjek pada hari Senin, tanggal 07 Juli 2021.

Subjek RMK terlihat begitu tenang dan kooperatif selama wawancara berlangsung, hal itu terlihat dari nada suara yang santai dan tenang dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan, dan ketika wawancara berlangsung subjek RMK berbicara menggunakan bahasa campuran antara Inggris dan Indonesia. Fungsi umum dan kognitif subjek RMK berfungsi baik, hal ini sebagaimana dengan cerita yang dipaparkan subjek RMK kepada peneliti, ia juga mampu menceritakan dengan baik terkait pengalaman yang ia rasakan selama menjadi mahasiswa perantau di luar negeri

#### 4) Subjek AD

Subjek AD merupakan seorang mahasiswi muslimah berusia 20 tahun yang berasal dari Kota Payakumbuh, provinsi Sumatera Barat. Saat ini ia memasuki tahun ketiga tinggal di negara Jepang lebih tepatnya Fukui dan sedang menempuh pendidikan di semester empat pada program studi *Applied Chemistry and Food Science* di Fukui University of Technology, Jepang. Peneliti melakukan wawancara bersama subjek pada hari Jum'at, 06 Agustus 2021.

Subjek AD terlihat sedikit canggung dan malu untuk bercerita ketika diawal wawancara berlangsung, namun setelah wawancara berjalan ia terlihat lebih santai dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan. Fungsi umum dan kognitif subjek AD berfungsi baik, hal ini selaras dengan cerita yang dipaparkan subjek AD kepada peneliti, ia juga dapat menceritakan pengalaman yang ia rasakan selama menjadi mahasiswa perantau di luar negeri meski dengan jawaban yang terkesan seadanya atau *to the point*.

## 5. Data Hasil Penelitian

Bagian ini berisi hasil data yang peneliti temukan di lapangan. Data yang diperoleh dari hasil wawancara kemudian diolah menjadi verbatim. Selanjutnya diambil beberapa pertanyaan yang mengarah pada fokus penelitian ini yaitu kebersyukuran mahasiswa perantau di luar negeri. Selanjutnya temuan-temuan tersebut di analisis menjadi pembahasan ilmiah.

### a. Subjek MKZ

#### 1) Pengalaman yang dirasakan mahasiswa di perantauan

Menjalani kehidupan sebagai mahasiswa perantau yang tinggal di luar negeri merupakan hal yang dipandang menyenangkan oleh banyak orang, namun tentu semuanya tidak berjalan dengan lancar. Sebagaimana didapati dari hasil wawancara dengan subjek MKZ yang mengatakan bahwa ketika pertama kali tiba di perantauan ia merasa senang dan bahagia karena impian yang di inginkannya tercapai, akan tetapi dibalik hal tersebut ia juga merasakan kesedihan karena harus berpisah jauh dengan orang tua.

Ketika seseorang memasuki lingkungan baru pada umumnya ia akan menghadapi banyak perubahan pada dirinya, mulai dari perbedaan budaya, bahasa serta adat istiadat. Hal ini dirasakan pula oleh subjek MKZ, ia menyebutkan bahwa

ternyata ekspektasi yang semula ia bayangkan mengenai negara yang dituju berbeda dengan kenyataan yang terjadi, kemudian ia juga merasakan banyak sekali perbedaan pada lingkungan barunya diperantauan seperti perbedaan waktu, perbedaan iklim dan cuaca, perbedaan bahasa, lingkungan tempat tinggal serta perbedaan makanan.

Dari banyaknya perbedaan tersebut seseorang kemudian dituntut untuk dapat melakukan penyesuaian diri sebagai hal mutlak yang dilalui individu ketika memasuki lingkungan baru. Dalam hal ini subjek MKZ menyebutkan bahwa penyesuaian diri yang sulit ia lakukan adalah dalam hal cuaca serta makanan, karena ketika pertama kali tiba di Mesir sedang memasuki puncak musim dingin sekitar enam derajat celsius yang mana hal tersebut belum pernah dirasakan ketika di Indonesia, kemudian dalam hal makanan pada awal pertama kali datang ia banyak membawa persediaan bumbu-bumbu khas Indonesia dan ketika persediaan tersebut habis maka ia merasa kesulitan untuk makan karena belum terbiasa dengan makanan yang ada di Mesir. Untuk proses adaptasi yang dilakukan oleh subjek MKZ dalam menghadapi cuaca yang ada ialah dengan menerimanya karena menurutnya hal tersebut akan menjadi sesuatu yang biasa seiring dengan berjalannya

waktu sedangkan untuk adaptasi pada makanan ia menyebutkan cukup mengalami kesulitan karena meskipun di Mesir sendiri terdapat banyak rumah makan khas Indonesia hal tersebut tidak menjadikannya menghindari dari makanan khas Mesir karena ia berpikir bahwa akan tinggal lama diperantauan maka mau tidak mau juga harus beradaptasi dengan makanannya. Lebih lanjut subjek MKZ juga menyebutkan bahwa ia mengalami kesulitan dalam bahasa yang digunakan sehari-hari, karena bahasa yang digunakan bukanlah bahasa Arab yang biasa dipelajari melainkan bahasa '*amiyya* yang mana merupakan bahasa daerah dari bahasa Arab itu sendiri.

Subjek MKZ juga menceritakan bahwa ketika diperantauan ia pernah mengalami hal yang dipandang tidak menyenangkan yaitu ketika pertama kali tiba di Mesir ia tinggal di rumah kontrakan yang berada dilantai enam tanpa lift, meskipun dari segi letaknya sangat strategis karena dekat kampus dan tempat apapun akan tetapi banyak alasan yang menjadikan ia harus mencari rumah kontrakan baru serta ditambah lagi pemilik kontrakan meminta bayaran uang bulanan dua kali lipat karena keluar sebelum waktu yang yang dijanjikan, yang mana dari hal ini menjadikan subjek MKZ merasa kesal dan tidak menyenangkan.

## 2) Makna kebersyukuran menurut mahasiswa perantau

Kebersyukuran merupakan suatu hal yang ada didalam diri manusia tidak terkecuali mahasiswa perantau, karena dari kebersyukuran yang dipahami dan diterapkan didalam diri akan membawa dampak bagi orang yang melakukannya. Subjek MKZ dalam hal ini menyebutkan bahwa menurutnya kebersyukuran seringkali muncul ketika seseorang menerima hal-hal yang positif pada dirinya, padahal ungkapan syukur tidak seharusnya hanya menunggu ketika mendapatkan hal yang positif saja melainkan pada semua keadaan. Hal positif yang dimaksud disini ialah nikmat, subjek MKZ mengartikan nikmat sebagai lawan dari kata musibah atau cobaan yang mana apabila dilihat dari asal katanya maka nikmat merupakan hal yang mengarah pada segala hal-hal baik yang diberikan Allah kepada hamba. Kemudian menurut subjek MKZ Allah memiliki peran yang sangat besar dalam segala nikmat yang diperoleh karena Allah lah maha pemberi nikmat dan Allah yang maha tahu apa yang dibutuhkan oleh hamba sehingga dari hal ini ketika seseorang memperoleh nikmat hendaknya ia kembalikan semuanya bahwa ini merupakan pemberian dari Allah.

Hal yang disyukuri oleh subjek MKZ selama diperantauan ialah ia meyakini bahwa tidak semua orang mendapat kesempatan yang ia dapatkan maka ketika ia mendapatkannya, ia harus memanfaatkannya. Ia juga menyebutkan dengan berada diperantauan ia menjadi banyak bertemu dengan orang dari beragam latar belakang berbeda, banyak belajar tentang kehidupan, kemandirian, serta kebersyukuran. Setiap orang memiliki cara yang berbeda dalam menyatakan syukur dan cara yang dilakukan oleh subjek MKZ untuk mensyukurinya ialah dengan memaksimalkan setiap keadaan yang menjadi peluang, memanfaatkan kesempatan yang telah diraih serta membagi waktu sesuai dengan porsinya, serta tak lupa dengan terus berdoa kepada Allah agar apa yang saat ini sedang diusahakan mendapat kebaikan dan keberkahan dari Allah. Bentuk syukur yang seringkali dilakukan oleh subjek MKZ ialah dengan melazimkan diri untuk mengucapkan *Alhamdulillah 'ala kullini'mah* disetiap apapun yang ia dapat sebarang besar kecilnya, serta subjek MKZ juga menyadari bahwa yang ia peroleh saat ini merupakan amanah besar yang diberikan kepada dirinya hingga ia harus memanfaatkannya dengan sebaik mungkin. Kemudian bentuk syukur yang lain ialah seperti dengan

meyakini bahwa semua yang telah diperoleh saat ini merupakan pemberian dari Allah serta dengan menjalankan perintah dan menjauhi larangan Allah, kemudian juga berbuat baik kepada orang lain, memperbanyak sedekah dan menolong sesama.

Kebersyukuran yang dilakukan oleh seseorang sedikit banyak akan memberi dampak pada orang yang melakukannya, sebagaimana hal ini disebutkan oleh subjek MKZ bahwa ia merasakan dampak positif pada dirinya dari kebersyukuran yang ia lakukan seperti lebih mudah menerima dengan apapun yang dihadapi, menjadikan hati ikhlas, menenangkan hati, tidak iri dengan pencapaian orang lain dan lebih fokus pada diri sendiri. Berdasarkan hasil dari skala kebersyukuran yang diberikan kepada subjek MKZ diketahui bahwa jumlah skor yang diperoleh sebesar 121 yang mana skor tersebut termasuk dalam kategori tingkat kebersyukuran yang tinggi. Ketika seseorang mensyukuri hidupnya maka hal ini akan berpengaruh terhadap kepuasan hidup orang tersebut, sebagaimana subjek MKZ ketika ditanya mengenai seberapa puas hidup yang saat ini dijalani maka ia menyebutkan sangat puas meskipun dengan cerita yang tidak semuanya

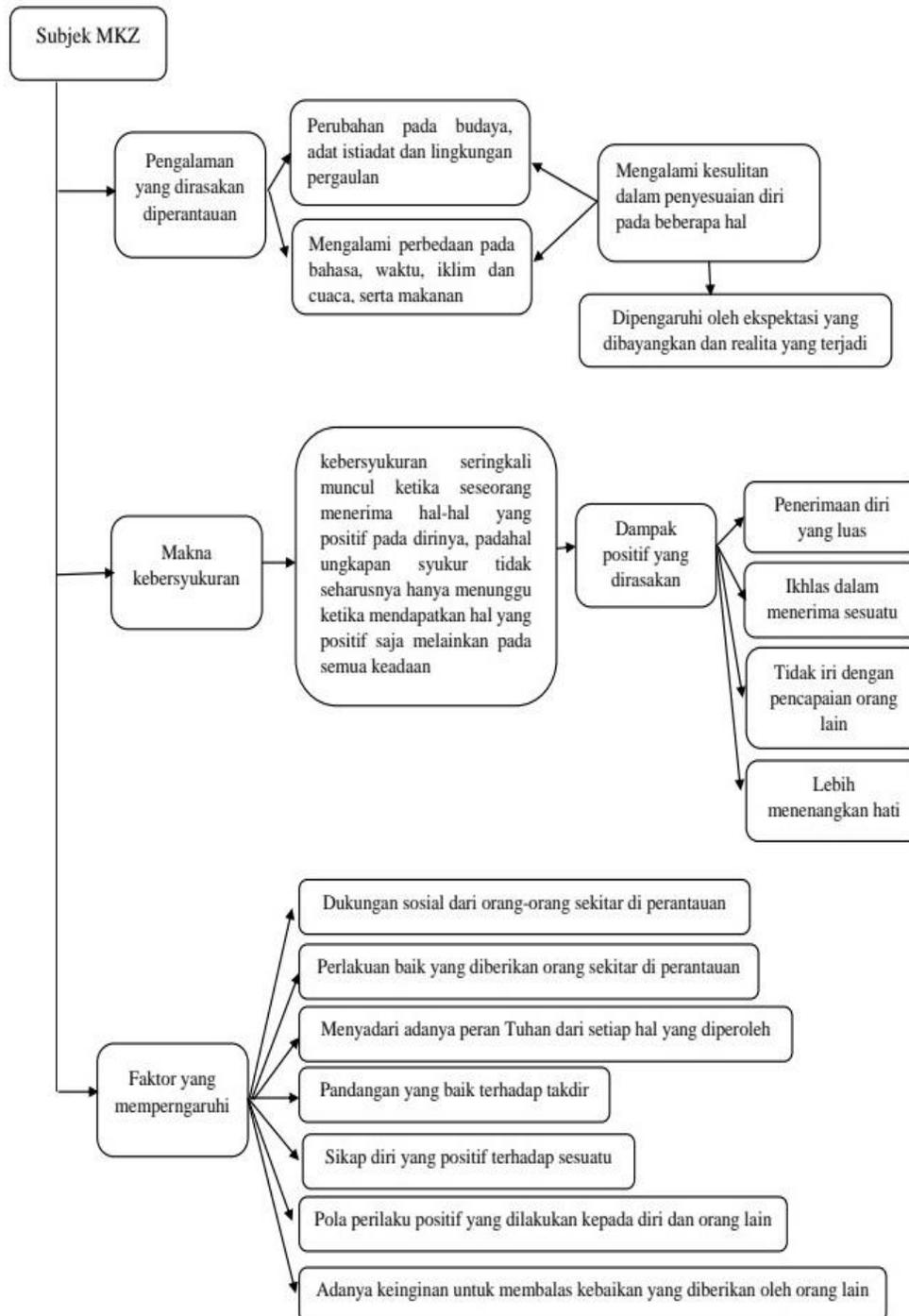
menyenangkan akan tetapi apabila dijalani dan disyukuri akan menjadi nikmat tersendiri bagi dirinya.

3) Faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada mahasiswa perantau

Keputusan yang dilakukan seseorang ketika melakukan sesuatu tentu dilakukan berdasarkan suatu faktor, yang mana faktor tersebut berasal dari dalam dan luar diri. Pada subjek MKZ ia menyebutkan bahwa kebersyukuran yang ada pada dirinya dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti ketika memperoleh dukungan sosial dari orang sekitarnya diperantauan hal itu dapat menjadikan ia merasa bersyukur dan berharga meskipun berada jauh dari orangtua dan keluarga, ia juga menyebutkan bahwa ketika mendapat perlakuan baik dari orang lain maka ia juga berusaha untuk melakukan hal yang sama kepada orang yang memberikan perlakuan itu sebagai bentuk ucapan terimakasih atas bantuan yang diberikan. Lebih lanjut subjek MKZ menyebutkan bahwa faktor spiritual juga dapat berpengaruh dalam hal ini sebagaimana ia menyadari segala apapun yang diperoleh tidak lepas dari peran Tuhan didalamnya hingga hal ini memunculkan sikap penerimaan diri dan syukur yang lebih besar.

Subjek MKZ juga memiliki pandangan yang luas tentang hidup, yang mana ia ikhlas dengan apapun yang terjadi didepan karena itu merupakan takdir dan kehendak Allah hingga dari hal itu menjadikan ia termotivasi untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat, subjek MKZ juga memiliki persepsi yang positif pada dirinya sebagaimana yang disebutkan bahwa ketika mengalami hal yang tidak menyenangkan maka ia akan menghadapinya dengan tenang, bersyukur dan berprasangka baik kepada Allah. Kecenderungan untuk berperilaku positif juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada diri subjek, hal ini diungkapkan subjek MKZ bahwa ia memiliki kebiasaan yang positif pada dirinya dan orang-orang yang ada disekitarnya, serta adanya rasa apresiasi yang hangat kepada orang lain dapat memberikan bantuan seperti dengan mengucapkan terimakasih atas bantuan yang diberikan, mendoakan dan melakukan sesuatu yang dapat menyenangkannya.

**Skema 4.1 Gambaran Kebersyukuran Subjek MKZ**



b. Subjek AH

1) Pengalaman yang dirasakan mahasiswa di perantauan

Subjek AH menyebutkan bahwa ketika pertama kali tiba di perantauan ia merasa sangat bahagia dan bersyukur, karena itu merupakan pengalaman pertama kali ia menaiki pesawat terbang sekaligus keluar dari pulau Jawa dan keluar negeri. Dari pengalaman itu subjek AH menyebutkan menjadi tahu bagaimana rasanya naik pesawat, merasakan makanan yang ada di pesawat dan berbagai hal lain yang menurutnya menyenangkan, dan perasaan senang itu semakin memuncak ketika ia menyadari bahwa ia sudah tiba di Emirat. Subjek AH menyebutkan bahwa ia memiliki banyak sekali ekspektasi mengenai negara yang dituju, seperti Emirat merupakan negara orang kaya, negara yang tertib, aman, tentram, banyak wisatawan asing serta banyak memiliki tempat-tempat wisata yang bagus dan megah hingga ia berharap akan bisa jalan-jalan dengan puas mengelilingi negara tersebut. Akan tetapi realita yang didapati ternyata berbeda, karena ia merupakan mahasiswa perempuan maka terdapat aturan tersendiri dari kampus untuk para mahasiswinya yaitu dengan mewajibkan mahasiswi untuk tinggal di asrama yang berada satu wilayah dengan kampus, tidak bisa bebas bepergian sendiri dan harus

ditemani wali asrama, serta banyaknya aturan-aturan yang mengikat dari kampus dan asrama.

Selain dari ketidaksesuaian antara ekspektasi dengan realita yang dialami subjek AH ia juga menyebutkan pada awalnya sempat mengalami *culture shock* karena perbedaan antara Indonesia dengan Emirat. Pertama dalam hal cuaca, ketika pertama kali tiba di Emirat ia menyebutkan saat musim dingin, meskipun tidak terlalu ekstrim yaitu sekitar sepuluh sampai dua belas derajat celsius akan tetapi tetap saja hal itu membuatnya kaget dan berpikir kenapa Arab sangat dingin padahal yang ia tahu negara-negara Arab merupakan padang pasir yang panas, dan ternyata pada saat kedatangannya tersebut Emirat sedang memasuki musim dingin. Kemudian ketika masuk musim panas subjek AH menyebutkan bahwa itu merupakan hal yang berat yang juga ia rasakan, karena suhu bisa mencapai empat puluh tujuh derajat ketika di siang hari yang mana menyebabkan air di bak kamar mandi juga ikut panas seperti baru keluar dari termos. Ia juga menjadi harus lebih menjaga kulitnya dengan rutin memakai *sunscreen* dengan spf 50 agar melindungi kulit supaya tidak terbakar. Subjek AH menyebutkan apabila musim panas tiba maka banyak orang yang menahan diri untuk tetap dirumah dan tidak

keluar karena apabila terpaksa harus keluar akan banyak sekali sesuatu yang dipersiapkan terlebih dahulu.

Dalam hal bahasa, subjek AH menyebutkan pada awalnya ia merasa sangat kesulitan karena ketika tinggal di asrama ia sekamar dengan teman-teman dari wilayah Arab seperti Yordania, Sudan, Suriah, Uni Emirat sendiri dan Tajikistan, hanya ia sendiri yang berasal dari Indonesia. Selain itu ketika masuk tahun pertama yang seharusnya ia mengikuti kelas bahasa terlebih dahulu namun karena kuota kelas sudah terpenuhi maka ia disarankan untuk langsung masuk kelas kuliah dan itu juga menjadi tantangan tersendiri untuk subjek AH karena ketika berada di kelas ia juga kembali dihadapkan dengan para dosen yang berbicara dengan bahasa Arab. Subjek AH menyebutkan meskipun ia bukanlah orang yang tergolong baru dalam belajar bahasa Arab, karena sedari SD hingga SMA ia berada pada lingkup pondok pesantren yang tidak asing dengan bahasa Arab, namun ketika tiba di Emirat tetap saja ia mengalami kesulitan hal ini dikarenakan adanya perbedaan antara pelafalan dan makna dari kata-kata yang digunakan. Lebih lanjut subjek AH menyebutkan bahwa untuk makanan dan lingkungan pertemanan tidak terlalu sulit karena makanan orang Arab yang dirasa enak dan masih bisa diterima,

kemudian dari lingkungan pertemanan ia menemukan banyak teman yang beragam dari semua negara hingga ia banyak belajar tentang adanya perbedaan, rasa menghargai, dan toleransi.

Untuk proses adaptasi yang dilakukan subjek AH mengatakan tidaklah terlalu sulit karena ia merasa tertantang dengan berbagai hal baru yang ia temui di perantauan hingga menjadikan ia menjalani hal tersebut dengan perasaan yang menyenangkan. Subjek AH juga menyebutkan bahwa ia merasakan banyak pengalaman ketika merantau di luar negeri mulai dari suka maupun duka, untuk sukanya seperti bisa jalan-jalan di negara orang meskipun dalam keadaan terbatas dan didampingi oleh wali asrama, pernah ke Burj Khalifa, bertemu dengan banyak orang dari lingkup internasional, bisa bertukar informasi, saling mengenal budaya dan kebiasaan dari masing-masing negara. Kemudian dengan pergi merantau subjek AH menyebutkan bahwa ia merasa memiliki suasana belajar yang kondusif yang mana dari hal itu menjadikan ia semakin termotivasi dalam belajar terlebih dalam berbahasa Arab. Selain dari sukanya subjek AH juga menyebutkan bahwa juga ada duka atau sedih yang ia rasakan ketika berada diperantauan seperti mengalami *culture shock* ketika pertama kali datang,

ketika masuk musim panas yang sangat panas, terkadang subjek AH juga membandingkan diri dengan teman-teman di negara lain yang bisa bebas untuk jalan-jalan tanpa izin dan pendampingan, serta seringkali merasa rindu dengan segala hal tentang Indonesia terutama makanan, karena subjek AH menuturkan bahwa di asrama makanan yang biasa dimakan disediakan oleh pihak *catering* sehingga tidak ada dapur umum yang bisa digunakan untuk mahasiswi memasak sendiri.

## 2) Makna kebersyukuran menurut mahasiswa perantau

Subjek AH menyebutkan bahwa kebersyukuran merupakan hal yang ada didalam diri manusia sebagai respon atas pengalaman yang dihadapi, pengalaman yang dimaksud dalam hal ini ialah pengalaman baik dan pengalaman buruk. Subjek AH memberi pengertian nikmat sebagai sesuatu yang diberikan oleh Allah yang mana tidak terbatas hanya pada hal-hal yang baik saja melainkan pada semua hal apapun, karena menurut subjek AH musibah atau ujian yang menimpa sekalipun tentu memiliki pelajaran dibaliknya yang mana dari hal itu mungkin saja menjadikan ia merasa bersyukur.

Lebih lanjut subjek AH menyebutkan bahwa banyak sekali nikmat yang telah ia rasakan selama berada di

perantauan seperti bertemu dengan banyak orang yang beragam dari berbagai negara, bisa jalan-jalan ke berbagai tempat di dunia, mencoba makanan yang belum pernah dicicipi sebelumnya, merasakan musim panas, musim dingin, serta yang paling ia syukuri ialah karena mendapatkan beasiswa full dari kampus tanpa ada bayar sedikitpun. Dari banyaknya nikmat yang ia dapatkan tersebut maka ia harus mampu manfaatkannya dengan baik. Subjek AH menyebutkan cara yang ia lakukan dalam menggunakan nikmat yang diberikan berupa dalam berkuliah di luar negeri ialah dengan cara belajar, terus memaksimalkan yang yang telah didapatkan, memperbanyak syukur, berusaha selalu mengingat Allah, berusaha untuk mematuhi peraturan kampus dan asrama, serta berusaha untuk selalu bersyukur, bahagia dan tidak mengeluh dengan keadaan. Adapun bentuk dari pengaplikasian syukur yang dilakukan subjek AH ialah dengan memperbanyak mengingat Allah dalam setiap keadaan, senantiasa mengucapkan Alhamdulillah dalam keadaan apapun, juga berusaha untuk lebih taat dan tidak menentang peraturan kampus dan asrama karena ia menyadari banyak sekali fasilitas dari kampus yang sangat mewah yang ia terima hingga tidak

ada alasan untuk ia kufur dengan semua nikmat yang telah diperoleh saat ini.

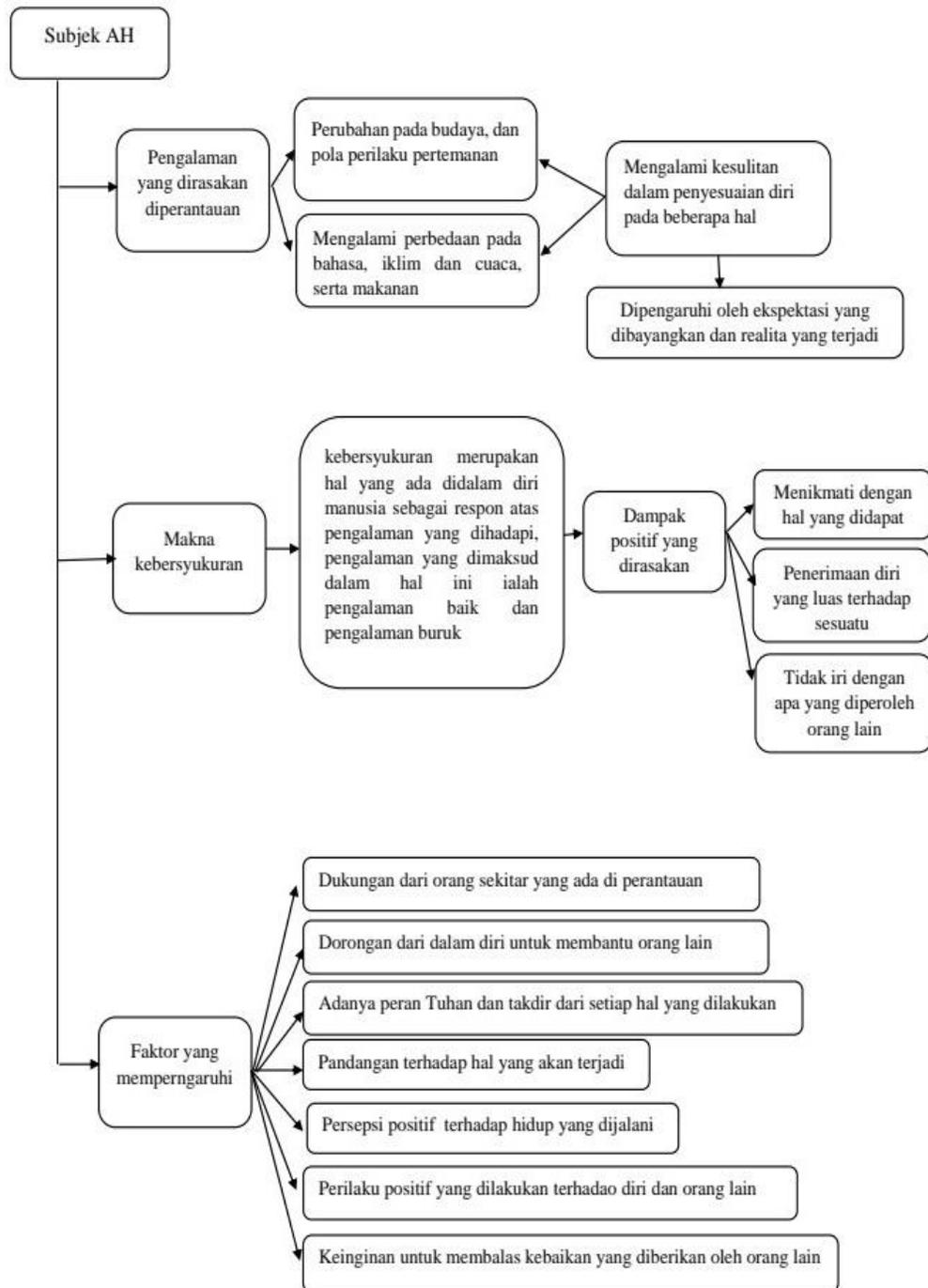
Berdasarkan hasil dari skala kebersyukuran yang diberikan kepada subjek AH diketahui bahwa jumlah skor yang diperoleh sebesar 127 yang mana termasuk pada kategori tingkat kebersyukuran tinggi. Kebersyukuran yang dilakukan oleh seseorang tentu akan memberikan dampak yang positif pada orang yang melakukannya, sebagaimana hasil wawancara dengan subjek AH ia menyebutkan bahwa dampak positif yang ia rasakan dari kebersyukuran yang dilakukan ialah lebih menikmati dengan segala hal yang ia peroleh, tidak terlalu ambil pusing dengan apa yang diperoleh oleh orang lain karena itu merupakan takaran rezeki yang diatur oleh Allah, kemudian dengan bersyukur ia juga merasa lebih memiliki penerimaan diri yang luas terhadap segala hal apapun. Kebersyukuran juga dapat berpengaruh pada kepuasan hidup seseorang, sebagaimana penuturan subjek AH bahwa saat ini ia sudah merasa puas dengan hidup yang saat ini dijalani.

3) Faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada mahasiswa perantau

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, subjek AH menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada dirinya yang pertamam berasal dari dukungan orang-orang disekitarnya yang menjadikan ia merasa bahagia dalam menjalani kehidupan diperantauan, kemudian ia juga memiliki dorongan yang besar untuk membantu orang lain. Dalam hal spiritual ia menyebutkan bahwa ia menjadi lebih bersyukur ketika menyadari adanya peran takdir, hingga ia yakin bahwa tugasnya sebagai manusia hanyalah berusaha dan berdoa dan untuk hasilnya Allah lah yang menentukan. Subjek AH juga memilliki pandangan hidup yang luas yang mana ketika ditanya mengenai bagaimana cara yang ia lakukan ketika hal yang ia takutkan terjadi maka ia mengatakan akan berusaha untuk menerima dan mencari tahu penyebabnya, serta menginstropeksi diri yang mana dari hal itu menjadikan ia kembali bersyukur karena pernah diberikan amanah yang begitu besar. Subjek AH juga memiliki persepsi yang positif mengenai hidupnya yang mana dibuktikan dengan sikapnya yang tidak ambil pusing dengan masalah yang terjadi dan lebih memilih untuk menikmatinya, ia juga memiliki kebiasaan

positif yang dilakukannya kepada diri sendiri dan orang lain seperti dengan tidak mudah stress ketika menghadapi sesuatu serta selalu berusaha untuk membantu orang lain yang memerlukan bantuan

### Skema 4.2 Gambaran Kebersyukuran Subjek AH



c. Subjek RMK

1) Pengalaman yang dirasakan mahasiswa di perantauan

Pengalaman yang dirasakan seseorang tentu berbeda satu sama lain, dalam hal ini pengalaman yang dirasakan oleh subjek RMK ketika pertama kali tiba di perantauan ialah merasa *excited* karena ia berpikir ini semua tentang luar negeri dan tidak semua orang memiliki kesempatan untuk dapat berkuliah di luar negeri terutama Eropa yang memiliki standar dan kualitas pendidikan yang mumpuni. Subjek RMK menyebutkan bahwa hal ini mungkin terjadi pada semua mahasiswa Indonesia yang datang keluar negeri, karena salah satu faktor yang menjadikan mereka pergi keluar negeri ialah ada harapan untuk memperbaiki kualitas pendidikan didalam diri serta harapan-harapan lain mengenai luar negeri. Lebih lanjut subjek RMK menyebutkan kesulitan pertama kali yang di alami ketika diluar negeri ialah terkait dengan dokumen administrasi atau biasa disebut dengan istilah *paperwork*, karena negara yang dituju yaitu Jerman merupakan negara yang sangat terkenal dengan *paperwork* nya seperti dalam hal administrasi kependudukan, visa, asuransi, serta berkas-berkas yang diperlukan untuk sekolah bahasa dan kampus. Subjek RMK merasa cukup kaget dengan hal tersebut karena ketika

sebelum keberangkatan semua masalah itu diurus oleh pihak agen dan ketika telah tiba di Jerman maka urusan agen telah selesai dan subjek RMK sendiri yang harus menyelesaikannya. Akan tetapi menurut subjek RMK masalah ini hanya dialami oleh segelintir orang saja dan untuk mempelajarinya pun tidak terlalu sulit hanya perlu lebih banyak belajar maka lama-lama akan terbiasa. Kemudian masalah yang juga dirasakan terkait dengan kebudayaan dan kebiasaan, karena perbedaan dari budaya barat dan budaya timur yang cukup signifikan hingga mengharuskan subjek RMK mencari titik tengah antara ideologi yang dianut dengan adaptasi pada lingkungan baru di perantauan. Subjek RMK juga menceritakan bahwa ia mengalami kesulitan dari segi bahasa, yang mana bahasa Jerman sendiri merupakan bahasa yang memiliki susunan kata yang relatif kompleks serta banyaknya perbedaan antara bahasa teori dengan bahasa praktis yang digunakan sehari-hari ditambah juga dengan kecepatan berbicara yang mana akan berpengaruh dalam memahami bahasa tersebut. Subjek RMK menyebutkan bahwa banyak sekali perbedaan yang ada antara Indonesia dengan Jerman, akan tetapi ia memahami bahwa ketika berada pada lingkungan yang berbeda dengan apa yang ada pada dirinya maka itu sangat boleh untuk dicoba. Kendala

yang juga di alami oleh subjek RMK ketika berada diperantauan ialah terkait cuaca dan iklim serta menu makanan yang sangat berbeda, akan tetapi menurutnya hal ini masih mampu diatasi dan tidak bermasalah untuk dirinya.

Banyaknya perbedaan yang terjadi menjadikan seseorang untuk berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan, berdasarkan penuturan subjek RMK proses adaptasi yang dilakukan ketika diperantauan ialah dengan mengikuti kelas penyetaraan, yaitu kelas yang didalamnya tergabung orang-orang dari berbagai negara yang berada pada jenjang pendidikan yang masih kurang satu tahun untuk masuk ke tingkat universitas. Dikelas itu secara tidak langsung ia banyak belajar mengenai budaya Jerman termasuk dalam hal bahasa, mereka dilatih untuk percaya diri tanpa melihat benar salah apa yang diucapkan, susunan gramatika serta hal apapun. Selama percaya diri untuk dapat menyampaikan apa yang dirasakan itu sudah cukup untuk dapat terjun ke dalam lingkungan masyarakat

Dari banyaknya pengalaman yang dirasakan subjek RMK selama diperantauan ia menyebutkan bahwa selalu memandang hal-hal tersebut dari sisi yang positif sehingga dari hal itu menjadikan ia lebih merasa bersyukur dengan segala hal

yang telah ia peroleh. Subjek RMK juga menyebutkan bahwa ia berusaha untuk memandang segala hal dari sudut pandang suka, sehingga menjadikan ia lebih menikmati dengan kehidupan yang dijalani. Lebih jauh subjek RMK menuturkan bahwa ia seratus persen puas dengan kehidupannya yang dijalannya saat ini, terlepas dari harapan-harapan yang masih ingin dicapai. Karena menurutnya tidak akan ada habisnya jika terus mengikuti harapan-harapan yang ia buat, dan untuk mengatasinya maka yang dilakukan ialah menerima dan mensyukurinya.

## 2) Makna kebersyukuran menurut mahasiswa perantau

Makna kebersyukuran menurut subjek RMK merupakan ungkapan terimakasih yang ditujukan kepada sang pencipta yang muncul atas penerimaan diri yang dilakukan terhadap sesuatu yang diperoleh, yang disebut dengan nikmat. Kata nikmat yang dimaksud menurut subjek RMK memiliki arti sesuatu yang memang diberikan kepada diri seseorang seperti misalnya nikmat iman, nikmat Islam, nikmat sehat, nikmat teman, keluarga, nikmat materi dan nikmat yang lainnya. Akan tetapi menurut subjek RMK terkadang terjadi permasalahan pada definisi nikmat yang sebenarnya, seperti udara yang

dihirup saat ini sebenarnya merupakan nikmat yang luar biasa, akan tetapi karena sudah terbiasa dengan hal itu maka menjadikan manusia lupa bahwa itu juga merupakan nikmat yang diberikan oleh Allah kepada manusia.

Dari hasil wawancara yang dilakukan, subjek RMK menuturkan bahwa banyak sekali hal yang menjadikan ia merasa bersyukur ketika berada di perantauan, terutama dalam hal pendidikan karena berada pada tempat yang tepat yakni tempat dengan kualitas pendidikan yang dirasa baik pada bidang yang ditekuni. Maka dari hal tersebut subjek RMK berusaha untuk mensyukuri nikmat yang telah diperoleh dengan cara seperti mendekatkan diri kepada Allah yang mana dilakukan bukan hanya sekedar keinginan akan tetapi ada langkah nyata sebagai perwujudannya seperti dengan sering mendengarkan kajian agama, mendekatkan diri dengan sunnahnya, serta menjauhi larangannya. Kemudian ia juga membangun hubungan yang baik dengan manusia yang dalam hal ini seperti menjalin silaturahmi dengan teman-teman, baik yang ada di Indonesia maupun di Jerman sendiri. Selain itu ia juga menyebutkan bahwa berusaha untuk terus berbagi manfaat terhadap sesama, terlebih setelah lulus nantinya ia memiliki rencana untuk memperbaiki taraf hidup masyarakat

di Indonesia yang dimulai dari orang-orang terdekat sebagai bentuk dari pengaplikasian syukur atas apa yang telah ia peroleh. Untuk bentuk pengaplikasian syukur yang dilakukan oleh subjek RMK ialah dengan bersyukur atas kehidupan yang dimiliki saat ini dengan segala kekurangan dan kelebihannya, kemudian bersyukur dengan lisan seperti dengan doa-doa yang dipanjatkan kepada Allah baik didalam maupun diluar sholat, serta berusaha untuk selalu berbagi, karena menurutnya dengan hal itu menjadikan ia lebih lapang dan tenang.

Berdasarkan hasil skala kebersyukuran yang diberikan kepada subjek RMK diketahui bahwa jumlah skor yang diperoleh sebesar 116 yang mana termasuk dalam kategori tingkat kebersyukuran yang tinggi. Kebersyukuran yang ada pada diri seseorang sedikit banyaknya akan memberikan dampak pada orang yang melakukannya. Dalam hal ini subjek RMK menuturkan bahwa secara tidak langsung dampak yang ia rasakan dari kebersyukuran yang dilakukan ialah ketenangan dan kedamaian yang ada didalam diri, merasa bahwa Allah selalu memberikan yang terbaik untuk diri, serta menjadikan pemikiran lebih terbuka dan hal ini berpengaruh pada penerimaan diri yang dilakukan subjek RMK pada suatu hal. Selain itu subjek RMK menyebutkan bahwa dengan bersyukur

ia merasa lebih peka terhadap sesama dan lebih optimis dalam menjalani hari-hari di perantauan.

3) Faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada mahasiswa perantau

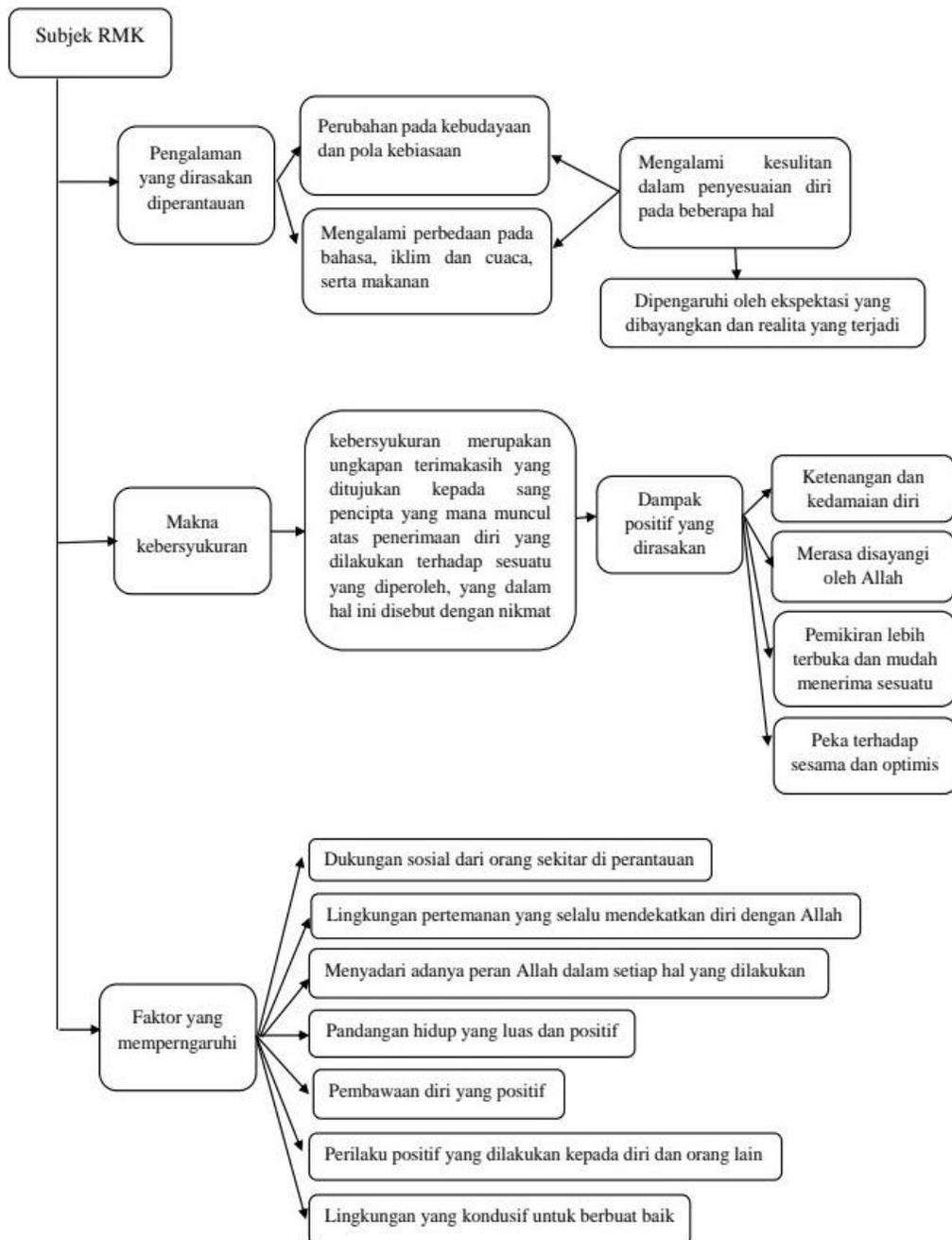
Beberapa hal yang mempengaruhi kebersyukuran pada diri subjek RMK yaitu terkait dengan lingkungan yang mana dalam hal ini adanya dukungan sosial yang diberikan orang-orang sekitar di perantauan menjadikan subjek RMK kembali mengingat tujuan ia berada di perantauan, kemudian ia juga merasa bersyukur karena berada di lingkungan pertemanan yang selalu mendekatkan diri kepada Allah hingga dari hal itu menjadikan ia termotivasi serta bersemangat dalam menjalani kehidupan. Lebih lanjut lingkungan tempat ia berada saat ini juga mendorong subjek RMK untuk senantiasa berbuat baik sebagaimana disebutkan bahwa ketika mendapat perlakuan baik dari orang lain maka cara yang dilakukan untuk membalas hal tersebut ialah dengan memegang erat orang tersebut serta memberikan hubungan yang saling menguntungkan antara kedua pihak. Dalam hal spiritual, subjek RMK menyebutkan bahwa ia percaya akan adanya peran Allah yang sangat besar dari setiap usaha yang dilakukan, karena menurutnya sebesar

apapun usaha yang dilakukan apabila Allah tidak mengendakinya maka itu tidak akan tercapai.

Pandangan hidup yang luas dan positif juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada diri seseorang, hal ini juga sebagaimana terjadi pada diri subjek RMK yang menyebutkan bahwa ketika ia mengalami hal yang tidak menyenangkan ketika di perantauan maka cara yang dilakukan untuk dapat mengendalikan pikirannya ialah dengan membatasi diri dari hal-hal yang memicunya untuk muncul, fokus dengan apa yang dihadapi, tetap bersyukur serta berpikir positif dan yakin bahwa ini merupakan kehendak Allah. Hal ini didukung dengan pernyataan yang disebutkan oleh informan subjek yang menyatakan bahwa subjek RMK memiliki pembawaan diri yang positif hingga ketika menghadapi suatu masalah maka ia akan cenderung bersikap tenang dan tidak tergesa-gesa, kemudian tidak mengeluh dengan keadaan serta terlihat dari perilaku yang ia tampilkan sehari-hari bahwa ia memiliki rasa syukur yang besar dalam dirinya. Perilaku yang muncul tersebut dapat menjadi gambaran yang ada pada diri seseorang, sebagaimana dari wawancara yang dilakukan subjek RMK menyebutkan bahwa perilaku positif yang seringkali ia lakukan ialah seperti olahraga, memakan makanan

yang sehat, menjaga penampilan diri, serta memberi bantuan kepada orang lain yang meminta bantuan.

### Skema 4.3 Gambaran Kebersyukuran Subjek RMK



#### d. Subjek AD

##### 1) Pengalaman yang dirasakan mahasiswa di perantauan

Menjalani kehidupan sebagai seorang mahasiswa perantau yang tinggal di luar negeri merupakan suatu kesenangan tersendiri yang dirasakan oleh sebagian orang, terlebih ketika pertama kali tiba diperantauan. Akan tetapi hal ini berbeda dengan yang dirasakan oleh subjek AD, ia menuturkan bahwa ketika tiba di perantauan ia tidak merasakan hal yang bahagia ataupun gembira melainkan hanya perasaan yang biasa saja. Hal ini karena sebelumnya subjek AD pernah menetap di Jepang dalam beberapa waktu karena mengikuti orangtua yang bekerja dan ditugaskan di Jepang, hingga menurut subjek AD ketika pertama kali tiba untuk kuliah di Jepang ia hanya merasa seperti seseorang yang datang ke tempat yang pernah ia tinggali sebelumnya.

Dari wawancara yang dilakukan diketahui bahwa subjek AD tidak memiliki ekspektasi apapun terhadap negara yang dituju, karena ia takut apabila ekspektasi yang ia bayangkan sebelumnya tidak sama dengan realita yang terjadi, terlebih subjek AD juga menyebutkan pada awalnya ia tidak memiliki ketertarikan terhadap negara Jepang hingga menurutnya waktu itu Jepang hanyalah sebuah negara yang sama seperti

negara pada umumnya dan negara yang pernah ia datangi sebelumnya. Dari tidak adanya ekspektasi yang dibayangkan subjek AD sebelum pergi ke perantauan, maka hal ini berdampak pada proses penyesuaian diri yang ia lakukan. Subjek AD menyebutkan bahwa ia tidak mengalami *culture shock* ketika berada di perantauan hal ini karena ia telah menanamkan pada dirinya bahwa Indonesia berbeda dengan Jepang sehingga segala perbedaan, perubahan dan apapun yang akan terjadi diperantauan maka ia akan menganggapnya sebagai sesuatu yang harus dijalani dan diterima atas konsekuensi yang ia pilih.

Ketika diperantauan subjek AD menyebutkan beberapa perubahan yang ia alami seperti bahasa, makanan dan lingkungan pertemanan, akan tetapi ia menyebutkan bahwa dirinya dapat menyesuaikan diri dengan baik. Perubahan bahasa yang ia rasakan disebabkan karena bahasa yang ia pelajari ketika dikelas bahasa dengan bahasa yang digunakan dikelas cukup berbeda, ditambah lagi dengan jurusan yang diambil oleh subjek AD yang merupakan jurusan sains hingga banyak menggunakan bahasa-bahasa ilmiah yang digunakan yang mana tidak diajarkan pada kelas bahasa. Dalam hal ini penyesuaian diri yang dilakukan subjek AD yaitu dengan

banyak belajar dan berlatih serta memiliki dorongan yang kuat untuk mempelajarinya, karena apabila tidak maka hal ini akan menyulitkannya dalam menerima pelajaran yang disampaikan. Dalam perihal makanan ia menyebutkan pada awalnya cukup kesulitan menerima makanan yang ada, karena ia merupakan orang yang pemilih dalam hal makanan akan tetapi seiring berjalannya waktu ia berpikir bahwa ia harus mencobanya, dan setelah di coba maka ia merasa bahwa sebenarnya makanan orang-orang Jepang adalah makanan yang sehat, karena tidak pernah meninggalkan sayur dalam porsi makanan mereka. Ketika memasuki lingkungan pertemanan dikampus subjek AD merasakan perubahan pada lingkup pertemanannya karena bertemu dengan orang-orang dari beragam latar belakang dan pada saat awal masuk kuliah pembelajaran dilakukan secara daring karena situasi pandemi yang melanda sehingga ia menyebutkan merasa cukup kesulitan tidak memiliki teman ketika itu, akan tetapi ketika perkuliahan berlangsung ia menyebutkan hal tersebut dapat teratasi. Subjek AD menyebutkan bahwa rata-rata temannya bukan berasal dari Indonesia, karena untuk dikelas sendiri lebih banyak mahasiswa lokal dari Jepang daripada mahasiswa asing dan untuk pertemanan di luar kampus ia

berteman dengan teman-teman dari Indonesia dan teman-teman dari mahasiswa asing.

Kemudian ketika ditanya mengenai suka duka yang dirasakan ketika berada diperantauan, subjek AD menyebutkan bahwa menurutnya tidak terlalu banyak duka yang ia rasakan selama di perantauan, hal ini karena ketika ia merasakan duka ia menghadapinya dengan keadaan bersyukur dan yakin bahwa akan ada pelajaran yang dapat diambil dibaliknya, dan dari segi sukanya ia menyebutkan menjadi lebih berani dalam mencoba hal-hal baru yang menantang, karena ia berpikir bahwa ia tidak selamanya berada diperantauan hingga selama kesempatan itu masih ada akan ia maksimalkan untuk banyak belajar dan mencari pengalaman untuk bekal kehidupan nantinya.

## 2) Makna kebersyukuran menurut mahasiswa perantau

Menurut subjek AD kebersyukuran merupakan ungkapan terimakasih yang dilakukan seseorang kepada Tuhan atas banyaknya nikmat yang diberikan. Lebih lanjut subjek AD mengartikan nikmat sebagai pemberian dan bentuk kasih sayang Allah yang diberikan kepada manusia yang mana dalam hal ini tidak terbatas hanya pada hal-hal

yang baik, karena dalam hal-hal yang buruk sekalipun tentu akan ada pelajaran yang dapat diambil dibaliknya. Ketika ditanya mengenai hal yang disyukuri selama menjadi mahasiswa perantau di luar negeri, subjek AD menuturkan bahwa ia mensyukuri hal yang dijalani saat ini seperti dalam hal lingkungan kampus, ia bersyukur berada pada lingkungan yang membawanya pada hal-hal baik, kemudian ia juga memiliki banyak kesempatan untuk belajar di laboratorium dan praktikum bersama kakak-kakak tingkat yang sedang melakukan penelitian yang mana mungkin ketika ia tidak kuliah di luar negeri maka kesempatan ini tidak ia rasakan.

Lebih lanjut subjek AD menyebutkan cara yang ia lakukan dalam menggunakan nikmat yang diberikan ialah dengan belajar yang rajin, tidak bermalas-malasan, aktif mengikuti organisasi di kampus, serta bekerja paruh waktu. Menurut subjek AD selama hal itu bermanfaat maka ia terus melakukan dan maksimalkannya dengan harapan dapat menjadi bekal pengalaman di kehidupan yang akan datang. Syukur yang diungkapkan seseorang terdiri dari beberapa bentuk, yang mana dalam hal ini bentuk syukur yang dilakukan oleh subjek AD yaitu dengan meyakini bahwa semua hal yang ia peroleh merupakan pemberian Allah,

kemudian ia juga senantiasa mengucapkan Alhamdulillah disetiap apapun yang ia terima, memperbanyak doa, berbuat baik kepada orang-orang sekitar serta membuat jurnal catatan mengenai apa saja yang sudah diperoleh hingga ketika ia mengalami keadaan terpuruk ia akan kembali membuka catatan itu dan melihat betapa banyak nikmat yang telah ia rasakan.

Ketika ditanya mengenai seberapa besar intensitas syukur yang dilakukan, subjek AD menuturkan bahwa ia selalu bersyukur dalam keadaan apapun dan sesering mungkin, karena ia berpikir nikmat sehat dan bernafas dengan nyaman yang saat ini dirasakan juga merupakan nikmat yang sangat perlu untuk disyukuri. Dari hasil skala kebersyukuran yang diberikan kepada subjek AD diketahui bahwa total skor yang diperoleh sebesar 124 yang mana termasuk pada tingkat kebersyukuran tinggi. Dari adanya kebersyukuran pada diri subjek AD tersebut, maka ia menuturkan bahwa merasakan hal yang positif dalam dirinya setelah melakukan kebersyukuran, seperti menjadi lebih bergairah dan bersemangat dalam melakukan aktivitas, serta termotivasi dalam melakukan sesuatu yang sedang diusahakan.

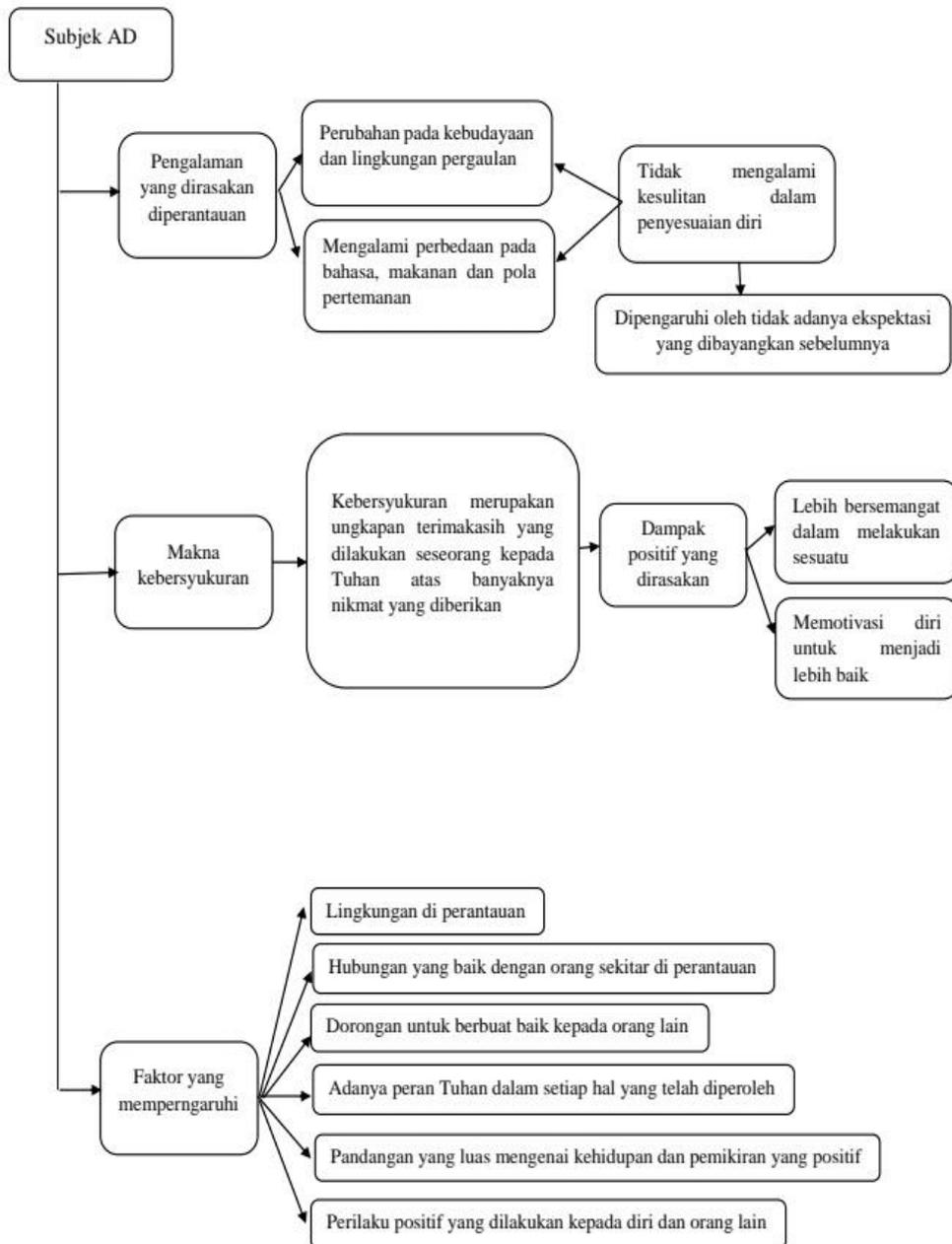
3) Faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada mahasiswa perantau

Dari wawancara yang dilakukan dengan subjek AD diketahui beberapa faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada diri subjek AD selama menjadi mahasiswa perantau yaitu sebagai berikut, pertama dalam hal lingkungan, subjek AD menuturkan bahwa lingkungan memiliki peranan yang penting hal ini sebagaimana dialami oleh dirinya ketika diperantauan. Menurutnya memiliki hubungan yang baik dengan orang sekitar selama diperantauan dapat menjadikan ia merasa bersyukur dan dimiliki hal itu karena ia merasa memiliki dukungan sosial dari orang-orang terdekat meskipun sedang berada jauh dari orangtua, kemudian juga menjadikan ia memiliki dorongan untuk berbuat baik kepada oranglain, seperti ketika ia mendapat perlakuan baik dari oranglain maka ia akan berusaha untuk membalas hal tersebut dengan sesuatu yang baik pula seperti dengan mendoakannya, menolongnya ketika memerlukan bantuan ataupun memberinya hadiah. Dalam hal spiritual subjek AD meyakini bahwa terdapat peran yang sangat besar dari Tuhan atas apa yang telah ia peroleh sebagaimana dari banyaknya kemudahan-kemudahan yang ia

dapatkan sejak proses awal ingin kuliah di luar negeri hingga sampai pada saat ini.

Subjek AD juga memiliki pandangan yang luas mengenai kehidupan serta senantiasa untuk berfikir positif, hal ini sebagaimana disebutkan subjek AD bahwa ia berusaha untuk meyakinkan dirinya agar selalu bersikap menerima dengan apapun yang ia hadapi hal ini karena ia percaya bahwa semua itu terjadi atas kehendak Allah. Seseorang yang memiliki kebersyukuran didalam dirinya akan dapat terlihat dari gambaran perilakunya sehari-hari, sebagaimana subjek AD ia menyebutkan bahwa perilaku positif yang ia lakukan terhadap dirinya sendiri dan orang lain seperti dengan melakukan manajemen waktu yang baik, tidak menunda pekerjaan, senantiasa menolong orang lain yang memerlukan bantuan serta saling mengingatkan dalam hal kebaikan.

### Skema 4.4 Gambaran Kebersyukuran Subjek AD



Berdasarkan data hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya diketahui bahwa dalam penelitian ini terdapat tujuh aspek yang digunakan untuk melihat gambaran kebersyukuran pada mahasiswa muslim perantau yang kuliah di luar negeri. Untuk penjelasan secara ringkas dapat dilihat berdasarkan pada tabel berikut:

**Tabel 4.5**

*Gambaran Kebersyukuran Mahasiswa Perantau Berdasarkan Aspek yang digunakan*

No	Aspek Kebersyukuran	Subjek MKZ	Subjek AH	Subjek RMK	Subjek AD
1.	<i>Intensity</i>	Subjek MKZ menyebutkan bahwa ia selalu berusaha untuk mensyukuri apapun yang ia peroleh. Dampak positif yang dirasakan ialah dalam hal penerimaan diri, lebih ikhlas dengan apa yang diperoleh serta menjadikannya merasa bersyukur	Subjek AH menuturkan bahwa ia seringkali mensyukuri segala hal yang diperoleh dalam hidup. Dampak positif yang dirasakan ialah menjadi lebih menikmati dengan segala hal yang ia peroleh, menjadikan hati	Subjek RMK menyebutkan bahwa ia berusaha untuk selalu bersyukur di setiap keadaan. Dampak positif yang dirasakan ialah ketenangan dan kedamaian, merasa bahwa Tuhan telah berbuat sangat baik pada dirinya hingga menjadi pemicu	Subjek AD menuturkan bahwa ia berusaha untuk mensyukuri keadaan apapun dan sesering mungkin untuk bersyukur pada nikmat sederhana yang dimiliki seperti kesehatan dan udara untuk bernafas yang merupakan hal yang sangat

		dan tidak iri dengan perolehan orang lain	tenang dan tidak memikirkan apa yang bukan miliknya hingga memunculkan penerimaan diri terhadap sesuatu yang didapatkan	dirinya untuk juga berbuat baik, pemikiran menjadi lebih terbuka dan hal ini berpengaruh pada penerimaan dirinya	berharga dan patut untuk disyukuri Dampak positif yang dirasakan ialah menjadi lebih bersemangat dan termotivasi dalam melakukan suatu aktivitas
2.	<i>Frequency</i>	Subjek MKZ sangat mensyukuri kehidupan yang dijalani saat ini dan merasa sudah banyak nikmat yang diberikan Allah pada diri hingga saat ini dan hal itu menjadikan rasa syukurnya semakin bertambah	Subjek AH sangat mensyukuri dengan segala perolehan dan pencapaian yang telah ia peroleh dalam hidupnya hingga saat ini	Subjek RMK menyebutkan bahwa ketika menjalani kehidupan sebagai seorang mahasiswa perantau merupakan nikmat tersendiri yang tidak semua orang rasakan, hingga hal itu menjadikan ia sangat bersyukur dengan pencapaian yang ia raih selama di perantauan	Subjek AD merasa bersyukur dengan kehidupannya saat ini diperantauan karena banyaknya pengalaman yang ia peroleh yang mungkin tidak didapatkan jika ia tidak kuliah di luar negeri
3.	<i>Span</i>	Subjek MKZ sangat puas dengan apa	Subjek AH menyebutkan	Subjek MKZ menyebutkan	Subjek AD menyebutkan

		yang diperoleh saat ini meskipun ia menyadari bahwa tidak semua hal menyenangkan akan tetapi apabila dinikmati akan menjadi nikmat tersendiri bagi dirinya	sangat puas dengan kehidupan yang dijalani saat ini	sangat puas dengan apa yang terjadi pada dirinya saat ini terlepas dari harapan dan cita-cita yang belum dicapai, akan tetapi sudah banyak hal yang ia peroleh hingga patut untuk disyukuri	bahwa ia belum merasa puas dengan kehidupan yang saat ini dijalani, karena menurutnya masih banyak hal yang perlu dilakukan untuk mencapai kepuasan itu, akan tetapi ia tetap bersyukur dengan segala hal yang diberikan padanya hingga saat ini
4.	<i>Density</i>	Orang-orang yang memberi pengaruh positif pada diri subjek MKZ yaitu orangtua, saudara, teman-teman di kampus, para dosen, teman sesama perantauan, dan orang-orang sekitar yang ada di perantauan	Orang yang memberi pengaruh positif pada subjek AH ialah ibu, keluarga serta teman-teman sesama mahasiswa diperantauan	Orang yang memberi pengaruh positif pada subjek RMK yaitu orangtua, keluarga dan teman-teman asal Indonesia yang berada pada satu lingkup pertemanan di perantauan	Orang yang memberi pengaruh positif pada subjek AD ialah orangtua, keluarga, serta teman-teman di perantauan

5.	Ilmu	<p>Nikmat adalah segala hal-hal baik yang diberikan Allah kepada seorang hamba. Cara menggunakan nikmat sebagai mahasiswa perantau ialah dengan menjalankan dengan sebaik mungkin, memaksimalkan setiap keadaan, manajemen waktu dengan baik serta berdoa kepada Allah agar apa yang sedang diusahakan mendapat keberkahan</p>	<p>Nikmat diartikan sebagai sesuatu yang baik, akan tetapi tidak hanya terbatas pada satu hal saja melainkan pada semua hal yang dapat memberikan kebaikan kepada diri seseorang. Cara menggunakan nikmat tersebut dengan apa yang diperoleh, memperbanyak syukur, tidak mengeluh dengan keadaan dan mematuhi peraturan yang ada dikampus dan asrama</p>	<p>Nikmat ialah sesuatu yang diberikan Allah kepada seorang hamba dalam sudut pandang Tuhan yang maha mengetahui apa yang dibutuhkan oleh hambanya. Cara yang dilakukan dalam menggunakan nikmat sebagai mahasiswa perantau pertama, dengan mendekati diri kepada Allah seperti dengan memperbanyak ibadah, mendengarkan kajian agama dan meninggalkan hal yang dilarang. Kedua,</p>	<p>Nikmat merupakan bentuk kasih sayang Allah yang diberikan kepada manusia, yang mana nikmat akan terus diberikan Allah kepada manusia yang mensyukurinya. Cara yang dilakukan dalam menggunakan nikmat sebagai mahasiswa perantau ialah dengan belajar dengan rajin, giat, tidak bermalas-malasan, memanfaatkan dan memaksimalkan waktu yang ada selama berada di luar negeri</p>
----	------	--	--	--	---

				membangun hubungan yang baik dengan sesama manusia seperti saling tolong menolong dan mempererat hubungan silaturahmi	
6.	Kondisi Spiritual	Ketika mengalami keadaan sedih dan senang ia dapat menyikapi hal tersebut dengan wajar dan ikhlas menerima apapun yang terjadi.	Ketika mengalami hal keadaan sedih dan senang maka cara yang dilakukan dalam menyikapinya ialah dengan bersyukur, menikmati dan tidak mengambil pusing hal tersebut karena ia yakin setiap peristiwa yang terjadi tentu ada hikmah yang dapat diambil dibalikny	Reaksi yang muncul ketika menghadapi hal yang menyedihkan dan menyenangkan ialah dengan tidak berlebihan dan tetap membatasi diri pada hal yang wajar	Respon yang dilakukan dalam menghadapi perasaan sedih dan senang ialah dengan tidak berlebihan dan menyadari bahwa hal itu akan berlalu dengan berjalannya waktu

7.	Amal Perbuatan	<p>Amalan hati, dengan percaya bahwa yang memberikan nikmat semua adalah Allah</p> <p>Amalan lisan, dengan melazimkan ucapan hamdallah dalam setiap keadaan apapun</p> <p>Amalan anggota badan, dengan menjalankan perintah seperti sholat, berpuasa, bersedekah dan menolong orang lain</p>	<p>Amalan hati, dengan yakin akan peran Allah disetiap nikmat yang diperoleh.</p> <p>Amalan lisan dengan membiasakan diri mengucapkan syukur dan hamdallah</p> <p>Amalan anggota badan, dengan memperbanyak mengingat Allah dan mulai memperbaiki diri dengan cara memperbaiki sholat</p>	<p>Amalan hati, dengan meyakini Allah sayang kepada hambanya hingga memberikan nikmat yang sangat banyak seperti saat ini.</p> <p>Amalan lisan, dilakukan secara eksplisit pada doa-doa yang dipanjatkan baik ketika sholat maupun di luar sholat.</p> <p>Amalan anggota badan dengan menolong dan memberi karena dari hal itu dapat menjadikan lebih bersyukur dan lapang dengan keadaan</p>	<p>Amalan hati, dengan meyakini bahwa Allah lah yang memberikan semua nikmat yang diperoleh,</p> <p>Amalan lisan dengan mengucapkan hamdallah juga berdoa kepada Allah.</p> <p>Amalan anggota badan dengan berbuat baik dengan orang sekitar, serta dengan menulis jurnal mengenai hal-hal yang ia syukuri hingga ia merasa bahwa Allah telah memberikan banyak nikmat pada dirinya dan hal ini</p>
----	----------------	--	---	---	---

					menjadikan ia bersyukur
--	--	--	--	--	----------------------------

Berdasarkan tabel 4.5 diatas, dapat dipahami bahwa pada aspek *intensity* keempat subjek selalu berusaha untuk bersyukur disetiap keadaan dan dari hal tersebut dapat membawa dampak positif yang dirasakan oleh keempat subjek. Pada aspek *frequency* keempat subjek juga mengalami hal yang sama yakni ketika berada di luar negeri sangat banyak nikmat yang telah diberikan oleh Allah sehingga tidak ada alasan yang menjadikan mereka untuk tidak mensyukurinya. Dalam aspek *span* tiga orang subjek menyebutkan bahwa sudah merasa puas dengan hidup yang dijalani saat ini, sedangkan satu subjek lain menyebutkan bahwa ia belum merasa puas dengan hidupnya akan tetapi hal itu tidak menjadikan ia lupa untuk mensyukuri nikmat yang telah diberikan. Kemudian pada aspek *density* keempat subjek menyebutkan bahwa orang-orang yang memberi pengaruh positif pada diri ialah orangtua, keluarga dan teman-teman yang ada di perantauan. Lebih lanjut pada aspek ilmu, keempat subjek sudah memahami dengan makna nikmat, batasan nikmat dan cara menggunakan nikmat yang diberikan. Pada aspek kondisi spiritual semua subjek yakni MKZ, AH, RMK dan AD menyebutkan bahwa cara merespon keadaan

menyenangkan dan tidak menyenangkan yang dialami ialah dengan tidak berlebihan dan masih dalam batas wajar. Serta pada aspek amal perbuatan keempat subjek juga menyebutkan bahwa bentuk pengaplikasian syukur yang dilakukan terdiri dari berbagai macam seperti dengan hati, lisan dan perbuatan.

Kemudian berdasarkan data hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya diketahui bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kebersyukuran. Untuk penjelasan secara ringkas dapat dilihat berdasarkan pada tabel berikut:

**Tabel 4.6**  
*Faktor Yang Mempengaruhi Kebersyukuran Mahasiswa Perantau*

No	Faktor Kebersyukuran	Subjek MKZ	Subjek AH	Subjek RMK	Subjek AD
1.	Sifat afektif dan kesejahteraan	Dukungan yang diberikan orang sekitar dapat menjadikan subjek MKZ semakin bersyukur meski berada jauh dari keluarga	Dukungan yang diberikan orang sekitar dapat menjadikan subjek AH merasa bahagia dalam menjalani kehidupan di perantauan dan	Dukungan sosial yang diberikan orang sekitar diperantauan menjadikan subjek RMK merasa bahagia, bersyukur serta termotivasi dan bersemangat	Dukungan yang diberikan oleh orang-orang diperantauan menjadikan subjek AD merasa bahagia, percaya diri dan dimiliki karena perhatian

			lebih bersyukur dengan keadaan	dalam menjalani kehidupan di perantauan	dan dukungan yang diberikan
2.	Sifat prososial	Ketika ada orang lain membantu diri subjek MKZ, maka hal itu menjadikan ia termotivasi untuk melakukan hal yang sama sebagai bentuk balasan rasa terimakasih yang diberikan pada dirinya	Ketika memperoleh bantuan dari orang lain maka subjek AH memiliki dorongan yang besar didalam dirinya untuk juga membantu orang lain meskipun hanya dalam hal-hal yang sederhana	Subjek RMK memiliki dorongan untuk berbuat baik kepada oranglain ketika ia merasa bahwa banyak sekali pertolongan ia peroleh dari Tuhan serta dari oranglain dan hal tersebut disesuaikan dengan kemampuan diri yang dimiliki oleh subjek RMK	Ketika subjek AD memperoleh bantuan dari orang lain maka hal itu akan memotivasi ia untuk juga berlaku demikian kepada orang tersebut atau pun orang lainnya yang memerlukan bantuan
3.	Sifat spiritual	Subjek MKZ menyadari bahwa semua yang diperoleh tidak lepas dari peran Tuhan didalamnya	Subjek AH menyadari bahwa semua yang didapatkan sekarang merupakan takdir yang telah ditetapkan Tuhan, hingga tugas ia	Subjek RMK menyebutkan bahwa terdapat peran Tuhan yang sangat besar dalam setiap usaha yang dilakukan, karena apabila Tuhan tidak menginginkan tentu	Menurut subjek AD terdapat peran besar dari Tuhan dalam segala hal yang telah ia peroleh hingga menjadikan ia merasa sangat bersyukur

			sebagai manusia hanyalah berusaha dan berdoa	tidak hal yang di usahakan itu tidak akan terjadi	
4.	Memiliki pandangan hidup yang luas	Hal yang ditakutkan subjek MKZ ketika berada diperantauan ialah kepergian orangtua tanpa sempat menemuinya, dan cara yang dilakukan subjek MKZ apabila hal itu terjadi ialah berusaha ikhlas dan yakin bahwa ini semua merupakan kehendak Allah serta menjadi motivasi agar ia senantiasa melakukan hal bermanfaat agar menjadi amal	Hal yang ditakutkan subjek AH ketika berada diperantauan ialah dicabutnya beasiswa pendidikan yang selama ini ia peroleh dari dirinya, dan cara yang dilakukan subjek AH apabila hal ini terjadi ialah dengan bersabar, mencari penyebab dari hal itu, terus memperbaiki diri serta mensyukuri bahwa ia pernah merasakan nikmat yang besar itu	Hal yang ditakutkan subjek RMK ketika diperantauan ialah terlalu menonjolkan diri ketika nanti pulang ke Indonesia hingga tidak mampu beradaptasi dengan lingkungan, juga ketakutan akan ditinggal pergi orangtua atau keluarga tanpa berkesempatan untuk menemui nya Cara yang dilakukan subjek RMK untuk ketakutan pertama ialah dengan langsung terjun kelapangan karena	Hal yang ditakutkan subjek AD terjadi pada dirinya di perantauan ialah kehabisan uang hingga tidak mampu untuk membayar uang kuliah. Dan cara yang dilakukan apabila hal itu terjadi yaitu dengan mempersiapkannya terlebih dulu dengan mengambil kerja paruh waktu dan mengumpulkan uang sedikit demi sedikit untuk mencukupi ketika nanti melakukan pembayaran uang kuliah

		jariah untuk bekal kehidupan akhirat		hal itu masih merupakan persepsinya saja, sedangkan untuk menghadapi hal yang kedua yaitu dengan menerima hal tersebut karena itu meruakan ketetapan Tuhan yang tidak bisa untuk disesali	
5.	Memiliki persepsi positif dalam hidup	Ketika mengalami hal yang tidak menyenangkan diperantauan subjek MKZ menyebutkan ia berusaha untuk mensyukuri dan berprasangka baik kepada Allah	Ketika mengalami hal yang tidak menyenangkan di perantauan maka subjek AH akan tetap menikmati kehidupan serta tidak ambil pusing dengan hal itu, karena ia yakin akan ada pelajaran atau hikmah yang dapat diambil dibalik semua itu	Ketika mengalami hal yang tidak menyenangkan di diperantauan maka cara yang dilakukan subjek RMK ialah dengan mengendalikan pikirannya, membatasi diri dari hal-hal yang memicunya muncul, kemudian fokus dengan apa yang dihadapi,	Ketika mengalami sesuatu yang tidak menyenangkan maka subjek AD akan merenungkan hal tersebut serta memikirkan dampak apa yang ia terima dari hal itu, ia juga memperbanyak istighfar dan mengingat kebaikan yang diberikan oranglain

				berpikir positif serta bersyukur dengan keadaan	kepada dirinya hingga akhirnya pikiran itu menghilang
6.	Memiliki niatan baik terhadap orang lain atau sesuatu	Perbuatan baik yang dilakukan kepada oranglain ialah dengan membantu orang lain yang kesulitan, berbuat baik pada orang lain, tidak menzholiminya, saling mengingatkan dalam kebaikan dan melakukan hal-hal yang baik Rencana yang akan dilakukan subjek RMK setelah lulus S1 ialah melanjutkan pada jenjang S2 dan memulai bisnis sendiri	Perbuatan baik yang dilakukan kepada oranglain ialah dengan menolong oranglain yang sedang kesusahan, mengajarkan teman materi yang tidak dipahami, mendengarkan keluhan kesah teman-teman, dan melakukan hal bermnafaat yang bisa dilakukan Rencana yang akan dilakukan subjek AH setelah selesai S1 ialah melanjutkan pendidikan S2 dan bisa berbagi	Perbuatan baik yang dilakukan kepada oranglain seperti dengan membantu mereka yang kesulitan, ataupun memberikan hadiah atau sesuatu kepada oranglain Rencana yang akan dilakukan subjek RMK setelah selesai dalam pendidikan S1 ialah akan menetap di Jerman dalam waktu 3-5 tahun untuk bekerja dan mencari pengalaman agar siap ketika nantinya harus pulang ke	Perbuatan baik yang dilakukan kepada orang lain yaitu berusaha untuk menolong orang lain apabila memerlukan bantuan dan saling mengingatkan dalam hal-hal kepada kebaikan Rencana yang akan dilakukan subjek AD setelah selesai pendidikan S1 ialah akan melanjutkan pendidikan pada jenjang S2

			manfaat kepada oranglain yang ingin melanjutkan pendidikan keluar negeri	Indonesia dan terjun langsung ke masyarakat	
7.	Kecenderungan untuk bertindak positif berdasar rasa penghargaan dan kehendak baik	Kebiasaan positif kepada diri sendiri dengan makan makanan yang sehat, rajin olahraga, disiplin belajar, rajin murojaah hafalan serta menjaga hati dan pikiran untuk tidak berpikiran yang buruk Kebiasaan positif yang dilakukan kepada oranglain dengan bersikap baik serta ramah, membantu apabila kesulitan, mengingatkan pada hal yang baik serta saling	Kebiasaan positif yang dilakukan kepada diri sendiri ialah dengan tidak mudah stress ketika menghadapi suatu hal yang menekan. Kebiasaan positif yang dilakukan kepada orang lain ialah dengan sebisa mungkin untuk membantu teman yang memerlukan bantuan	Kebiasaan positif yang dilakukan untuk diri sendiri yaitu seperti olahraga, makan makanan sehat, serta menjaga penampilan Kebiasaan positif yang dilakukan kepada oranglain seperti dengan memberi hadiah atau bingkisan serta membantu apabila ada yang memerlukan bantuan	Kebiasaan positif yang dilakukan pada diri sendiri ialah dengan manajemen waktu yang baik, tidak menunda pekerjaan, memberi penghargaan kepada diri sendiri ketika selesai melakukan sesuatu. Dan kebiasaan positif yang dilakukan kepada oranglain yaitu dengan memberikan bantuan dan mengingtakna dalam hal kebaikan

		mengajak pada hal-hal yang bermanfaat			
8.	Rasa apresiasi yang hangat terhadap orang lain	Cara membalas kebaikan orang lain yang dilakukan subjek MKZ dengan berterimakasih atas bantuan yang diberikan, mendoakannya serta mengajak makan bareng sebagai bentuk balasan dari kebaikannya	Cara membalas kebaikan orang lain yang dilakukan subjek AH ialah dengan sesuatu yang sederhana seperti ucapan terimakasih dan doa yang dipanjatkan untuk orang tersebut	Cara membalas kebaikan orang lain yakni dengan memegangnya erat dan saling membangun hubungan yang memberikan timbal balik positif antara kedua pihak	Cara membalas kebaikan yang dilakukan orang lain yaitu dengan ucapan terimakasih yang diucapkan

Berdasarkan tabel 4.6 diatas, dapat dipahami bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada mahasiswa perantau yang kuliah di luar negeri yaitu dukungan sosial dari lingkungan di perantauan, dorongan dari dalam diri ketika memperoleh bantuan dari orang lain, menyadari adanya peran Tuhan dalam segala hal yang diterima, pandangan hidup yang positif dan terbuka, dorongan untuk berbuat baik kepada orang lain serta perilaku yang positif terhadap diri dan orang lain.

## **B. Pembahasan Hasil Penelitian**

### **1. Gambaran Kebersyukuran Mahasiswa Perantau di Luar Negeri**

Pembahasan dalam penelitian ini akan menjelaskan mengenai kebersyukuran yang didasarkan pada teori yang dikemukakan oleh McCullough dan Al-Ghazali. Kebersyukuran merupakan hal yang harus dimiliki oleh setiap manusia, tidak terkecuali mahasiswa perantau. Ketika bersyukur seseorang tidak perlu untuk menunggu semuanya sempurna, namun pada kenyataannya mungkin justru sebaliknya. Pelajaran tentang kebersyukuran merupakan tindakan yang melihat pada barometer nilai-nilai moral, emosi dan perasaan.<sup>1</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada empat orang subjek maka diketahui mengenai gambaran kebersyukuran yang dirasakan oleh mahasiswa perantau di luar negeri, yang mana dengan menghubungkan data yang telah terkumpul dan diolah dengan teori yang relevan dengan permasalahan yang diteliti, yakni sebagai berikut

Merujuk pada teori, kebersyukuran merupakan suatu bentuk pengakuan seseorang tentang adanya pihak lain selain dirinya yang turut serta atas nikmat yang diterima, maka dari itu kebersyukuran dapat menjadi sifat yang tertanam di dalam diri seseorang untuk senantiasa mengucapkan terimakasih sebagai respon atas apa yang telah ia terima. Berkaitan dengan

---

<sup>1</sup> Robert A Emmons, *Words of Gratitude Mind Body and Soul* (California: Templeton Foundation Press, 2008).

hal itu didalam Islam juga menjelaskan mengenai pentingnya kebersyukuran didalam diri seseorang sebagaimana terdapat dalam surah Ibrahim ayat 7 sebagai berikut:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Artinya: “Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat.”

Mengingat akan pentingnya kebersyukuran pada diri seseorang, maka ada beberapa aspek yang terdapat di dalam kebersyukuran itu sendiri. Sebagaimana dijelaskan bahwa menurut perspektif psikologi barat, oleh McCullough disebutkan bahwa kebersyukuran terdiri dari empat aspek yang terdiri dari *intensity*, *frequency*, *span* dan *density*.<sup>2</sup> Dan menurut perspektif psikologi Islam, oleh Al-Ghazali disebutkan bahwa kebersyukuran terdiri dari tiga aspek yang terdiri dari ilmu, kondisi spiritual dan amal perbuatan.<sup>3</sup> Selain itu penelitian ini juga akan membahas tentang faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kebersyukuran pada mahasiswa perantau di luar negeri.

Berikut akan peneliti paparkan pembahasan mengenai gambaran kebersyukuran pada mahasiswa perantau di luar negeri serta faktor-faktor

---

<sup>2</sup> Michael E McCullough, Robert A Emmons, dan Jo-Ann Tsang, “The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography,” *Journal of Personality and Social Psychology*, 1, Volume 82 (2002): 112–27.

<sup>3</sup> Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin (Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama)*, trans. oleh H.A Malik Karim Amrullah, Jilid 4 (Medan: Percetakan Imballo, 1965), 1156.

yang mempengaruhinya, berdasarkan pada teori yang telah peneliti jelaskan di awal dan hasil data dari wawancara yang dilakukan kepada empat orang subjek.

Ketika menjalani kehidupan sebagai seorang mahasiswa perantau di luar negeri tentu akan menjadikan seseorang mengalami berbagai peristiwa dalam hidupnya yang mana dari rangkaian peristiwa itu menjadikan ia bersyukur. Berdasarkan data yang diperoleh diketahui bahwa saat berada pada lingkungan baru individu dihadapkan pada perubahan, perbedaan serta tuntutan, yang mana pada dasarnya proses penyesuaian diri merupakan hal yang mutlak dilalui oleh individu ketika memasuki lingkungan baru.<sup>4</sup> Ketika individu tidak siap dengan hal tersebut maka dapat menjadikan ia kesulitan dalam menyesuaikan diri.

Sebagaimana disampaikan oleh tiga subjek yaitu MKZ, AH dan RMK bahwa ketika pertama tiba di perantauan mereka dikagetkan dengan keadaan negara yang dituju tidak sama dengan ekspektasi yang mereka bayangkan sebelumnya sehingga ketiga subjek mengatakan pada awalnya sempat mengalami *culture shock*. Penyebab *culture shock* yang dialami oleh setiap subjek berbeda-beda, pada subjek MKZ ia menyebutkan bahwa beberapa perubahan yang dirasakan antara daerah asalnya dengan tempat

---

<sup>4</sup> Tryphena Budiharjo, "Culture Shock Mahasiswa Indonesia (Studi Kasus Kualitatif Culture Shock di Kalangan Mahasiswa Indonesia Asal Kota Medan di Luar Negeri)" (Skripsi, Medan, Universitas Sumatera Utara, 2017), 19.

baru nya di perantauan ialah terkait cuaca, waktu, bahasa, makanan, pola pertemanan serta lingkungan tempat tinggal dan kampus. Sedangkan pada subjek AH ia menyebutkan bahwa perubahan yang dirasakan ialah pada musim yang berbeda antara Indonesia dengan Emirat, bahasa serta lingkungan pergaulan yang berada pada lingkup internasional. Dan pada subjek RMK ia menyebutkan kekegetan pertama yang ia rasakan yaitu terkait dengan *paperwork* atau masalah administrasi pada negara yang dituju, perbedaan antara budaya timur yang ia anut dengan budaya barat yang menjadi lingkungannya sekarang, serta perbedaan bahasa. Hal ini berbeda dengan pernyataan yang disebutkan subjek AD bahwa ia tidak mengalami *culture shock* ketika tiba di perantauan, hal ini disebabkan karena sebelumnya subjek AD pernah tinggal pada negara yang sama, hingga ketika datang kembali pada negara yang sama ia tidak merasa asing dan berpikir bahwa dirinya hanya sebagai orang yang datang ketempat yang pernah didatangi sebelumnya, yang mana kemudian hal ini menjadikan ia tidak menaruh ekspektasi lebih tentang negara yang dituju, sehingga menjadikan ia lebih mudah dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.

Ketika individu tidak memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan baik maka hal ini akan berdampak pada diri individu tersebut, salah satu dampaknya ialah individu akan mengalami tekanan atas tuntutan yang di peroleh serta kecemasan yang dirasakan hingga pada akhirnya hal ini

dapat menjadi stressor dalam diri individu.<sup>5</sup> Lazarus menyebutkan bahwa stress yang dialami oleh individu disebabkan karena dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal, dan pada mahasiswa perantau penyebab stress tersebut berasal dari ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan baik, adanya perubahan serta perbedaan pada pola belajar, adat istiadat, pola interaksi, makanan, cuaca atau iklim serta bahasa.

Dalam menghadapi situasi stress diperlukan cara untuk mengatasinya yang mana disebut dengan *coping*. *Coping* merupakan keadaan dimana individu berusaha untuk menguasai dan menangani situasi yang menekan pada dirinya.<sup>6</sup> Ketika melakukan *coping* setiap individu memiliki cara tersendiri yang dilakukan, yang mana hal ini bergantung pada keadaan individu tersebut. Religiusitas merupakan faktor yang memiliki peran penting dalam mengarahkan perilaku *coping* yang dilakukan individu. Dari adanya pengaruh antara religiusitas dengan perilaku *coping* yang dilakukan maka terbentuk jenis *coping* yang disebut dengan *coping* religiusitas.

Terdapat lima bentuk dari perilaku dalam *coping* religiusitas, salah satunya ialah *benevolent reappraisal*. *Benevolent reappraisal* merupakan penilaian kembali yang dilakukan oleh individu atas permasalahan yang diberikan kepada dirinya dengan penuh pertimbangan yang positif, dan

---

<sup>5</sup> Tyas, W.C, "Hubungan Antara Coping Stress dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Luar Jawa," *Jurnal Psikologi Pendidikan Unesa*, 2, Vol 4 (2017): 1–6.

<sup>6</sup> Richard S Lazarus dan Susan Folkman, *Stress, appraisal, and coping* (Springer publishing company, 1984).

bentuk pengaplikasian dari *coping* religius *benevolent reappraisal* ini salah satunya ialah dengan melakukan kebersyukuran.<sup>7</sup> Di dalam Islam, syukur diartikan sebagai salah satu sikap atau reaksi yang dilakukan oleh seseorang ketika memperoleh sesuatu.<sup>8</sup> McCullough menyebutkan bahwa kebersyukuran merupakan kecenderungan umum untuk mengenali dan merespon kebaikan yang dilakukan oleh orang lain dengan emosi penuh rasa syukur ke dalam pengalaman yang positif dari hasil yang diperolehnya. McCullough, Emmons dan Tsang dalam jurnalnya menyebutkan bahwa individu yang di dalam dirinya terdapat kebersyukuran akan memiliki sikap yang lebih optimis dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki kebersyukuran dalam dirinya.<sup>9</sup>

Konsep kebersyukuran menjadi salah satu bagian penting dalam diri individu karena akan berpengaruh terhadap keberlangsungan diri individu sendiri. Kebersyukuran yang dibahas dalam penelitian ini terdiri dari beberapa aspek, yaitu: *intensity*, *frequency*, *span*, *density*, ilmu, kondisi spiritual dan amal perbuatan. Melalui hasil serangkaian kegiatan yang dilakukan sebelumnya, dapat diketahui bahwa gambaran kebersyukuran pada mahasiswa perantau yang tinggal di luar negeri merupakan sebuah

---

<sup>7</sup> Vega Meiryska Dwi Anjani, "Dukungan Sosial Dengan Strategi Koping Religius Pada Janda Polisi (Warakawuri)," *Jurnal Intuisi Psikologi Ilmiah* 11, no. 3 (2019): 219–237.

<sup>8</sup> Abdullah bin Shalih Al-Fauzan, *Indahnya Bersyukur: Bagaimana Meraihnya*, ed. oleh Zakiyatul A'immah dan Adiel MT, trans. oleh Hedi Fajar Rahadian, Ke IV (Bandung: Penerbit Marja, 2016).

<sup>9</sup> McCullough, Emmons, dan Tsang, "The Grateful Dispositon: A Conceptual and Empirical Topography."

pengalaman yang diperoleh individu ketika menghadapi berbagai situasi dan dari pengalaman tersebut dapat menjadi suatu kebiasaan individu dalam merespon sesuatu. Kebersyukuran merupakan salah satu perilaku adaptif yang dapat dipelajari dan dilakukan oleh siapa saja, hal ini sebagaimana dijelaskan sebelumnya bahwa kebersyukuran muncul disebabkan karena adanya pengakuan didalam diri manusia tentang adanya pihak lain selain dirinya yang turut serta atas segala sesuatu yang ia terima. Maka dari itu, kebersyukuran dapat menjadi suatu sifat yang tertanam dalam diri seseorang untuk senantiasa berterimakasih sebagai respon dari apa yang ia peroleh.

Pada penelitian ini diketahui bahwa menurut subjek MKZ dan RMK kebersyukuran merupakan suatu hal yang seharusnya dimiliki oleh manusia dan sudah menjadi bagian dari jati diri manusia, dan ketika bersyukur seseorang tidak perlu untuk menunggu semuanya sempurna akan tetapi mensyukuri pada setiap apapun yang telah diterima, subjek AH menyebutkan bahwa kebersyukuran bukan hanya terbatas ketika seseorang menerima hal-hal yang baik saja akan tetapi dalam hal-hal yang buruk atau musibah sekalipun, karena setiap hal apapun yang dialami akan ada pelajaran yang dapat diambil dibaliknya, sedangkan subjek AD menuturkan bahwa kebersyukuran merupakan suatu hal yang senantiasa dilakukan atas banyaknya segala hal yang telah diberikan oleh Tuhan.

Dalam hal kebersyukuran yang terkait dengan aspek-aspek kebersyukuran yang dikemukakan oleh McCullough, yang pertama kali dibahas ialah *intensity* yang merupakan bentuk pengalaman positif dari seseorang yang selalu mengucapkan syukur, hal ini berbeda dengan seseorang yang tidak bersyukur. Keempat subjek memiliki kesamaan dalam hal ini dimana keempatnya selalu berusaha untuk mengucapkan syukur ketika memperoleh segala sesuatu pada dirinya, dari ungkapan syukur yang dilakukan dirasa dapat memberi manfaat yang positif terhadap masing-masing subjek terutama dalam hal penerimaan diri terhadap sesuatu. Disebutkan oleh subjek MKZ bahwa setelah melakukan kebersyukuran ia merasa dirinya lebih menerima dengan apapun yang didapatkan serta menjadikannya ikhlas, lebih menenangkan hati, dan tidak iri dengan apa yang diperoleh oleh orang lain, sejalan dengan hal tersebut subjek AH menyebutkan bahwa dampak positif dari kebersyukuran yang dirasakan ialah lebih menikmati keadaan, menenangkan hati serta tidak memikirkan apa yang bukan menjadi miliknya hingga pada akhirnya akan muncul penerimaan diri terhadap sesuatu yang diperoleh, kemudian subjek RMK menyebutkan bahwa dampak yang ia rasakan dari kebersyukuran yang dilakukan ialah menjadikan hati lebih tenang dan damai, menjadi lebih terbuka dalam hal pemikiran juga menjadi pemicu untuk berbuat baik kepada orang lain serta berpengaruh pada penerimaan dirinya terhadap suatu hal. Penuturan ketiga subjek tersebut sejalan dengan pernyataan yang

disebutkan McCullough, Emmons dan Tsang bahwa individu yang terbiasa bersyukur akan mengalami dampak psikologis yang dirasakan yang salah satunya ialah menjadikan ia mudah dalam mencapai *subjective well being* yang lebih tinggi. Kemudian subjek AD menyebutkan bahwa dengan bersyukur menjadikan ia lebih semangat dan termotivasi dalam melakukan suatu aktivitas. Kebersyukuran yang ada didalam diri seseorang tentu akan memberikan dampak pada orang tersebut, sebagaimana disebutkan bahwa syukur merupakan salah satu bentuk emosi yang mana bergantung pada atribusi sebagai hasil dari dua proses kognitif, yaitu pengakuan seseorang bahwa ia memperoleh manfaat yang positif dan adanya sumber eksternal yaitu pemberi manfaat positif tersebut.<sup>10</sup>

Ketika memasuki lingkungan baru, individu akan merasakan berbagai masalah yang disebabkan karena banyaknya perbedaan yang ada didalam dirinya dengan lingkungan baru<sup>11</sup>, yang dari adanya hal tersebut dapat berpengaruh pada kebersyukuran pada diri individu. Dalam hal ini keempat subjek menyebutkan bahwa mereka sangat mensyukuri segala hal yang telah diperoleh selama menjadi mahasiswa perantau yang berkuliah di luar negeri, hal ini merupakan bagian dari aspek *frequency* yang

---

<sup>10</sup> Alddino Gusta Rachmadi, Nadhila Safitri, dan Talitha Quratu Aini, "Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat dan Psikologi Islam," *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 24, no. 2 (2019): 115–28.

<sup>11</sup> Thurber C.A dan Walton E.A, "Homesickness and Adjustment in University Student," *Journal of American Collage Health* Volume 60, no. 5 (2012): 1–5.

merupakan sikap dimana seseorang memiliki rasa penuh terimakasih yang menjadikan ia merasa bersyukur dengan kehidupan yang dijalannya. Disampaikan subjek MKZ bahwa ia sangat mensyukuri kehidupan yang saat ini dijalani dan merasa sudah banyak sekali nikmat yang diberikan Allah kepada dirinya hingga dari hal itu menjadikan rasa syukur yang ada pada dirinya semakin bertambah, pada subjek AH ia menyebutkan bahwa ketika tinggal di luar negeri ia banyak sekali memperoleh hal-hal baru hingga menjadikan ia bertumbuh menjadi lebih baik dan mensyukuri segala yang telah ia capai saat ini, pada subjek RMK ia menyebutkan bahwa menjadi perantau di luar negeri merupakan nikmat tersendiri yang ia peroleh hingga hal itu menjadikan ia sangat mensyukuri pencapaian yang diraih, dan pada subjek AD ia menyebutkan bahwa ia bersyukur dengan kehidupan yang dijalani saat ini karena memperoleh pengalaman yang mungkin tidak didapatkan ketika berkuliah di Indonesia. Emmons dan McCullough menyebutkan bahwa kebersyukuran merupakan emosi positif yang berkaitan dengan sesuatu yang dilakukan oranglain terhadap diri sendiri, yang mana hal ini diakui merupakan aspek yang banyak diperlukan dalam kehidupan bermasyarakat.<sup>12</sup>

Lalu, keempat subjek menyebutkan bahwa banyak sekali hal yang mereka syukuri dalam menjalani kehidupan di perantauan yang mana hal

---

<sup>12</sup> S. You dkk., "Gratitude and life satisfaction in early adolescence: The mediating role of social support and emotional difficulties," *Personality and Individual Differences*, 2018, 122–28.

ini merupakan aspek *span* dimana mengacu pada banyaknya hal yang perlu disyukuri dalam hidup. Pada saat ditanya mengenai kepuasan hidup yang saat ini dirasakan maka tiga orang menyatakan sangat puas dan satu orang menyatakan belum puas. Subjek MKZ dalam hal ini menyebutkan bahwa dirinya sangat puas dengan apa yang ia peroleh saat ini meskipun ia sadar bahwa tidak semua hal yang ia temui diperantauan merupakan hal yang menyenangkan, namun apabila disyukuri dan dijalani maka akan menjadi nikmat tersendiri bagi dirinya. Hal serupa disebutkan oleh subjek AH yang menyebutkan bahwa ia sangat puas dengan kehidupan yang dijalani saat ini. Kemudian subjek RMK juga mengatakan hal yang demikian, ia menyebutkan sangat puas dengan apa yang terjadi pada dirinya saat ini terlepas dari harapan yang belum dicapai akan tetapi sudah banyak hal yang diperoleh dan patut untuk disyukuri. Berbeda dengan disampaikan tiga subjek sebelumnya, subjek AD menuturkan bahwa ia merasa belum puas dengan kehidupan yang dijalani saat ini karena menurutnya masih banyak hal yang perlu dilakukan untuk mencapai kepuasan itu, akan tetapi ia menyebutkan bahwa tetap bersyukur dengan apa yang telah diberikan pada dirinya.

Selain dari banyaknya hal yang perlu disyukuri dalam hidup aspek kebersyukuran juga mengacu pada orang-orang yang kehadirannya memberikan dampak positif dalam hidup atau yang disebut dengan *density*. Pada aspek ini keempat subjek menyebutkan bahwa hadirnya orangtua dan

keluarga dapat memberi pengaruh positif yang sangat besar terhadap diri mereka terutama dalam proses perjalanan menuju keluar negeri dan saat di luar negeri. Sebagaimana hal ini dituturkan oleh subjek MKZ bahwa orang tua, saudara, keluarga, teman-teman serta para dosen dan orang sekitar diperantauan merupakan orang yang paling banyak memberi dukungan ketika diperantauan, senada dengan hal itu subjek AH menuturkan bahwa orang tua dan teman-teman di perantauan merupakan orang yang selalu ada, mendukung serta membantu dirinya dalam keadaan apapun, meski pada awalnya ia merasa memiliki rasa takut pada saat memasuki lingkungan baru dikarenakan lingkungan asalnya yang positif namun ternyata ia juga menemukan hal yang serupa ditempatnya yang baru, yakni dikelilingi dengan teman-teman yang positif. Pada subjek RMK ia menyebutkan bahwa orang-orang yang memberikan dampak positif pada dirinya selama diperantauan ialah orangtua, keluarga juga teman-teman asal Indonesia yang berada dalam satu lingkup pertemanan, yang mana menjadikan ia bersyukur karena berada pada lingkaran orang-orang yang mampu melakukan hal-hal positif dalam hidupnya hingga dari hal tersebut ia juga memperoleh manfaat yang positif pada dirinya. Serupa dengan ketiga subjek sebelumnya, subjek AD menuturkan bahwa orang-orang yang memberikan dampak positif pada dirinya ialah orangtua, keluarga serta teman-teman di perantauan yang selalu ada dan mendukung dengan apapun yang ia lakukan.

Ketika seseorang bersyukur maka ia tentu mengetahui tentang nikmat apa yang sedang ia peroleh, apa tujuan dari nikmat tersebut, serta mengetahui bahwa semua nikmat yang didapatkan berasal dari Allah yang mana hal ini disebut dengan ilmu. Dalam hal ini keempat subjek memberi pengertian yang berbeda terhadap maksud dari kata nikmat. Pada subjek MKZ ia menyebutkan bahwa yang dimaksud dengan nikmat ialah segala hal-hal baik yang Allah berikan kepada seorang hamba, berbeda dengan yang disampaikan subjek AH dan subjek RMK bahwa nikmat merupakan segala hal apapun yang diberikan baik itu sesuatu yang baik ataupun sesuatu yang buruk, sedangkan subjek AD menyebutkan bahwa nikmat merupakan bentuk kasih sayang Allah kepada manusia yang mana akan diberikan selama manusia mensyukurinya.

Selain dari mengetahui makna dari nikmat tersebut, keempat subjek juga mengetahui bagaimana cara yang dapat dilakukan untuk menggunakan nikmat yang diberikan berupa kesempatan bisa berkuliah di luar negeri, sebagaimana disebutkan oleh subjek MKZ, AH dan AD bahwa cara yang ia lakukan yakni dengan menjalaninya sebaik mungkin, memaksimalkan keadaan, memanfaatkan kesempatan, mengatur waktu sesuai dengan porsinya, memperbanyak syukur dan tidak melanggar peraturan kampus serta tidak lupa untuk berdoa, berbeda hal dengan tiga subjek sebelumnya subjek RMK menyebutkan bahwa cara yang ia lakukan ialah dengan mendekatkan diri kepada Allah melalui berbagai cara serta

membangun hubungan yang baik dengan sesama manusia. Kemudian semua subjek juga mengetahui siapa saja yang terlibat dalam memberikan nikmat pada dirinya yang dalam hal ini ialah orang-orang yang mengantarkan untuk bisa kuliah di luar negeri, sebagaimana disebutkan oleh keempat subjek bahwa Allah memiliki peran besar yang dapat membantu hingga mereka bisa sampai keluar negeri, kemudian orangtua, keluarga serta lingkungan sekitar.

Selama berada di perantauan mahasiswa perantau tentu akan mengalami berbagai hal yang terjadi pada dirinya, namun dengan pengetahuan dan keyakinan yang ada pada diri seseorang dapat melahirkan jiwa yang tentram dan memunculkan rasa senang diiringi sikap menerima, tunduk dan patuh atas segala pemberian Allah. Keempat subjek menyebutkan bahwa ketika mendapati berbagai hal selama di perantauan maka reaksi yang mereka tunjukkan ialah bersikap sewajarnya dengan apa yang terjadi dan berusaha untuk ikhlas dan menerima hal tersebut karena keyakinan mereka bahwa Allah lah yang menetapkan hal ini terjadi. Dan ketika terjadi hal-hal yang menjadikan mereka tidak nyaman maka ada upaya atau cara yang berusaha untuk dilakukan, pada subjek MKZ cara yang ia lakukan ketika merasa tertinggal dari orang lain ialah dengan memotivasi diri, melakukan muhasabah diri serta berteman dengan orang-orang yang mengarahkan dirinya menjadi lebih baik, berbeda dengan subjek sebelumnya ketiga subjek lainnya yaitu subjek AH, RMK, dan AD

menyebutkan bahwa cara yang dilakukan ketika merasa diri tidak bersemangat ialah dengan mengingat kembali perjuangan yang telah dilakukan hingga bisa kuliah di luar negeri. Pada subjek RMK ia juga menambahkan yaitu dengan menstimulus diri agar tidak terpuruk dengan keadaan, sedang subjek AD menyebutkan dengan mengingat harapan besar yang diberikan orangtua juga masih banyaknya mimpi yang harus dicapai.

Kebersyukuran yang dilakukan oleh seseorang akan berimplikasi pada amalan yang dilakukan yang mana hal ini akan melibatkan hati, perkataan dan perbuatan. Keempat subjek dalam hal ini menyebutkan bahwa bentuk amalan hati yang dilakukan ialah dengan meyakini bahwa Allah lah yang memberi semua nikmat yang telah didapatkan serta mensyukuri apa yang telah diberikan, sedangkan bentuk amalan dengan perkataan yaitu mengucapkan *hamdallah* dan memanjatkan doa kepada Allah, dan untuk amalan dengan perbuatan keempat subjek memiliki perbedaan dalam hal ini seperti pada subjek MKZ ia menyebutkan dengan menjalankan sesuatu yang diperintahkan dan menjauhi larangannya, subjek AH menyebutkan dengan mengingat Allah dan memperbaiki sholat yang dilakukan, sedangkan pada subjek RMK ia menyebut dengan berbagi kepada orang lain, dan yang dilakukan oleh subjek AD ialah menuangkan segala sesuatu yang telah diperoleh dalam bentuk tulisan sebagai media untuk muhasabah dan bersyukur.

Dari pemaparan diatas dapat diketahui bahwa terdapat kebersyukuran didalam diri mahasiswa perantau, yang mana hal ini juga didukung dengan hasil dari skala pendukung yang diberikan dimana diketahui bahwa keempat subjek memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi dalam dirinya. Kebersyukuran merupakan sikap yang seharusnya ada pada setiap manusia, ketika bersyukur seseorang tidak perlu menunggu semuanya sempurna akan tetapi yang terjadi justru sebaliknya, karena kebersyukuran merupakan tindakan yang melihat pada barometer nilai-nilai moral, emosi dan perasaan.<sup>13</sup> Dan telah banyak penelitian yang membuktikan secara ilmiah bahwa kebersyukuran dapat memberi efek yang positif pada seseorang, baik dalam hal kesehatan mental, fisik maupun hubungan sosial dengan orang lain<sup>14</sup>, sebagaimana terdapat dalam surah Ibrahim ayat 7 yang dijelaskan sebelumnya.

## 2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebersyukuran pada Mahasiswa Perantau di Luar Negeri

Kebersyukuran merupakan salah satu faktor yang memiliki peran untuk menciptakan perasaan tenang dan bahagia pada diri seseorang. Karena dengan bersyukur seseorang akan memperoleh dampak positif pada

---

<sup>13</sup> Emmons, *Words of Gratitude Mind Body and Soul*.

<sup>14</sup> Imam Setiadi Arif, *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*, kedua (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2016), 78.

dirinya baik dari segi emosi maupun dari segi interpersonal. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kebersyukuran pada diri seseorang. Menurut perspektif psikologi barat yang dikemukakan oleh McCullough terdapat tiga faktor yang mempengaruhi kebersyukuran yaitu sifat afektif dan kesejahteraan, sifat prososial serta sifat spiritual, sedangkan menurut perspektif psikologi Islam yang dikemukakan oleh Al-Fauzan menyebutkan terdapat lima faktor yang mempengaruhi kebersyukuran pada diri seseorang yaitu memiliki pandangan hidup yang luas, memiliki persepsi yang positif dalam hidup, memiliki niat baik terhadap sesuatu atau orang lain, kecenderungan untuk berperilaku positif yang didasari atas rasa menghargai dan kehendak baik, dan memiliki apresiasi yang hangat kepada orang lain.

Merujuk dari pemaparan yang dikemukakan oleh McCullough mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran, dapat diketahui bahwa hal itu dialami oleh keempat orang subjek. Demikian juga pada faktor-faktor yang mempengaruhi kebersyukuran yang dikemukakan oleh Al-Fauzan, maka keempat subjek juga mengatakan mengalami hal yang demikian. Meskipun keempat subjek mengalami seperti apa yang disebutkan, tentu akan ada persamaan dan perbedaan tertentu yang dimiliki oleh masing-masing subjek yang mana untuk penjabaran lebih jelas akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Sifat afektif dan kesejahteraan

Seseorang yang memperoleh bantuan dari orang lain akan merasa percaya diri serta memiliki dukungan sosial dari orang lain, hingga kemudian menjadikan ia merasa puas dengan hidupnya yang mana hal ini akan berpengaruh pada kebersyukuran dalam diri seseorang. Dalam hal ini keempat subjek juga dipengaruhi oleh sifat afektif dan kesejahteraan yang diberikan oleh orang lain terhadap dirinya. Subjek MKZ mengungkapkan bahwa ketika memperoleh dukungan sosial dari orang sekitarnya di perantauan menjadikan ia merasa bersyukur dan memiliki keluarga baru meskipun berada jauh dari orangtua dan saudara. Pada subjek AH ia menyebutkan bahwa dukungan dari orang-orang sekitarnya menjadikan dirinya merasa bahagia dalam menjalani kehidupan diperantauan serta lebih bersyukur dengan keadaan. Kemudian subjek RMK juga menyatakan hal yang demikian, yakni dukungan sosial yang diberikan oleh orang sekitarnya diperantauan seperti mengingat kembali tujuan berada diperantauan, tujuan hidup yang lebih filosofis, serta lingkup pertemanan yang selalu mendekatkan diri kepada Tuhan yang mana hal tersebut dapat menjadikan dirinya bahagia, bersyukur serta termotivasi dan bersemangat dalam menjalani kehidupan. Sedangkan subjek AD menyebutkan bahwa berada jauh dari orangtua ia merasa bahagia dan dimiliki yang mana

hal itu didasari dari dukungan sosial yang diberikan oleh orang terdekatnya diperantauan yang selalu ada, selalu memberikan perhatian serta mendukung apapun yang ia lakukan. Oleh karena ini dari beberapa pemaparan diatas maka sifat efektif dan kesejahteraan terdapat pada keempat orang subjek

b. Sifat prososial

Ketika seseorang memperoleh bantuan dari orang lain maka secara tidak langsung hal itu akan memotivasi ia untuk juga memunculkan perilaku tersebut kepada orang lain, yang mana hal ini kebersyukuran muncul sebagai respon atas sesuatu yang baik yang diperolehnya dari orang lain. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Adang Hambali, Asti Meiza dan Irfan Fahmi menyebutkan bahwa ketika seseorang memperoleh sesuatu dari orang lain baik berupa pertolongan, benda ataupun momen bahagia maka hal itu dapat mendorong seseorang untuk bersyukur<sup>15</sup>, yang mana ini artinya bahwa sifat prososial dapat mempengaruhi kebersyukuran dalam diri seseorang.

Sebagaimana hal ini juga dirasakan oleh keempat orang subjek.

Subjek MKZ mengungkapkan bahwa ketika ia mendapatkan

---

<sup>15</sup> Adang Hambali, Asti Meiza, dan Irfan Fahmi, "Faktor-Faktor yang Berperan dalam Kebersyukuran (gratitude) pada Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus Perspektif Psikologi Islam," *Psymphathic Jurnal Ilmiah Psikologi* 2, no. 1 (2015): 94–101.

perlakuan baik dari orang lain maka ia juga akan melakukan hal serupa kepada orang yang memberi bantuan sebagai bentuk balasan atas rasa terimakasih yang diberikan pada dirinya. Sejalan dengan subjek MKZ, subjek AH juga mengungkapkan bahwa ia memiliki dorongan yang besar untuk membantu orang lain terlebih pada orang yang membantu dirinya meskipun hanya pada hal-hal yang kecil. Kemudian subjek RMK menyebutkan bahwa ia memiliki dorongan untuk berbuat baik kepada orang lain karena merasa banyak sekali nikmat yang diberikan Allah untuknya hingga menjadikan ia berpikir bahwa ia pun harus melakukan hal demikian kepada orang lain. Sedangkan pada subjek AD ia mengungkapkan bahwa ketika memperoleh bantuan dari orang lain maka ia akan memotivasi dirinya untuk juga berlaku sama dengan apa yang dilakukan orang lain tersebut kepada orang yang memerlukan bantuan. Dari beberapa hal yang disebutkan maka diketahui bahwa sifat prososial dapat berpengaruh pada kebersyukuran keempat orang subjek.

c. Sifat spiritual

Ketika seseorang menyadari bahwa terdapat kekuatan yang melebihi dari kekuatan manusia yang turut serta dalam hal yang ia peroleh, maka hal ini dapat berpengaruh terhadap kebersyukuran yang ada dalam diri seseorang. Pada subjek MKZ ia menyebutkan

bahwa ia menyadari segala apapun yang diperoleh tidak lepas dari peran Tuhan didalamnya yang mana dari hal itu kemudian memunculkan sikap penerimaan diri dan syukur pada dirinya. Kemudian subjek AH menuturkan bahwa ia menjadi semakin bersyukur dengan menyadari bahwa semua yang ia peroleh merupakan takdir yang telah ditetapkan, hingga tugasnya sebagai manusia ialah berusaha dan berdoa sedangkan hasilnya Allah lah yang menentukan. Lebih lanjut subjek RMK juga menyebutkan bahwa ia sadar akan adanya peran Tuhan yang sangat besar dalam setiap usaha yang ia lakukan karena ia meyakini sekuat apapun usaha yang dilakukan apabila Tuhan tidak menghendaki maka hal itu tidak akan ia capai. Sejalan dengan yang disebutkan oleh tiga subjek sebelumnya, subjek AD menyebutkan bahwa terdapat peran yang sangat besar dari Tuhan dalam segala hal yang telah ia peroleh hingga menjadikan ia merasa sangat bersyukur.

d. Memiliki pandangan hidup yang luas

Memiliki pandangan yang luas dalam hidup serta penerimaan diri akan keadaan yang dialami sebagai sebuah takdir dan kehendak Allah dapat menjadi salah satu hal yang mempengaruhi kebersyukuran dalam diri seseorang.<sup>16</sup> Sebagaimana hal ini juga

---

<sup>16</sup> Hambali, Meiza, dan Fahmi.

terjadi pada keempat orang subjek yang diwawancarai. Pada subjek MKZ ia mengungkapkan bahwa ketika terjadi hal yang tidak diinginkan selama diperantauan yakni kepergian orangtua ketika sedang berada jauh dan belum dapat membahagiakannya, maka ia akan berusaha untuk menerima dengan ikhlas karena itu semua merupakan kehendak Allah, serta menjadikan hal tersebut sebagai motivasi bagi dirinya agar senantiasa melakukan hal-hal yang bermanfaat. Kemudian subjek AH mengungkapkan bahwa hal yang ia takutkan terjadi diperantauan ialah dicabut dari beasiswa pendidikan yang ia dapat, namun menurutnya apabila hal itu terjadi maka ia akan berusaha menerima dan mencari penyebabnya kemudian berusaha untuk mengintropeksi diri hingga dari hal itu menjadikan ia bersyukur karena telah diberikan nikmat tersebut. Lebih lanjut subjek RMK juga menyebutkan hal yang sama dengan subjek MKZ yakni hal yang ia takutkan terjadi pada dirinya ketika diperantauan ialah kepergian orangtua atau keluarga tanpa ia memiliki kesempatan untuk menemuinya lagi. Akan tetapi sikap yang ia lakukan ia berusaha untuk menerima hal tersebut karena itulah takdir yang ditetapkan Tuhan dan tidak bisa untuk disesali, dan untuk perwujudannya ia akan memperbanyak memanjatkan doa dan bersyukur, karena menurutnya doa anak kepada orangtua adalah hal yang dapat sampai lebih cepat daripada ia pulang ke Indonesia.

Kemudian subjek AD menuturkan hal yang berbeda, menurutnya sesuatu yang ia takutkan terjadi selama diperantauan ialah kehabisan uang hingga tidak mampu untuk membayar uang kuliah. Akan tetapi dalam hal ini subjek AD memiliki pandangan bahwa untuk dapat mengantisipasinya maka ada usaha yang harus dilakukan yang dalam hal ini ialah dengan bekerja paruh waktu, karena menurutnya hal tersebut berada diluar dari kendalinya dan apabila nantinya terjadi maka ia akan berusaha untuk menerima dan tetap bersyukur dengan kondisinya.

e. Memiliki persepsi yang positif dalam hidup

Seseorang yang bersyukur akan berpikir bahwa segala hal yang ia miliki merupakan yang terbaik untuknya, hingga menjadikan ia senantiasa mengembalikan apapun yang ia peroleh kepada Allah meskipun pada hal-hal yang tidak sesuai dengan kehendaknya. Orang yang bersyukur akan menciptakan kelekatan dalam diri hingga membentuk suatu kepribadian, yang mana akan menjadikannya pribadi yang penuh syukur, tidak larut dalam memikirkan hal-hal yang belum atau tidak akan diperoleh, tetapi senantiasa dipenuhi rasa bahagia akan segala hal yang telah diberikan orang lain pada dirinya.<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> R. S Rauf dan U Alif, *Inilah Rahasia Bersyukur* (Yogyakarta: Diva Press, 2008).

Hal ini sebagaimana penuturan subjek MKZ yang mengungkapkan bahwa ketika mengalami hal yang tidak menyenangkan di perantauan maka ia tetap berusaha untuk bersyukur dan berprasangka baik kepada Allah, yang mana didukung dengan pernyataan informan yang menyebutkan bahwa ketika mengalami masalah subjek MKZ menghadapinya dengan tenang, tidak gegabah dan tetap berpikir positif. Kemudian pada subjek AH ia memaparkan bahwa ketika mengalami hal yang tidak diinginkan maka yang ia lakukan adalah tetap menikmati hidup dan tidak ambil pusing dengan hal tersebut, karena ia meyakini bahwa akan ada nikmat yang ia peroleh dibalik hal itu. Lebih lanjut subjek RMK mengungkapkan bahwa ketika mengalami hal yang tidak menyenangkan maka cara yang dilakukan untuk dapat mengendalikan pikirannya ialah dengan membatasi diri dari hal-hal yang memicunya untuk muncul, fokus dengan apa yang dihadapi, tetap bersyukur dan terus berpikir positif. Hal ini juga didukung dengan pernyataan informan yang menyebutkan bahwa dari perilaku yang ditampilkan subjek RMK tergambar bahwa ia memiliki kebersyukuran yang besar didalam dirinya. Berbeda halnya dengan tiga subjek sebelumnya, subjek AD mengungkapkan bahwa ketika mengalami sesuatu yang tidak menyenangkan maka ia akan merenungkan hal tersebut dan dari hal itu menjadikan ia

mengintropeksi diri dan mengingat kebaikan-kebaikanyang dilakukan orang lain kepada dirinya hingga menjadikan ia merasa kembali bersyukur.

f. Memiliki niat baik terhadap sesuatu ataupun orang lain

Niat baik yang ditujukan kepada orang lain berupa keinginan untuk membantu orang lain yang kesulitan, keinginan besar untuk berbagi khususnya pada sesama mahasiswa perantau di luar negeri yang mengalami kondisi serupa, juga muncul keinginan untuk menjalankan ajaran agama dengan sebaik mungkin serta melakukan hal-hal yang dapat membawa manfaat bagi dirinya. Keempat subjek mengungkapkan bahwa bentuk kebaikan yang dilakukan kepada orang lain yaitu dengan membantu ketika ada orang lain yang memerlukan bantuan serta saling mengingatkan dalam hal-hal yang bermanfaat.

Kemudian cara yang dilakukan oleh keempat subjek dalam menggunakan nikmat yang diberikan secara umum memiliki persamaan yaitu dengan memaksimalkan setiap kesempatan yang didapatkan dan memanfaatkan peluang yang ada serta lebih mendekatkan diri kepada Allah. Akan tetapi terdapat sedikit perbedaan dalam pengaplikasiannya, seperti pada subjek MKZ yang menyebutkan bahwa ia berusaha untuk mengatur waktu sesuai dengan porsinya, meyakini bahwa yang ia peroleh merupakan

amanah yang diberikan hingga harus dijaga serta memperbanyak doa agar apapun yang dilakukan dapat membawa kebaikan. Kemudian subjek AH menyebutkan bahwa ia berusaha untuk memperbanyak syukur, berusaha selalu mengingat Allah, serta berusaha untuk mematuhi peraturan yang ada dikampus. Berbeda halnya dengan subjek RMK yang menyebutkan bahwa yang ia lakukan ialah memperbanyak mendengarkan kajian mengenai ilmu agama dan mendekatkan diri dengan sunnah-sunnahnya, juga memperbaiki hubungannya dengan sesama manusia, juga menyadari sudah seberapa besar manfaat yang ia berikan kepada orang lain, dan ia juga mengungkapkan memiliki keinginan untuk dapat memperbaiki taraf hidup masyarakat Indonesia. Kemudian disisi lain subjek AD menyebutkan bahwa ia berusaha untuk belajar dengan giat, terlibat aktif dalam kegiatan organisasi serta mengambil kerja paruh waktu.

Lebih lanjut untuk keinginan baik yang dilakukan terhadap diri sendiri, ketiga subjek yakni subjek MKZ, subjek AH dan subjek AD mengatakan bahwa memiliki rencana untuk tetap berada diluar negeri dengan tujuan melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi. Hal ini juga diungkapkan oleh subjek RMK bahwa ia akan tetap tinggal di luar negeri dalam beberapa waktu akan tetapi dengan tujuan yang berbeda, yakni untuk mencari pengalaman

hingga cukup mumpuni dan terjun langsung ke lapangan guna mempersiapkan diri agar ketika pulang ke Indonesia nantinya ia telah siap dengan segala hal apapun yang terjadi.

- g. Kecenderungan untuk berperilaku positif yang didasari atas rasa menghargai dan kehendak baik

Kecenderungan untuk bertindak positif dan nyata berdasarkan rasa menghargai dan kehendak baik diwujudkan secara konkrit dengan tindakan yang dilakukan yang mana pada seseorang yang memiliki kebersyukuran dalam dirinya akan terlihat pada gambaran perilakunya yang positif, baik kepada dirinya sendiri maupun orang lain. Subjek MKZ menuturkan bahwa kebiasaan positif yang ia lakukan pada dirinya ialah dengan makan makanan yang sehat, rajin berolahraga, disiplin dalam belajar serta menjaga hati dan pikiran dari hal-hal negatif, sedangkan hal positif yang ia lakukan kepada orang lain seperti membantu orang yang kesusahan, berbuat baik kepada orang lain, serta mengingatkan pada hal-hal yang baik yang mana menurutnya ketika ia melakukan hal itu kepada orang lain maka ia terlebih dahulu melakukan kepada dirinya. Kemudian subjek AH mengungkapkan bahwa hal positif yang ia lakukan pada dirinya ialah tidak mudah stress ketika menghadapi suatu permasalahan, sedangkan hal positif yang ia lakukan kepada orang lain ialah dengan berusaha membantu sebisa mungkin dalam hal

apapun apabila ada teman yang memerlukan bantuan. Lebih lanjut hal yang serupa juga diungkapkan oleh subjek RMK dan subjek AD yang mana hal positif yang mereka lakukan kepada orang lain disekitarnya ialah dengan berlaku baik kepada orang lain dan membantunya apabila memerlukan bantuan. Akan tetapi terdapat perbedaan pada hal positif yang dilakukan pada diri sendiri, pada subjek RMK yakni dengan berolahraga, makan makanan yang sehat serta menjaga penampilan diri sebagai bentuk rasa syukur yang dilakukan atas kenikmatan yang diberikan Tuhan kepadanya, sedangkan pada subjek AD hal positif yang seringkali ia lakukan adalah mengatur waktu dengan baik, tidak menunda pekerjaan serta memberi penghargaan kepada diri sendiri setelah menyelesaikan suatu pekerjaan sebagai bentuk dari rasa syukurnya.

h. Apresiasi yang hangat kepada orang lain

Bentuk apresiasi yang hangat untuk orang lain meliputi kasih sayang dan rasa menghargai yang ditujukan pada orang lain yang telah memberikan kebaikan pada dirinya. Subjek MKZ mengungkapkan bahwa bentuk apresiasi yang dilakukan kepada orang lain seperti berterimakasih atas bantuan mereka, mendoakanya, serta mengajaknya untuk makan bareng sebagai bentuk balasan dari kebaikannya. Kemudian hal yang sama diungkapkan oleh subjek AH dan subjek AD bahwa bentuk apresiasi

yang dilakukan kepada orang lain yakni dengan ucapan terimakasih dan memanjatkan doa untuk orang tersebut, karena menurut kedua subjek ucapan terimakasih serta doa yang dipanjatkan sudah cukup berarti untuk membalas kebaikan orang lain. Berbeda dengan yang dilakukan subjek RMK, bentuk apresiasi yang dilakukan subjek RMK ialah dengan memegang erat orang tersebut serta membangun hubungan yang saling memberikan timbal balik positif antara keduanya.

### C. Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dengan mahasiswa muslim perantau yang kuliah di luar negeri, diketahui adanya beberapa hal berikut:

#### 1. Bentuk perilaku *coping*

Perilaku *coping* merupakan usaha yang dilakukan seseorang untuk menetralisasi atau mengurangi stress yang terjadi pada diri individu. Banyak hal yang dapat dilakukan individu untuk dapat mengurangi stress atau tegangan dalam menghadapi problematika kehidupan. Terdapat bentuk *coping* lain yang dilakukan oleh mahasiswa perantau selain dari *coping religious* yakni sebagaimana disebutkan oleh Lazarus bahwa terdapat dua bentuk perilaku *coping*, yakni perilaku yang berorientasi pada permasalahan (*problem focused coping*) dan perilaku yang berorientasi pada emosi (*emotion focus coping*). Dari

hasil wawancara yang dilakukan terlihat bahwa bentuk perilaku *coping* yang dilakukan oleh keempat orang subjek lebih berorientasi pada permasalahan yang sedang dialami atau disebut dengan *problem focus coping*. Hal ini terlihat dari pernyataan keempat subjek ketika berhadapan dengan suatu hal yang memicu munculnya stress maka mereka lebih memilih untuk mengatasi stress dengan mengarahkannya kepada hal-hal yang dapat mengurangi stress tersebut yang mana bertujuan untuk menemukan jalan keluar dari masalah yang sedang dihadapi.

## 2. Penerimaan diri

Penerimaan diri merupakan ungkapan senang dan puas terhadap kenyataan yang ada pada dirinya, yang mana sebagai perwujudan dari rasa puas, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap kemampuan yang ada pada diri serta menyadari akan adanya keterbatasan yang ada pada diri sendiri. Dalam hal ini tiga orang subjek, yakni MKZ, AH dan RMK memiliki penerimaan diri yang baik terhadap dirinya masing-masing, hal ini sebagaimana diketahui hasil skala pendukung yang diberikan yang mana menunjukkan bahwa ketiganya berada pada tingkat kebersyukuran tinggi. Ketika seseorang berada pada tingkat kebersyukuran yang tinggi maka tentu akan membawa hal yang positif terhadap diri, sebagaimana disebutkan ketika subjek bahwa dengan adanya kebersyukuran didalam diri menjadikan mereka lebih menerima dan ikhlas dengan segala hal yang telah diperoleh serta tidak iri dengan pencapaian yang diperoleh orang lain. Dari hal itu juga akan

berdampak pada kepuasan hidup individu dimana ketiga subjek menyatakan bahwa sangat merasa puas dengan hidup yang saat ini dijalani. Akan tetapi hal ini berbeda dengan pernyataan salah satu subjek lainnya yakni subjek AD yang menyebutkan bahwa masih belum merasa puas dengan hidup yang dijalannya karena masih banyak harapan yang ingin ia gapai, akan tetapi terlepas dari hal itu ia tetap bersyukur dengan segala nikmat yang diberikan pada dirinya.

### 3. *Culture shock*

*Culture shock* merupakan suatu permasalahan yang dialami oleh orang-orang yang secara tiba-tiba melakukan perpindahan dari satu tempat ketempat lain, seperti keluar negeri atau keluar menuju tempat yang memiliki banyak perbedaan dengan daerah sebelumnya. Hal ini muncul dari ketidaknyamanan yang dialami oleh individu ketika memasuki lingkungan baru yang mana disebabkan oleh adanya perbedaan dan perubahan antara tempat asal dengan tempat yang dituju. Dalam hal ini tiga orang subjek yakni MKZ, AH dan RMK menyebutkan bahwa ketika pertama kali berada di perantauan mereka mengalami *culture shock* dikarenakan adanya perbedaan antara Indonesia dengan negara yang dituju yang mana kemudian ditambah dengan adanya ekspektasi yang dibayangkan sebelumnya yang ternyata berbeda dengan realita yang terjadi. Berbeda dengan tiga subjek sebelumnya, subjek AD menyebutkan bahwa ia tidak mengalami *culture shock* ketika pertama kali berada di perantauan, hal ini karena subjek AD sudah pernah tinggal sebelumnya pada negara tempat ia merantau dan dari hal ini menjadikan subjek AD memiliki

*setting* dalam otaknya bahwa Indonesia berbeda dengan Jepang, selain itu subjek AD juga tidak memiliki ekpektasi mengenai negara yang dituju sebelumnya hingga ketika ia mengalami banyak perbedaan dan perubahan maka ia menganggapnya sebagai konsekuensi yang harus ia terima.

#### 4. *Qana'ah*

Sifat *qana'ah* diartikan sebagai suatu keadaan dimana seseorang merasa puas atas segala sesuatu yang diberikan Allah kepada dirinya. Berdasarkan wawancara yang dilakukan didapati penuturan tiga orang subjek yang mengatakan bahwa dampak positif yang dirasakan dari kebersyukuran yang dilakukan ialah penerimaan terhadap segala sesuatu yang diberikan oleh Allah dan tidak iri terhadap apa yang didapat oleh orang lain. Hal ini kemudian berpengaruh pada kepuasan hidup yang dialami oleh subjek. Sebagaimana hal tersebut tiga orang subjek yakni MKZ, AH dan RMK menyebutkan bahwa mereka merasa sangat puas dengan kehidupan yang dijalani saat ini meskipun dengan segala suka duka yang dilalui. Hal berbeda di sampaikan oleh subjek AD bahwa ia masih belum merasa puas dengan kehidupan yang dijalani saat ini karena menurutnya masih banyak hal yang harus ia capai untuk mencapai kepuasan itu, akan tetapi subjek AD menyebutkan bahwa ia tetap mensyukuri dengan segala pemberian yang Allah berikan pada dirinya.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, akan tetapi masih memiliki keterbatasan, yaitu:

1. Peneliti masih kekurangan referensi terkait kebersyukuran, baik dari perspektif psikologi barat (McCullough) maupun dari perspektif psikologi Islam (Al-Ghazali).
2. Peneliti merasa tidak terlalu maksimal dalam melakukan wawancara dikarenakan keterbatasan subjek yang berada jauh dari peneliti hingga pertemuan hanya dilakukan melalui media online.
3. Tidak dapat menggunakan metode observasi sebagai teknik pengumpulan data dikarenakan tempat subjek yang jauh dari peneliti
4. Kendala dalam penelitian untuk proses pengambilan data dalam hal mengatur janji dengan subjek karena perbedaan waktu yang cukup berbeda antara Indonesia dengan luar negeri hingga harus menyesuaikan waktu dan kegiatan dari masing-masing subjek.
5. Dikarenakan subjek yang digunakan dalam penelitian ini hanya berjumlah empat orang, maka hasil dari penelitian ini belum bisa untuk di generalisasikan secara umum kepada seluruh mahasiswa muslim asal Indonesia yang berkuliah di luar negeri.