

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Profil Singkat Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Banjarmasin

Nama Sekolah	: SMP Negeri 4 Banjarmasin
Alamat	: Jl. Teluk Tiram No 1 Banjarmasin (Kalimantan Selatan), Kode Pos 70113
Desa / Kecamatan	: Banjarmasin Barat
Kabupaten / Kota	: Banjarmasin
No. Telepon	: (0511) 6740060
Email	: smpn4.banjarmasin@gmail.com
No Statistik Sekolah (NSS)	: 201156003004
No. Pokok Sekolah Nasional (NPSN)	: 30304203
Jenjang Akreditasi	: A (88) 26 Desember 2013
Tahun didirikan	: 1961
Tahun beroperasi	: 1964
Kepemilikan Tanah	: Pemerintah
Status Tanah	: Akte / Sertifikat
Luas Tanah	: 5.946 m ²
Status Bangunan	: Di miliki Pemerintah
Luas seluruh Bangunan	: 4.180 m ²

Di sekolah ini, dengan luas tanah yang sudah disebutkan sebelumnya terdapat tanah seluas 1.766 m² yang digunakan pekarangan dan 240 m² lapangan olahraga. Adapun data penyediaan ruangan adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Data Penyediaan Ruangan Di Smp Negeri 4 Banjarmasin

No.	Uraian	Jumlah	Kondisi
1.	Ruang Kepala Sekolah	1	Rusak Sedang
2.	Ruang Tata Usaha	1	Rusak Sedang
3.	Ruang Kelas	29	14 Rusak Sedang (40%)
4.	Ruang Guru	1	Baik
5.	Ruang Laboratorium IPA	1	Rusak sedang
6.	Ruang Komputer	0	Tidak ada
7.	Ruang Keterampilan	1	Rusak Sedang
8.	Ruang BP/BK	0	Tidak ada
9.	Ruang Osis	0	Tidak ada
10.	WC/Kamar Mandi Siswa	18	Rusak Sedang
11.	WC/Kamar mandi Guru	2	Rusak Sedang
12.	Lapangan Volly	1	Rusak Sedang
13.	Lapangan basket	1	Rusak Sedang
14.	Laboraturium Bahasa	0	Tidak ada
15.	Tempat parkir karyawan	1	Baik
16.	Ruang Perpustakaan	1	Rusak Sedang (35%)
17.	Ruang Pramuka	0	Tidak ada
18.	Ruang UKS / PMR	1	Rusak Sedang (30%)
19.	Ruang Penjaga / Pos Satpam	1	Baik
20.	Ruang Wakil & Staf urusan	-	Tidak ada
21.	Ruang Bahasa	-	Tidak ada
22.	Ruang Olahraga	-	Tidak ada
23.	Ruang Kesenian	-	Tidak ada
24.	Ruang Komite Sekolah	-	Tidak ada
25.	Ruang Sosial	-	Tidak ada
Jumlah		60	

Dari tabel 4.1, diketahui bahwa jumlah ruangan yang ada di SMP Negeri 4 Banjarmasin sebanyak 60 buah, yaitu 1 buah ruang kepala sekolah, 1 buah ruang tata usaha, 29 buah ruang kelas, 1 buah ruang guru, 1 buah ruang Laboratorium IPA, 1 buah ruang keterampilan, 18 buah kamar mandi siswa, 2 buah kamar mandi guru, 1 buah lapangan *volly*, 1 buah lapangan basket, 1 buah tempat parkir karyawan, 1 ruang perpustakaan, 1 buah ruang UKS/PMR dan 1 buah ruang penjaga/Pos Satpam.

Tabel 4. 2 Data Guru Di Smp Negeri 4 Banjarmasin

Jumlah Guru / Staf	SMP Negeri	SMP Swasta	Ket.
Guru Tetap (PNS/Yayasan)	30	-	PNS
Guru Tidak Tetap/Guru Bantu	13	-	Honoror
Laboraturium IPA	-	-	PNS
Pustakawan	1	-	PNS
Staf Tata Usaha	2 / 2	-	PNS/Honoror
Satpam	1	-	Honoror
Jaga Malam	1	-	Honoror
Kebersihan	3	-	Honoror

Dari tabel 4.2, diketahui bahwa SMP Negeri 4 Banjarmasin memiliki 30 Guru Tetap yang berstatus PNS, 13 Guru Bantu/ Guru Tidak Tetap, 1 orang Pustakawan, 2 Staf Tata Usaha yang merupakan PNS dan 2 Staf Tata Usaha yang honoror, 1 orang Satpam, 1 orang petugas jaga malam dan 3 orang petugas kebersihan.

SMP Negeri 4 Banjarmasin memiliki beberapa prestasi dan kegiatan siswa yang pernah dicapai, diantaranya:

1. Juara III, Lomba motivasi belajar mandiri (Lomo Jari)
2. Juara III, Lomba sekolah sehat 2017 Tingkat SMP/MTs
3. Piala Bergilir Smapat Futsal Cup 2017 SMAN 4 Banjarmasin Kalimantan Selatan
4. Best Variasi Formasi III Tingkat SMP Sederajat LKPBB LCBC 2017 Sekalimantan Selatan
5. Best Partisipasi Tingkat SMP Sederajat LKPBB LCBC 2017 Sekalimantan Selatan
6. Juara III, Tingkat SMP Sederajat LKPBB LCBC 2017 Sekalimantan Selatan
7. Best Percussion Kategori SMP BPJC 2017
8. LUG (Lomba Unjuk Gelar)
9. Street Parade Juara II Kategori SMP BPJC 2017
10. Colour Guard Contest Juara II Kategori SMP BPJC 2017
11. Juara III, Semasa Futsal Competition 2017 Tingkat SMP/MTs Sederajat HUT SMAN 1 Banjarmasin Smasa Generation 23 “EKULVALEN”
12. Juara Wira I, LKPBB Sjamsudin Noor Competition Part 1 2017 Tingkat SMP/MTs Sederajat Sekalimantan Selatan dan Terbuka
13. The Best Supporter Terheboh LKPBB Sjamsudin Noor

14. Juara Harapan II LKPBB Identity Of Paskitbra One Nine SMPN 9 Banjarmasin Thn. 2016/2017 Tk. SMP/MTs Sederajat Sekalimantan Selatan
15. Juara Bina I, Identity Of Paskibra One Nine SMPN 9 Banjarmasin Thn. 2016/2017 Tk. SMP/MTs Sederajat Sekalimantan Selatan.¹

Dan sekolah ini telah menanamkan kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* kepada siswanya sejak tahun 2008 sebagai upaya untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan pada siswa.²

2. Visi dan Misi Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Banjarmasin

Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Banjarmasin memiliki visi unggul dalam mutu berdasarkan iman dan takwa serta mengembangkan kepribadian yang kokoh dan membentuk karakter yang kuat serta berwawasan lingkungan. Adapun indikator visi adalah; unggul dalam perolehan Nilai Ujian Akhir Nasional, unggul dalam persaingan peringkat sekolah, unggul dalam prestasi siswa yang diterima pada SMU Negeri, unggul dalam lomba kesenian, unggul dalam lomba olahraga, unggul dalam disiplin, unggul dalam aktivitas keagamaan, dan unggul dalam kegiatan yang berwawasan lingkungan. Misi sekolah ini adalah :

¹Data Bagian Tata Usaha SMP Negeri 4 Banjarmasin

²Hasil wawancara dengan guru PAI di SMP Negeri 4 Banjarmasin

- a. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif dan berkembang secara optimal.
- b. Menumbuhkan semangat keunggulan pada semua warga sekolah.
- c. Mendorong dan membantu setiap siswa untuk mengenali potensi dirinya sehingga dapat dikembangkan lebih optimal.
- d. Menumbuhkan semangat berolahraga, seni dan berkreasi menyelenggarakan pembinaan intensif serta berkesinambungan.
- e. Menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran menjadi sumber kearifan dalam bertindak.
- f. Mewujudkan dan mengupayakan siswa yang bertakwa, berbudi luhur dan penuh disiplin.
- g. Menumbuhkan semangat untuk berwawasan lingkungan.

SMP Negeri 4 Banjarmasin juga memiliki tujuan-tujuan yang ingin dicapai, yaitu:

- a. Memiliki dokumen Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan,
- b. Memiliki tenaga pendidik dan tenaga kependidikan berkualitas S1,
- c. Pembelajaran mampu mengembangkan berbagai kecerdasan siswa,
- d. Memiliki sarana dan prasarana pendidikan yang memadai,
- e. Memperoleh presentase kelulusan 100%,
- f. Terlaksananya manajemen berbasis sekolah dalam pengelolaan sekolah,
- g. Memiliki sumber dana yang mampu mendukung program sekolah,
- h. Penilaian dilaksanakan dengan memperhatikan semua aspek siswa,

- i. Menjadikan sekolah sebagai sumber belajar,
- j. Menimbulkan gairah siswa untuk kreatif dan inovatif,
- k. Warga sekolah memiliki akhlak yang terpuji dan karakter bangsa.³

B. Hasil Uji Instrumen

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data berbentuk kuesioner. Sebelum dilakukannya pengujian instrumen, peneliti lebih dulu menentukan skala penelitian apa yang akan digunakan dan mengajukan skala tersebut kepada dua orang *professional judgement* yang sama-sama ahli di bidang psikologi yaitu Bapak Musfichin, M.A dan Ibu Shanty Komalasari, M. Psi, Psikolog untuk dinilai kesesuaian seluruh item-item pernyataan. Kemudian setelah diperbaiki, akhirnya skala kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* dan *psychological well-being* bisa digunakan. Uji coba instrumen dilakukan dengan cara memberikan *google form* kepada siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Banjarmasin dengan jumlah 67 responden. Tentunya, kelayakan skala yang digunakan dalam penelitian ini juga harus diperkuat dengan beberapa uji, diantaranya adalah:

1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata “*validity*” yang berarti ketepatan atau kecermatan. Pengujian validitas dilakukan untuk memastikan bahwa peneliti benar-benar telah mengukur apa yang hendak diukur dalam

³Data Bagian Tata Usaha SMP Negeri 4 Banjarmasin

penelitian. Uji validitas item merupakan uji instrumen data untuk mengetahui seberapa cermat suatu item dalam mengukur objek yang ingin diukur. Suatu item dapat dikatakan valid jika adanya korelasi signifikan dengan skor totalnya. Pengujian validitas dalam SPSS menggunakan tiga metode analisis yaitu, korelasi pearson, *corrected item total correlation*, dan analisis faktor.⁴ Dalam penelitian ini pengujian validitas dilakukan dengan metode *corrected item total correlation* karena akan dilakukan pemilihan item berdasarkan daya diskriminasi. Pengujian validitas dengan metode ini dilakukan dengan mempertimbangkan adanya validitas tampang dari segi jumlah soal.

Sebagai kriteria pemilihan item berdasarkan korelasi item total, biasanya digunakan batasan berupa koefisien korelasi antara distribusi skor item dengan distribusi skor total skala (r_{IX}) $> 0,30$, dimana semua item yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan. Apabila item yang memiliki koefisien korelasi item total sama dengan atau lebih besar daripada 0,30 jumlahnya melebihi jumlah item yang dispesifikasikan dalam rencana untuk dijadikan skala, maka dapat dipilih item-item yang memiliki indeks daya diskriminasi tertinggi. Dan sebaliknya, apabila jumlah item yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria misalnya

⁴Molli Wahyuni, *Statistik Deskriptif Untuk Penelitian Oleh Data Manual Dan SPSS Versi 25*. 101-102.

menjadi 0,25 sehingga jumlah item yang diinginkan dapat tercapai.⁵ Terdapat 61 item pernyataan yang akan diuji, item ini merupakan bagian dari dua skala, yakni skala kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* sebanyak 22 item dan skala *psychological well-being* sebanyak 39 item. Setelah uji validitas dilaksanakan peneliti mendapatkan hasil sebagai berikut:

a) Skala Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*

Skala kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* dibuat berdasarkan 4 aspek yang tersebar menjadi 22 item pernyataan. Valid tidaknya suatu item akan dilihat dari hasil nilai *corrected item total correlation* pada tabel output *Item-Total Statistics* pada SPSS. Dasar keputusan yang diambil adalah apabila hasil nilai *corrected item total correlation* > 0,30 maka item tersebut dapat dinyatakan valid. Setelah dilakukan pengujian validitas didapatkan hasil bahwa terdapat 2 item yang tidak valid dan 20 item yang valid.

Tabel 4. 3 *Blueprint* Skala Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ Ul-Husnâ*

No .	Aspek	Indikator	Item				Total
			Favorable		Unfavorable		
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
1	Kontinuitas	Melakukan aktifitas membaca Al-Asmâ ul-Husnâ	1,9,19,21	-	2	11*	6

⁵Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018). 86.

No .	Aspek	Indikator	Item				Total
			Favorable		Unfavorable		
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
		secara terus-menerus					
2	Konsistensi	Memiliki jadwal teratur dalam membaca <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i>	3,10	-	4	14*	4
3	Kesungguhan	Melakukan dengan segenap hati dan sungguh-sungguh tidak mempermainkannya <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i> serta membaca <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i> tanpa paksaan orang lain	5,12,17	-	6,15,22	-	6
4	Perencanaan	Membuat target pencapaian dalam membiasakan membaca <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i>	7,13,18,20	-	8,16	-	6
TOTAL			13	-	7	2	22

Keterangan : Nomor yang bertanda (*) dinyatakan tidak valid

Tabel 4.3 menunjukkan informasi item yang valid dan tidak valid. Jumlah soal ikut berpengaruh di dalam pengetesan alat ukur psikologi. Jumlah soal yang sedikit membuat subjek termotivasi untuk mengerjakan alat tes dan merasa tidak terbebani dalam mengerjakan tes. Sedangkan jumlah soal yang banyak membuat subjek kurang termotivasi untuk mengerjakan tes. Alat ukur yang bagus adalah memiliki jumlah soal yang singkat dan padat, dimana jumlah soal relatif tidak sedikit namun dapat mengungkap yang

hendak diungkap.⁶ Dengan pertimbangan ini, maka item yang digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini untuk variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 4 *Blueprint* Skala Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ Ul-Husnâ* Berdasarkan Nilai *Corrected Item Total Correlation* Tertinggi

No.	Aspek	Indikator	Item		Jml
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1	Kontinuitas	Melakukan aktifitas membaca <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i> secara terus-menerus	19,21	2	3
2	Konsistensi	Memiliki jadwal teratur dalam membaca <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i>	3,10	4	3
3	Kesungguhan	Melakukan dengan segenap hati atau sungguh-sungguh tidak mempermainkan-melakukan tanpa paksaan orang lain	12,17	6	3
4	Perencanaan	Membuat target pencapaian terhadap suatu proses	13,20	16	3
Jumlah			8	4	12

Tabel 4.4 menunjukkan informasi item yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 12 item dimana tiap aspek memiliki item yang seimbang yaitu, aspek kontinuitas sebanyak 3 item, aspek konsistensi sebanyak 3 item, aspek kesungguhan 3 item dan aspek perencanaan 3 item. Semua aspek memiliki 2 item *favorable* dan 1 item *unfavorable*.

- b) Skala *psychological well-being* dibuat berdasarkan 4 aspek yang tersebar menjadi 22 item pernyataan. Valid tidaknya suatu item akan

⁶Jelpa Periantalo, *Validitas Alat Ukur Psikologi :Aplikasi Praktis* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015). 45.

dilihat dari hasil nilai *corrected item total correlation* pada tabel output *Item-Total Statistics* pada SPSS. Dasar keputusan yang diambil adalah apabila hasil nilai *corrected item total correlation* > 0,30 maka item tersebut dapat dinyatakan valid. Setelah dilakukan pengujian validitas didapatkan hasil bahwa terdapat 6 item yang tidak valid dan 33 item yang valid.

Tabel 4. 5 *Blueprint Skala Psychological Well-Being*

No.	Aspek	Indikator	Item				Total
			Favorable		Unfavorable		
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
1	Penerimaan diri (self-acceptance)	Bersikap positif dan menerima diri apa adanya	1,36	-	4	37*	4
		Memiliki pandangan positif di masa lalu	3,38	-	2,35	-	4
2	Hubungan positif dengan orang lain (positive relation with others)	Peduli dan berempati terhadap orang lain	5,27	-	6,29	-	4
		Bersikap hangat dan akrab kepada orang lain	7,26	-	8	39*	4
3	Kemandirian/autonomi (autonomy)	Mampu menentukan sikap dan tingkah laku diri sendiri	10,34	-	9	32*	4
4	Penguasaan lingkungan (enviromental mastery)	Mengevaluasi diri sendiri	11,30	-	31	12*	4
		Mampu memanipulasi keadaan sesuai nilai pribadi	14	-	13,33	-	3
		Mampu memilih dan menciptakan	15	-	16	-	2

No.	Aspek	Indikator	Item				Total
			Favorable		Unfavorable		
			Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
		lingkungan yang sesuai dengan diri sendiri					
5	Tujuan hidup (<i>purpose in life</i>)	Memiliki tujuan dan keterarahan dalam hidup	17	-	-	18*	2
		Memiliki arti dalam hidup	19,25	-	21	-	3
6	Perkembangan pribadi (<i>personal growth</i>)	Menyadari potensi dan perasaan untuk berkembang dalam diri	22,24	-	-	20*	3
		Mampu melihat peningkatan tingkah laku dari waktu ke waktu	23	-	12	-	2
TOTAL			20	-	13	6	39

Keterangan : Nomor yang bertanda (*) dinyatakan tidak valid

Tabel 4.5 menunjukkan informasi item yang valid dan tidak valid. Setelah mempertimbangkan jumlah soal yang ideal, maka item yang digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini untuk variabel *psychological well-being* adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 6 Blueprint Skala *Psychological Well-Being* Berdasarkan Nilai *Corrected Item Total Correlation* Tertinggi

No.	Aspek	Indikator	Item		Jml
			Fav	Unfav	
1	Penerimaan diri	Bersikap positif dan menerima diri apa adanya	1	4	2
		Memiliki pandangan positif di masa lalu	3	35	2
2	Hubungan positif dengan orang lain	Peduli dan berempati terhadap orang lain	5	6	2

No.	Aspek	Indikator	Item		Jml
			Fav	Unfav	
		Bersikap hangat dan akrab kepada orang lain	26	8	2
3	Otonomi/ kemandirian	Mampu menentukan sikap dan tingkah laku sendiri	34	9	2
		Mengevaluasi diri sendiri	11	31	2
4	Penguasaan lingkungan	Mampu memanipulasi keadaan sesuai nilai pribadi	33	13	2
		Mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan diri sendiri	15	16	2
5	Tujuan hidup	Memiliki tujuan keterarahan dalam hidup	17	-	1
		Memiliki arti dalam hidup	19	21	2
6	Perkembangan pribadi	Menyadari potensi dan perasaan untuk berkembang dalam diri	22,24	-	2
		Mampu melihat peningkatan tingkah laku dari waktu ke waktu	23	28	2
Jumlah			13	10	23

Tabel 4.6 menunjukkan informasi item yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 23 item dimana tiap aspek memiliki item yang seimbang yaitu, aspek penerimaan diri sebanyak 4 item, hubungan positif dengan orang lain sebanyak 4 item, otonomi dan kemandirian sebanyak 4 item, penguasaan lingkungan sebanyak 4 item, dan perkembangan pribadi sebanyak 4 item. Kecuali untuk aspek tujuan hidup yang hanya 3 item karena menyesuaikan item yang tidak valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan keandalan suatu instrumen, sehingga instrumen tersebut dinyatakan dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat ukur. Instrumen dikatakan reliabel bila dapat digunakan dalam berbagai keadaan dan tidak mempengaruhi arah pilihan jawaban

responden. Uji reliabilitas, pada dasarnya dilakukan manakala penelitian menggunakan data-data yang bersumber dari primer. Dengan kata lain, penelitian yang menggunakan data primer, sebelum melakukan analisis data terlebih dahulu melakukan uji atas kualitas data yang terkumpul yang salah satunya adalah uji reliabilitas. Ada beberapa cara yang berbeda untuk menghitung koefisien reliabilitas. Salah satu yang cukup populer adalah *cronbach's alpha*. Nilai yang dipersyaratkan untuk uji reliabilitas adalah 0,6.⁷ Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka 0 sampai dengan 1,00. Sekalipun bila koefisien reliabilitas semakin mendekati angka 1,00 berarti pengukuran semakin reliabel, namun dalam kenyataan pengukuran psikologi koefisien sempurna yang mencapai angka sama dengan 1,00 belum pernah dijumpai.⁸ Uji reliabilitas ini dilakukan dengan bantuan SPSS, adapun paparan hasil yang didapatkan adalah :

Tabel 4. 7 Hasil Uji Reliabilitas Item Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ Ul-Husnâ* dan *Psychological Well-Being*

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	N of Items
Kebiasaan Membaca <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i>	,818	12
<i>Psychological well-being</i>	,905	23

Tabel 4.7 menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* senilai 0,818 dengan jumlah 12 item. Nilai $0,818 > 0,06$ sehingga dapat diartikan bahwa instrumen variabel Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*

⁷Molli Wahyuni, *Statistik Deskriptif Untuk Penelitian Oleh Data Manual Dan SPSS Versi 25*. 109.

⁸Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*. 112.

reliabel yaitu dapat dipercaya dan digunakan untuk menjadi instrumen pengumpul data dalam penelitian ini. Tabel ini juga menunjukkan bahwa *Cronbach's Alpha* senilai 0,905 dengan jumlah 23 item. Nilai $0,905 > 0,06$ sehingga dapat diartikan bahwa instrumen variabel *psychological well-being* reliabel yaitu dapat dipercaya dan digunakan untuk menjadi instrumen pengumpul data dalam penelitian ini.

C. Hasil Analisis dan Interpretasi Data

1. Uji Asumsi Dasar

Pengujian asumsi dasar pada penelitian ini menggunakan uji asumsi normalitas dan linearitas. Uji asumsi ini merupakan syarat sebelum dilakukannya analisis uji hipotesis yang menggunakan uji regresi linear sederhana karena kedua variabel yang harus mempunyai data yang berdistribusi normal dan memiliki hubungan yang linear agar bisa diketahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi data. Uji normalitas menjadi hal penting karena salah satu syarat pengujian *parametric-test* (uji parametrik) adalah data harus berdistribusi normal. Data yang normal berarti mempunyai sebaran yang normal pula dan dengan demikian data

tersebut dianggap dapat mewakili populasi.⁹ Dalam penelitian ini, uji normalitas menggunakan Sig. Di bagian *Kolmogorov-Smirnov* karena data yang di uji lebih besar daripada 50 (responden lebih dari 50 orang). Adapun dasar pengambilan keputusannya adalah jika angka signifikansi uji *Kolmogorov-Smirnov* Sig. > 0,05 menunjukkan data berdistribusi normal. Sebaliknya jika angka signifikansi uji *Kolmogorov-Smirnov* Sig. < 0,05 menunjukkan data tidak berdistribusi normal.¹⁰ Selanjutnya, tabel dibawah ini menunjukkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan, yaitu:

Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas Variabel Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ Ul-Husnâ* dan *Psychological Well-Being*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		135
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	4,77459371
Most Extreme Differences	Absolute	,067
	Positive	,067
	Negative	-,046
Test Statistic		,067
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

Tabel 4.8 memberikan informasi bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* pada uji ini sebesar 0,200. Berdasarkan pengambilan keputusan jika angka signifikansi uji *Kolmogorov-Smirnov* Sig. > 0,05 menunjukkan data berdistribusi normal. Maka 0,200 > 0,05 dapat disimpulkan bahwa sebaran data penelitian ini berdistribusi normal.

⁹Haryadi Sarjono, Winda Julianita, *SPSS vs LISREL : Sebuah Pengantar, Aplikasi Untuk Riset* (Jakarta: Salemba Empat, 2019). 53.

¹⁰Haryadi Sarjono, Winda Julianita. 64.

Dari hasil ini dapat diartikan bahwa data yang didapat dalam penelitian ini mempunyai sebaran yang normal dan dengan demikian data tersebut dianggap dapat mewakili populasi.

b. Uji Linearitas

Pengujian linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang ada sesuai dengan garis linear atau tidak (apakah hubungan antarvariabel yang hendak dianalisis mengikuti garis lurus atau tidak). Jadi, peningkatan atau penurunan kuantitas di salah satu variabel akan diikuti secara linear oleh peningkatan atau penurunan kuantitas di variabel lainnya.¹¹ Dasar pengambilan keputusan pada uji linearitas adalah; jika Sig. Atau signifikansi pada *Deviation from Linearity* > 0,05 maka hubungan antarvariabel adalah linear. Sebaliknya jika Sig. Atau signifikansi pada *Deviation from Linearity* < 0,05 maka hubungan antarvariabel tidak linear.¹² Selanjutnya, tabel dibawah ini menunjukkan hasil uji linearitas yang telah dilakukan, yaitu:

Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas Variabel Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ Ul-Husnâ* dan *Psychological Well-Being*

			<i>Sum of Squares</i>	<i>Df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
<i>Psychological Wellbeing</i> *Kebiasaan	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	3609,380	18	200,521	9,120	,000
		<i>Linearity</i>	3105,118	1	3105,118	141,225	,000
		<i>Deviation from Linearity</i>	504,262	17	29,662	1,349	,176

¹¹Haryadi Sarjono, Winda Julianita, 74.

¹²Haryadi Sarjono, Winda Julianita, 80.

		<i>Sum of Squares</i>	<i>Df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Membaca Al-Asmâ ul-Husnâ	<i>Within Groups</i>	2550,502	116	21,987		
	Total	6159,881	134			

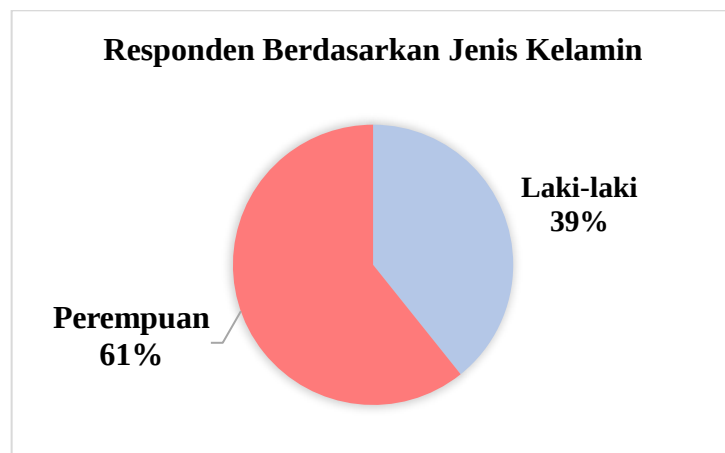
Tabel 4.9 memberikan informasi bahwa nilai signifikansi *Deviation from Linearity* pada uji ini sebesar 0,176. Berdasarkan pengambilan keputusan jika Sig. Atau signifikansi pada *Deviation from Linearity* > 0,05 maka hubungan antarvariabel adalah linear. Maka 0,175 > 0,05 dapat disimpulkan terdapat hubungan linear pada variabel kebiasaan membaca Al-Asmâ ul-Husnâ (X) dan variabel *psychological well-being* (Y). Maka dapat diartikan setiap kenaikan tingkat kebiasaan membaca Al-Asmâ ul-Husnâ akan diikuti secara linear oleh kenaikan tingkat *psychological well-being* pada responden.

2. Gambaran Responden Penelitian

Gambaran responden pada penelitian ini adalah siswa yang bersekolah di SMP Negeri 4 Banjarmasin di kelas 9 yang berjumlah 135 orang. Adapun gambaran karakteristik responden penelitian dijabarkan sebagai berikut:

a. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

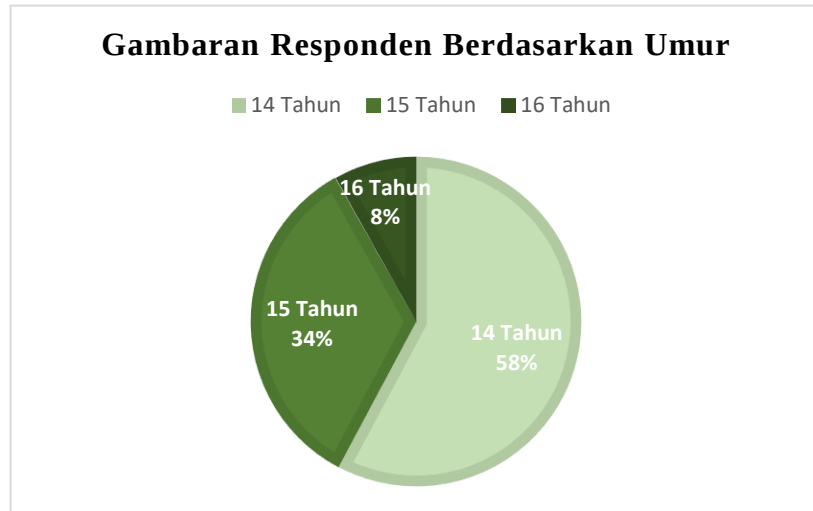
Gambaran responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan informasi bahwa responden penelitian yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 53 orang dengan persentasi sebesar 39% dan berjenis kelamin perempuan berjumlah 82 orang dengan persentasi 61%. Hal ini dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 4. 1 Diagram Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

b. Gambaran Responden Berdasarkan Umur

Gambaran responden berdasarkan umur menunjukkan informasi bahwa responden penelitian yang berumur 14 Tahun berjumlah 78 orang dengan persentasi 58%, umur 15 Tahun berjumlah 46 orang dengan persentasi 34%, dan 11 orang dengan persentasi 8%. Hal ini dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 4. 2 Diagram Responden Berdasarkan Umur

3. Kategorisasi Skala Instrumen

Pengkategorisasian skala instrumen dilakukan dengan tujuan untuk memasukkan individu atau responden ke dalam suatu kelompok menurut tingkatan kontinum sesuai dengan atribut yang akan diukur. Kategorisasi ini dapat dilakukan dengan melihat nilai rata-rata (*mean*) dan satuan standar deviasi populasi.¹³

Tabel 4. 10 Deskriptif Statistik Data Penelitian

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Kebiasaan Membaca <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i>	12	12	48	30	6
<i>Psychological well-being</i>	23	23	92	57,5	11,5

Tabel 4.10 menunjukkan informasi bahwa jumlah item yang digunakan dalam penelitian ini untuk variabel kebiasaan membaca asmaul yaitu

¹³Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*. 47.

sebanyak 12 pernyataan, dengan 12 merupakan skor minimal, 48 skor maksimal, 30 skor rata-rata dan nilai standar deviasi 6. Sedangkan untuk variabel *psychological well-being* jumlah item yang digunakan adalah 23 pernyataan dengan 23 merupakan skor minimal, 92 skor maksimal, 57,5 skor rata-rata dan nilai standar deviasi 11,5. Setelah itu, kategorisasi nilai skala kemudian menggunakan 3 tingkatan yaitu tingkat rendah, tingkat sedang dan tingkat tinggi dengan kriteria sebagai berikut:

Tabel 4. 11 Kriteria Kategorisasi

Tingkat Kategorisasi	Rumus
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X \leq M + 1SD$
Tinggi	$X \geq M + 1SD$

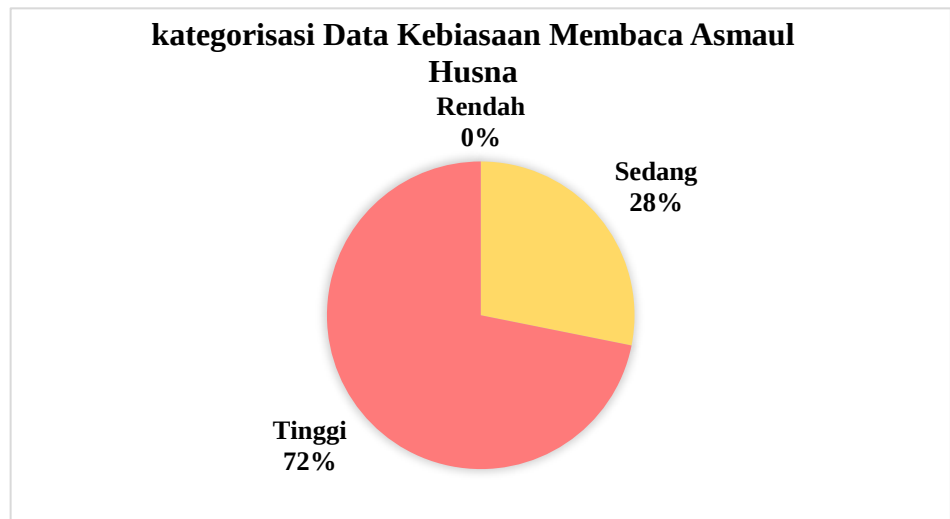
Keterangan : X = Skor Subjek, M = Mean, SD = Standar Deviasi

a. Analisis Data Variabel Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*

1) Analisis Data Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*

Berdasarkan tabel 4.10 yang merupakan perhitungan deskriptif statistik, diketahui skor rata-rata untuk skala variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* adalah 30 dan standar deviasi senilai 6, maka didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada responden lebih banyak mempunyai tingkat kebiasaan tinggi dengan jumlah 97 responden atau dengan persentase 72%, diikuti oleh tingkat sedang sebanyak 38 responden atau dengan persentase 28% dan terakhir tidak terdapat responden dengan kategori kebiasaan membaca *Al-Asmâ*

ul-Husnâ yang rendah. Kategorisasi ini secara umum menunjukkan bahwa responden penelitian memiliki kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang tinggi. Hal ini dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 4. 3 Diagram Kategorisasi Data Kebiasaan Membaca Al-Asmâ Ul-Husnâ

2) Kontribusi Aspek Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*

Selanjutnya untuk mengetahui besaran kontribusi yang diberikan tiap aspek yang digunakan pada variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 12 Nilai Mean Aspek Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ Ul-Husnâ*

Variabel	Aspek	Mean
Kebiasaan Membaca <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i>	Kontinuitas	9,65
	Konsistensi	9,61
	Kesungguhan	10,12
	Perencanaan	9,97

Tabel 4.12 menunjukkan informasi bahwa aspek yang memberikan kontribusi terbesar pada variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* adalah aspek kesungguhan dengan nilai mean sebesar 10,12

kemudian diikuti kontribusi aspek perencanaan dengan nilai mean sebesar 9,97, aspek kontinuitas dengan nilai mean sebesar 9,65 dan aspek konsistensi dengan nilai mean sebesar 9,61. Hal ini dapat diartikan bahwa terbentuknya kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa SMP Negeri 4 Banjarmasin dipengaruhi oleh aspek kesungguhan yaitu siswa menghayati nama Allah yang ada dalam *Al-Asmâ ul-Husnâ* dan menyadari bahwa lewat membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* dapat mendekatkan diri kepada Allah. Sedangkan aspek yang memiliki kontribusi paling sedikit adalah aspek konsistensi yang artinya siswa SMP Negeri 4 Banjarmasin masih menganggap membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* merupakan hal yang menyusahkan.

3) Kontribusi Aspek Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 13 Nilai Mean Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ Ul-Husnâ*
Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Mean	N
1	Laki-Laki	39,45	53
2	Perempuan	39,30	82
	Total	78,75	135

Tabel 4.13 menunjukkan informasi bahwa 53 orang siswa laki-laki memiliki skor rata-rata 39,45 dan 82 orang siswa perempuan dengan skor rata-rata 39,30. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa laki-laki dan perempuan tidak berbeda jauh. Maka dapat disimpulkan bahwa

tidak ada perbedaan dalam tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang dipengaruhi oleh jenis kelamin.

4) Kontribusi Aspek Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*
Berdasarkan Umur

Tabel 4. 14 Nilai Mean Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ Ul-Husnâ*
Berdasarkan Umur

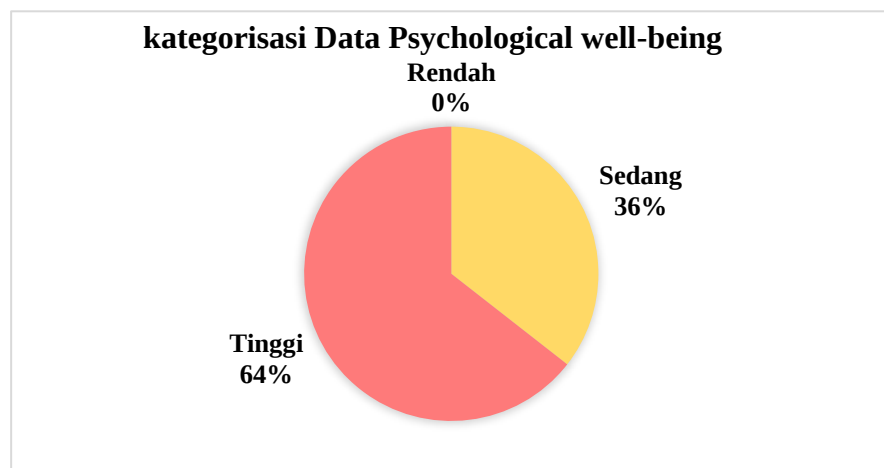
No.	Umur	Mean	N
1	14 Tahun	39,03	78
2	15 Tahun	39,80	46
3	16 Tahun	39,81	11
	Total	117,64	135

Tabel 4.14 menunjukkan informasi bahwa 78 siswa yang berumur 14 tahun memiliki skor rata-rata 39,03, 46 siswa yang berumur 15 tahun memiliki skor rata-rata 39,80 dan 11 siswa yang berumur 16 tahun memiliki skor rata-rata 39,81. Berdasarkan data ini dapat diketahui bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa yang berumur 14 tahun – 16 tahun tidak jauh berbeda. Maka dapat disimpulkan bahwa perbedaan tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* tidak dipengaruhi oleh umur.

b. Analisis Data Variabel *Psychological well-being*

1) Analisis Data *Psychological well-being*

Berdasarkan tabel 4.10 yang merupakan perhitungan deskriptif statistik, diketahui skor rata-rata untuk skala *psychological well-being* sebesar 57,5 dan nilai standar deviasinya sebesar 11,5. Selanjutnya dari kedua nilai ini akan digunakan untuk mengklasifikasikan responden ke dalam kategori rendah, sedang dan tinggi. Hasilnya menunjukkan bahwa dari 135 responden tidak ada responden yang masuk ke dalam ketegori rendah, 48 masuk ke dalam kategori sedang dan 87 kategori tinggi. Jika didasarkan pada tabel presentasi maka dapat dilihat 33% responden berada pada kategori sedang dan 67% berada pada kategori tinggi. Kategorisasi ini secara umum menunjukkan bahwa responden penelitian memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi. Hal ini dapat dilihat dari diagram berikut:



Gambar 4. 4 Kategorisasi Data *Psychological Well-Being*

2) Kontribusi Aspek *Psychological well-being*

Selanjutnya untuk mengetahui besaran kontribusi yang diberikan tiap aspek yang digunakan pada variabel *psychological well-being* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 15 Nilai Mean Aspek *Psychological Well-Being*

Variabel	Aspek	Mean
<i>psychological well-being</i>	Penerimaan Diri	12,35
	Hubungan Positif Dengan Orang Lain	12,53
	Kemandirian (Otonomi)	12,42
	Penguasaan Lingkungan	12,46
	Tujuan Hidup	10,47
	Perkembangan Pribadi	12,68

Tabel 4.15 menunjukkan informasi bahwa aspek yang memberikan kontribusi terbesar pada variabel *psychological well-being* adalah aspek perkembangan pribadi dengan nilai mean sebesar 12,68 kemudian diikuti kontribusi aspek hubungan positif dengan orang lain dengan nilai mean sebesar 12,53, aspek penguasaan lingkungan dengan nilai mean sebesar 12,46, aspek kemandirian (otonomi) dengan nilai mean sebesar 12,42, aspek penerimaan diri dengan nilai mean sebesar 12,35 dan aspek tujuan hidup dengan nilai mean sebesar 10,47. Hal ini dapat diartikan bahwa terbentuknya *psychological well-being* pada siswa SMP Negeri 4 Banjarmasin dipengaruhi oleh aspek perkembangan pribadi. Mayoritas siswa menyadari adanya potensi dan perasaan untuk berkembang dalam dirinya sendiri serta melihat peningkatan tingkah laku dari waktu ke waktu dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan aspek yang

memiliki kontribusi paling sedikit adalah aspek tujuan hidup, sebagian siswa merasa bahwa sekolah setiap hari terasa tidak bermanfaat bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

3) Kontribusi Aspek *Psychological well-being* Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 16 Nilai Mean *Psychological Well-Being* Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Mean	N
1	Laki-Laki	73,11	53
2	Perempuan	73,28	82
	Total	146,39	135

Tabel 4.16 menunjukkan informasi bahwa 53 orang siswa laki-laki memiliki skor rata-rata 73,11 dan 82 orang siswa perempuan dengan skor rata-rata 73,28. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa *psychological well-being* pada siswa perempuan tidak memiliki perbedaan yang signifikan dengan laki-laki. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat *psychological well-being* pada siswa yang dipengaruhi oleh jenis kelamin.

4) Kontribusi Aspek *Psychological well-being* Berdasarkan Umur

Tabel 4. 17 Nilai Mean *Psychological Well-Being* Berdasarkan Umur

No.	Umur	Mean	N
1	14 Tahun	73,11	78
2	15 Tahun	73,08	46
3	16 Tahun	71,18	11
	Total	217,37	135

Tabel 4.17 menunjukkan informasi bahwa 78 siswa yang berumur 14 tahun memiliki skor rata-rata 73,11 dan 46 siswa yang berumur 15 tahun memiliki skor rata-rata 73,08 juga 11 siswa yang berumur 16 tahun memiliki skor rata-rata 71,18. Berdasarkan data ini dapat diketahui bahwa *psychological well-being* pada siswa yang berumur 14 tahun lebih tinggi daripada siswa yang berumur 16 tahun. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin dipengaruhi oleh umur.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi linear sederhana. Analisis regresi adalah suatu analisis yang digunakan untuk mengukur pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Jika pengukuran pengaruh melibatkan satu variabel bebas dan satu variabel terikat, maka dinamakan analisis regresi linear

sederhana.¹⁴ Adapun hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah; H0 yaitu tidak ada pengaruh kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin dan Ha yaitu terdapat pengaruh kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin.

Untuk mendapatkan hasil yang cepat dan tepat, uji hipotesis dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS dengan dasar pengambilan keputusan jika nilai probabilitas Sig. > 0,05 maka H0 diterima (Ha ditolak) yang artinya tidak signifikan. Sebaliknya, jika nilai probabilitas < 0,05 maka Ha diterima (H0 ditolak) yang artinya signifikan.¹⁵ Selanjutnya, hasil uji hipotesis yang dilakukan mendapatkan hasil sebagaimana tabel berikut ini:

Tabel 4. 18 Hasil Uji Hipotesis Berdasarkan Nilai *Coefficients*

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	28,467	3,850		7,395	,000
	Kebiasaan Membaca <i>Al-Asmâ ul-Husnâ</i>	1,131	,097	,710	11,627	,000

¹⁴Haryadi Sarjono, Winda Julianita, *SPSS vs LISREL : Sebuah Pengantar, Aplikasi Untuk Riset*. 91.

¹⁵Haryadi Sarjono, Winda Julianita. 101.

Tabel 4.18 memberikan informasi mengenai nilai persamaan regresi yaitu $Y = 28,467 + 1,131 X$. Artinya jika tidak ada kenaikan nilai variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* maka nilai variabel *psychological well-being* adalah 28,467. Koefisien regresi sebesar 1,131 menyatakan bahwa setiap penambahan (karena bernilai +) satu nilai pada variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* akan memberikan kenaikan skor sebesar 1,131. Dilihat dari nilai Beta menunjukkan besarnya pengaruh kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* sebesar 0,710 terhadap *psychological well-being*. Dan nilai sig. sebesar 0,000 menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan dari kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* terhadap *psychological well-being* karena nilai 0,000 < 0,05. Maka dapat disimpulkan, bahwa ada pengaruh signifikan kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* terhadap *psychological well-being*. Besar pengaruh kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* adalah 0,710 terhadap *psychological well-being* dimana jika tidak ada kenaikan nilai pada variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*, maka nilai variabel *psychological well-being* adalah 28,467. Sedangkan jika terdapat penambahan satu nilai pada variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*, maka akan ada kenaikan skor sebesar 1,131.

Tabel 4. 19 Hasil Uji Hipotesis Berdasarkan Tabel Anova

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3105,118	1	3105,118	135,192	,000 ^b
	Residual	3054,764	133	22,968		
	Total	6159,881	134			

Tabel 4.19 memberikan informasi mengenai pengaruh kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin. Dari tabel ini dapat dilihat bahwa nilai Sig. adalah $0,000 < 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian hal ini menunjukkan bahwa variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* memiliki pengaruh secara signifikan terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin.

Tabel 4. 20 Hasil Analisis Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,710 ^a	,504	,500	4,793

Tabel 4.20 menunjukkan informasi bahwa skor koefisien determinasi (R Square) senilai 0,504, sehingga dapat diartikan bahwa variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* memiliki pengaruh sebesar 50,4% terhadap *psychological well-being* dan 49,6% nya disebabkan oleh variabel lain. Nilai skor R pada tabel ini merupakan nilai koefisien korelasi yang menunjukkan seberapa besar hubungan korelasi diantara kedua variabel dengan menggunakan pedoman interpretasi koefisien korelasi sebagai berikut:

Tabel 4. 21 Pedoman Interpretasi Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,80-1,00	Sangat Kuat
0,60-0,799	Kuat
0,40-0,599	Sedang
0,20-0,399	Rendah

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah

Pada tabel 4.21 sebelumnya menunjukkan informasi bahwa R (koefisien korelasi) bernilai 0,710 yang mana jika dilihat pada tabel 4.25 nilai tersebut berada pada interval 0,60-0,799, sehingga bisa disimpulkan bahwa pengaruh kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin berada pada kategori kuat. Artinya bahwa siswa yang memiliki tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang tinggi juga akan memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi. Dengan ini, dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa, maka semakin tinggi juga *psychological well-being* pada siswa. Begitupun sebaliknya, jika semakin rendah tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa, maka semakin rendah *psychological well-being* pada siswa.

5. Aspek Pembentuk Utama

a. Aspek Pembentuk Kebiasaan Membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*

Pada variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* terdapat 4 aspek utama yang berperan penting di dalamnya, yakni kontinuitas, konsistensi, kesungguhan dan perencanaan. Adapun cara menghitung persentase peran pada tiap aspek adalah dengan

membagi skor total pada tiap aspek dengan skor keseluruhan variabel.

$$\text{Kontinuitas} : \frac{1303}{5314} \times 100\% = 24,5\%$$

$$\text{Konsistensi} : \frac{1297}{5314} \times 100\% = 24,4\%$$

$$\text{Kesungguhan} : \frac{1367}{5314} \times 100\% = 25,7\%$$

$$\text{Perencanaan} : \frac{1347}{5314} \times 100\% = 25,3\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan, aspek kontinuitas berperan 24,5%, konsistensi berperan 24,4%, kesungguhan 25,7%, dan perencanaan 25,3%. Dalam pembentukan kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa SMP Negeri 4 Banjarmasin, aspek kesungguhan dan perencanaan merupakan aspek yang perannya paling tinggi dan aspek kontinuitas dan konsistensi yang memiliki peran paling rendah.

b. Aspek Pembentuk *Psychological well-being*

Pada variabel *psychological well-being*, terdapat 6 aspek utama yang terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian/otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan perkembangan pribadi. Hasil perhitungan aspek pada variabel *psychological well-being* adalah sebagai berikut:

$$\text{Penerimaan diri} : \frac{1668}{9851} \times 100\% = 16,9\%$$

$$\text{Hubungan positif dengan orang lain} : \frac{1692}{9851} \times 100\% = 17,1\%$$

$$\text{Kemandirian/otonomi} : \frac{1678}{9851} \times 100\% = 17\%$$

$$\text{Penguasaan lingkungan} : \frac{1683}{9851} \times 100\% = 17,1\%$$

$$\text{Tujuan hidup} : \frac{1414}{9851} \times 100\% = 14\%$$

$$\text{Perkembangan pribadi} : \frac{1712}{9851} \times 100\% = 17,2\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan, aspek penerimaan diri berperan sebesar 16,9%, aspek hubungan positif dengan orang lain sebesar 17,1%, kemandirian/otonomi sebesar 17%, dan penguasaan lingkungan berperan sebesar 17,1%, kemudian aspek tujuan hidup berperan sebesar 14% dan aspek perkembangan pribadi berperan sebesar 17,2%. Dalam pembentukan *psychological well-being* pada siswa SMP Negeri 4 Banjarmasin, aspek perkembangan pribadi merupakan aspek yang perannya sangat tinggi dan aspek tujuan hidup yang memiliki peran paling rendah.

D. Pembahasan

Menurut hasil survei yang dilakukan oleh Pusat Penelitian Kebijakan yang bekerja sama dengan Ikatan Psikolog Klinis Indonesia terhadap 15.840 siswa yang berusia dari 9-17 tahun berjenjang pendidikan dari Sekolah Dasar (SD) hingga Sekolah Menengah Atas/Kejuruan (SMA dan SMK) yang tersebar di 24 kabupaten/kota di 12 provinsi yaitu Sumatera Utara, Lampung, Jawa Barat, Jawa Timur, Kalimantan Barat, Kalimantan Selatan, Maluku, Nusa Tenggara Barat, Nusa Tenggara Timur, Papua, Sulawesi Selatan dan Sulawesi Tengah menunjukkan bahwa tingkat

kesejahteraan psikologis siswa berdasarkan jenjang pendidikan adalah responden di jenjang SMK memiliki kesejahteraan psikologis yang paling tinggi, kemudian responden jenjang SD, responden jenjang SMA dan tingkat kesejahteraan yang rendah adalah responden di jenjang SMP. Hal ini dapat dipahami karena siswa SMP berada dalam fase puncak perubahan fisik dan hormonal yang sangat cepat sehingga mengakibatkan perubahan emosi yang tidak terduga. Masa remaja ini sering dinamakan sebagai “*storm and stress*” yang seringkali tidak dimengerti orang dewasa disekitarnya sehingga mengakibatkan seringnya konflik antara remaja dan orang tua terutama orang tua dan guru.¹⁶

Untuk meningkatkan *psychological well-being* pada remaja, diperlukan zikir sebagai cara agar individu selalu mengingat Tuhannya. Dengan mengingat Tuhan, individu lebih mampu menghargai hidupnya karena dia paham bahwa Tuhan menciptakan semuanya dengan maksud dan tujuan, memiliki penerimaan diri yang baik karena Allah memerintahkan manusia untuk selalu bersyukur dengan apa yang dimiliki, mampu membangun hubungan positif dengan orang lain karena mengingat bahwa Allah selalu memerintahkan untuk berbuat baik sesama manusia, menjadi lebih mandiri karena melakukan sesuatu tidak bergantung dengan orang lain kecuali hanya perintah Allah, mempunyai penguasaan lingkungan karena

¹⁶Pusat Penelitian Kebijakan, “Mendorong Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Siswa Selama Pandemi Covid-19,” Risalah Kebijakan Nomor 5, Juni 2021, 2021, https://pskp.kemdikbud.go.id/assets_front/images/produk/1-gtk/kebijakan/preview/Risalah_Kebijakan_Puslitjak_No__5,_Juni_2021_Mendorong_Peningkatan_Kesejahteraan_Psikologis.pdf. 5

percaya bahwa setiap urusan pasti ada Allah yang akan membantu orang yang berzikir kepada-Nya dan selanjutnya memiliki tujuan hidup karena hakikatnya manusia diciptakan untuk menyembah Allah SWT.¹⁷

Al-Asmâ ul-Husnâ adalah bacaan zikir dan doa yang sangat baik dan istimewa yang juga merupakan bacaan yang sangat ringan dan mudah dicerna akal budi. Pengamalan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang dilakukan dengan mengulang-ulang dengan tujuan dapat menghayati makna dan merubah perilaku menjadi lebih baik. Hal ini sejalan dengan Baidi Bukhari yang menyatakan bahwa pengamalan zikir *Al-Asmâ ul-Husnâ* ternyata dapat mengantarkan individu mengendalikan agresivitas yang dimiliki.¹⁸ Sebuah perilaku yang dilakukan secara berulang-ulang akan menjadi kebiasaan dalam diri individu, termasuk membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada siswa.

Kebiasaan berasal dari kata biasa, yang mengandung arti pengulangan atau sering melakukan walau dalam waktu yang berbeda dan ditempat yang berbeda pula. Kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan tidak terlepas dari sebuah nilai-nilai atau *values*. Kebiasaan adalah sesuatu yang biasa dikerjakan, tingkah laku yang sering diulang sehingga lama-kelamaan menjadi otomatis dan bersifat menetap.¹⁹ Menanamkan kebiasaan yang baik pada anak sangat penting, seperti salat, puasa, menolong sesama, membantu

¹⁷Livia Safira and Ikhtatul Aulyah, “*Dhikr As An Effort To Improve The Psychological Well-Being Of Adolescent*,” *International Conference on Islamic Guidance and Counseling* 1, no. 1 (December 31, 2018): 35–45.

¹⁸Arofah, “Implementasi Teori Behaviorisme Terhadap Pembiasaan Membaca Asmaul Husna.”

¹⁹Nurfirdaus and Risnawati, “Studi Tentang Pembentukan Kebiasaan Dan Perilaku Sosial Siswa (Studi Kasus Di SDN 1 Windujanten),” 2019. 38.

fakir miskin dan sebagainya. Pembiasaan merupakan metode pendidikan yang sangat penting dalam agama Islam karena bertujuan agar individu dapat melaksanakan ajaran agama secara *istiqomah*.²⁰ Diharapkan jika individu mampu melaksanakan ajaran agama secara *istiqomah*, maka individu tersebut akan semakin bertumbuh kuat keimanannya kepada Allah SWT.

Diantara perbuatan dapat menguatkan dan menumbuhkan keimanan adalah mengetahui *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Sunnah. Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Banjarmasin, membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* merupakan kegiatan yang dilakukan setiap pagi sebelum melaksanakan pembelajaran tatap muka di kelas. Kegiatan ini dimulai dari jam 7.30 pagi sampai dengan selesai di lapangan sekolah. Siswa-siswi dikumpulkan dan berbaris sesuai dengan kelasnya, kemudian akan ada dua orang siswa yang memimpin untuk membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*, sedangkan yang lainnya akan mengikuti. Kegiatan pembiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* ini sudah berlangsung sejak tahun 2008 dengan tujuan untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan siswa-siswi di SMP Negeri 4 Banjarmasin. Dimana di penelitian ini, peneliti mengungkapkan melalui aspek-aspek seperti; kontinuitas yang merupakan adanya kesinambungan siswa dalam membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang tidak hanya disekolah saja, tetapi bisa di mana saja. Selanjutnya adanya konsistensi atau keteraturan

²⁰Lyna Dwi Muya Syaroh and Zeni Murtafiati Mizani, "Membentuk Karakter Religius Dengan Pembiasaan Perilaku Religi Di Sekolah: Studi Di SMA Negeri 3 Ponorogo," *Indonesian Journal of Islamic Education Studies (IJIES)* 3, no. 1 (2020): 69.

terus-menerus siswa dalam membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*. Adanya kesungguhan atau ketulusan dalam membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang dimiliki para siswa termasuk aspek dalam penelitian ini. Dan yang terakhir, adanya perencanaan yang pada dasarnya adalah suatu proses dan cara berpikir yang dapat membantu menciptakan hasil yang diharapkan oleh siswa yang berkaitan dengan kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*.

Adapun untuk menjawab rumusan masalah yang pertama, dalam penelitian ini diketahui bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* setiap responden berbeda-beda. Dari hasil analisis diketahui bahwa tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada kategori sedang sebanyak 38 atau 28% responden yang masuk ke dalam kategori sedang dan 97 atau 72% responden kategori tinggi. Secara umum, dapat dilihat bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin berada pada tingkatan kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pada siswa SMP Negeri 4 Banjarmasin adanya kontinuitas, konsistensi, kesungguhan dan perencanaan dalam kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang dilaksanakan. Berdasarkan teori behaviorisme, kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* merupakan perilaku yang dapat diukur perubahannya. Dimana prosesnya yaitu dengan cara memberikan stimulus atau rangsangan yang kemudian menghasilkan respon berupa perubahan perilaku yang tampak. Seperti halnya ketika awal mula pembiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*, seorang guru pastilah harus memberikan contoh dalam melafalkan *Al-Asmâ ul-Husnâ* baru kemudian siswa

mengikuti secara terus-menerus dan berulang-ulang. Jika proses ini dilakukan secara rutin dan berulang-ulang, maka kelamaan siswa akan menjadi terbiasa.²¹

Hasil analisis tiap aspek menunjukkan bahwa aspek yang memberikan kontribusi terbesar pada variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* adalah aspek kontinuitas yang berperan 24,5%, konsistensi berperan 24,4%, kesungguhan 25,7%, dan perencanaan 25,3%. Dalam pembentukan kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa SMP Negeri 4 Banjarmasin, bisa disimpulkan siswa melakukan pembacaan *Al-Asmâ ul-Husnâ* dengan segenap hati dan sungguh-sungguh tidak mempermainkan *Al-Asmâ ul-Husnâ* serta membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* tanpa paksaan orang lain. Hal ini sesuai dengan Arofah yang menyebutkan bahwa kesungguhan dalam mengamalkan *Al-Asmâ ul-Husnâ* adalah termasuk syarat mutlak diterimanya suatu permohonan, disamping adanya keyakinan dan kesabaran yang penuh, sehingga tidak masalah jika dilakukan walaupun hanya sebentar ditempat yang dirasa tidak memberatkan (umpamanya diwaktu tengah malam yang sunyi, ditempat atau waktu mustajab dan lain sebagainya).²²

Pada proses analisis, peneliti menemukan perbedaan skor rata-rata kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* berdasarkan jenis kelamin dan umur. Hal ini dibuktikan dengan data hasil statistik yang menunjukkan

²¹Arofah, "Implementasi Teori Behaviorisme Terhadap Pembiasaan Membaca Asmaul Husna."

²²Arofah, 182.

bahwa berdasarkan jenis kelamin, yaitu 53 orang siswa laki-laki memiliki skor rata-rata 39,45 dan 82 orang siswa perempuan dengan skor rata-rata 39,30. Berdasarkan pada data ini, diketahui bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa laki-laki tidak jauh berbeda dari pada siswa perempuan, maka dapat disimpulkan bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin. Selanjutnya dilihat dari umur maka dapat diketahui bahwa nilai skor rata-rata 78 siswa yang berumur 14 tahun memiliki skor rata-rata 39,03, 46 siswa yang berumur 15 tahun memiliki skor rata-rata 39,80 dan 11 siswa yang berumur 16 tahun memiliki skor rata-rata 39,81. Berdasarkan data ini dapat diketahui bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa yang berumur 16 Tahun, 15 Tahun dan 14 Tahun tidak memiliki perbedaan, maka dapat disimpulkan kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* tidak dipengaruhi oleh umur.

Selanjutnya, dengan adanya tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* ini berdampak terhadap psikologis siswa sebagaimana Islam mengajarkan manusia untuk berzikir kepada Allah SWT. Dengan melakukan zikir secara khusuk, ikhlas dan penuh pengharapan ridho Allah SWT maka hal tersebut akan membiasakan hati selalu dekat kepada Allah. Zikir memiliki dampak psikologis dalam jiwa seseorang. Karena dengan mengingat Allah SWT maka alam kesadaran manusia akan merasakan kehadiran Allah.²³ Sebagaimana dalam Q.S Ar-Rad/13:28 berikut:

²³Regina Fitaloka Trisakti, "Pengaruh dzikir al-asma al-husna terhadap ketenangan jiwa: Studi Penelitian pada Ibu-ibu Pengajian Pondok Pesantren Al-Ikhlas Assalafiah Al-Islamiyah

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.”

Ayat ini menjelaskan bahwa dengan mengingat Allah (*dzikrullah*) hati menjadi tentram. *Dzikrullah* dapat mencakup makna menyebut keagungan Allah surga atau neraka-Nya, rahmat dan siksa-Nya, atau perintah dan larangan-Nya dan juga wahyu-wahyu-Nya. Zikir mengantarkan kepada ketentraman jiwa apabila dimaksudkan untuk sadar akan kebesaran dan kekuasaan Allah SWT dan bukan sekedar ucapan dengan lidah, tetapi dengan menyebut nama Allah dan mengingatnya. Ketika individu menyadari kekuasaan Allah, menyebut-nyebut nama Allah, mengingat sifat-sifat-Nya yang agung, maka dipastikan akan melahirkan ketenangan dan ketentraman dalam jiwa. Karena ketentraman baru bisa dirasakan bila hati yakin dan percaya bahwa ada sumber yang tidak terkalahkan yang selalu mendampingi dan memenuhi harapan.²⁴ Dengan membiasakan berzikir menyebut nama-nama Allah yang mulia (*Al-Asmâ ul-Husnâ*), apabila dibaca dan dipelajari setiap hari akan mendorong seseorang untuk meningkatkan keimanan dan apabila di hayati akan memotivasi individu untuk berbuat adil, rendah hati, penolong, bermurah hati, pemaaf, penyayang dan penyabar.²⁵

Kp.Bendungan Telur Rt 01/Rw08 Desa Bojong Emas Kec.Solokan Jeruk Kab. Bandung” (diploma, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2017).

²⁴M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*.

²⁵Magfiroh, “Pengaruh Intensitas Membaca Asmaul Husna Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas VII.”

Selanjutnya, ada ayat lain dalam Al-Qur'an yang membahas *Al-Asmâ ul-Husnâ* sebagai *zikir* dalam mengingat Allah dan ganjaran mengamalkannya. Sebagaimana dalam Q.S Al-A'raf/7:180 berikut:

وَلِلَّهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ فَادْعُوهُ بِهَا ۖ وَذَرُوا الَّذِينَ يُلْحِدُونَ فِي أَسْمَائِهِ ۚ سَيُجْزَوْنَ مَا

كَانُوا يَعْمَلُونَ

Artinya : “Allah memiliki nama-nama yang baik (*Al-Asmâ ul-Husnâ*) maka mintalah kepada-Nya dengan menyebut nama-nama itu dan tinggalkanlah orang-orang yang menyalahartikan nama-nama-Nya. Mereka kelak akan mendapat balasan atas apa yang telah mereka kerjakan.”

Berdasarkan pada ayat di atas maka diketahui bahwa Allah memiliki nama-nama yang baik atau disebut dengan *Al-Asmâ ul-Husnâ*. Hal ini sebagaimana yang disebutkan dalam ayat bahwa barangsiapa yang menyebut nama-nama tersebut maka kelak ia akan mendapatkan balasan atas apa yang ia kerjakan. Hal ini ditafsirkan oleh Al-Biqâ'i bahwa ayat ini melanjutkan penjelasan dari ayat sebelumnya. Dalam ayat ini, ditekankan sifat-sifat indah yang disandang oleh Allah sehingga tidak timbul dugaan bahwa siapa yang disesatkan dan akhirnya masuk ke neraka disebabkan oleh sesuatu yang tidak wajar dari Allah swt. Terjerumusny seseorang ke neraka tidak lain adalah karena kelalaiannya dalam mengingat Allah dan keengganan menyeru Allah dengan sifat-sifat-Nya yang indah. Meminta dengan menyebut *Al-Asmâ ul-Husnâ* ialah yakni menyebut salah satu dari *Al-Asmâ ul-Husnâ* serta namai dan gelarilah Allah dengan nama-nama indah itu agar mendapat petunjuk Allah serta meraih kebahagiaan yang

diharapkan. Ayat ini merupakan salah satu ayat dalam Al-Qur'an yang mengajak manusia berdoa/menyeru Allah dengan sifat atau nama-nama yang terbaik (*Al-Asmâ ul-Husnâ*). Berdoa dengan cara ini ialah dengan menyesuaikan kandungan permohonan dengan sifat yang dimiliki Allah. penyebutan sifat-sifat yang sesuai bukan saja dapat mengundang pengabulan doa, tetapi juga akan menimbulkan ketenangan dan optimisme dalam jiwa si pemohon. Karena permohonan muncul dari keyakinan bahwa ia memohon kepada Tuhan Yang Maha Memiliki Segalanya. Dan hendaknya dalam berdoa dengan *Al-Asmâ ul-Husnâ*, individu menyadari dua hal pokok, yaitu kebesaran dan keagungan Allah, kemudian kelemahan diri dan kebutuhan kepada Allah.²⁶ Terciptanya kesejahteraan psikologis tidak lepas dari kepribadian optimis yang dimiliki individu, karena dengan berpikir optimis individu akan lebih percaya diri, nyaman, ekspresif dan memandang dunia lebih positif. Kesejahteraan psikologis individu bisa didapatkan bila ia memiliki optimisme dan semangat yang tinggi dalam mewujudkan masa depan yang lebih baik.²⁷

Psychological well-being merupakan kondisi individu yang mampu menerima dengan tabah berbagai hal yang memicu permasalahan dalam kehidupannya, mampu menjalankan fungsi psikologis positif dengan menggunakan potensi yang ada dalam dirinya agar dapat tercipta kehidupan yang bahagia, aman, sejahtera dan damai. Kesejahteraan psikologis

²⁶M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan Dan Keserasian Al-Qur'an*, 2002. 315-318.

²⁷Abang Harpan, "Peran Religiositas Dan Optimisme Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja," *EMPATHY: Jurnal Fakultas Psikologi* 3, no. 1 (2015): 12.

merupakan keadaan subjektif yang baik yang digambarkan sebagai kondisi dari fungsi emosi yang positif dan merupakan manifestasi dari kesehatan mental. Kesejahteraan psikologis juga menggambarkan kesehatan individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif sebagai bentuk dari kebahagiaan dan tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh manusia, dimana individu mampu menerima diri, berhubungan baik dengan orang lain, mandiri, mampu mengontrol lingkungan eksternal, memiliki tujuan hidup dan mampu merealisasikan dirinya secara optimal dan berkelanjutan.²⁸

Untuk mengukur *psychological well-being*, peneliti mengacu kepada aspek; penerimaan diri yang merupakan aspek pokok dalam berfungsi optimal, aktualisasi diri dan kematangan. Baiknya penerimaan diri terprediksi lewat kapabilitas menerima pribadi apa adanya dan kehidupan masa lalunya dengan penuh keikhlasan. Hal ini membuat seseorang memandang positif diri sendiri dan kehidupan yang dijalannya. Kemudian adanya hubungan positif dengan orang lain dimana terjalinnya hubungan saling percaya yang hangat kepada orang lain sangat penting dilakukan karena hal ini mensyaratkan adanya kemampuan untuk menyayangi orang lain sebagai salah satu komponen utama kesehatan mental. Selanjutnya kemandirian yang merupakan kemampuan mengatur perilaku dan menentukan sesuai diri sendiri. Berpikir dan berperilaku menggunakan cara tertentu yang disebut penolakan terhadap tekanan sosial, serta dapat mengintropeksi diri sendiri bersumber standar pribadinya sendiri. Adanya

²⁸Purnomosidi et al., *Buku Referensi Kesejahteraan Psikologis Dengan Sholat Dhuha*. 3-4.

penguasaan lingkungan menjadi salah satu aspek berikutnya, yaitu bagaimana seseorang bisa memanipulasi kondisi untuk menyesuaikan kebutuhan dan sejumlah nilai pribadi yang dianutnya serta kreatif dalam melakukan berbagai hal baik melalui aktivitas fisik maupun mental. Kemudian tujuan hidup yang merupakan bagaimana individu berusaha sampai kepada tujuan atau arti hidup. Seseorang yang memiliki makna dan hidupnya terarah tentunya mempunyai perasaan bahwa kehidupan baik sekarang maupun masa lampau begitu bermakna, percaya diri untuk mencapai tujuan hidup dan menargetkan cita-cita yang bakal diraih dalam hidup, dari itu bisa dianggap orang tersebut mempunyai tujuan hidup yang baik. Dan yang terakhir adanya perkembangan pribadi, dimana individu mampu untuk berkembang dengan menggunakan potensi yang ada pada diri serta berkembang menjadi seorang manusia. Fungsi psikologis seseorang akan berjalan dengan baik jika individu/kelompok tersebut memiliki visi untuk berkembang di masa akan datang.²⁹

Berdasarkan hasil untuk menjawab rumusan masalah yang kedua, diketahui bahwa *psychological well-being* pada siswa berbeda, yakni terdapat 48 atau 33% masuk ke dalam kategori sedang dan 87 atau 67% masuk kategori tinggi. Dari hasil analisis ini dapat dilihat bahwa secara umum tingkat *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa

²⁹Najib Amrullah, "Pengembangan Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis Dan Kompetensi Interpersonal Guru Pai," *Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin*, 2021.

mayoritas siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin memiliki keadaan psikologis yang berfungsi secara positif dengan adanya kemampuan untuk menerima diri sendiri secara positif, memiliki kemandirian dan hubungan positif dengan orang lain, adanya kemampuan penguasaan lingkungan, memiliki tujuan hidup dan memiliki visi untuk perkembangan pribadi.

Hasil analisis menunjukkan bahwa aspek yang memberikan kontribusi terbesar pada variabel *psychological well-being* adalah aspek perkembangan pribadi yaitu sebesar 17,2%. Diikuti dengan kontribusi aspek hubungan positif dengan orang lain dan penguasaan lingkungan sebesar 17,1% masing-masing, kontribusi aspek kemandirian sebesar 17% dan yang terakhir kontribusi aspek tujuan hidup sebesar 14%. Dalam pembentukan *psychological well-being* pada siswa SMP Negeri 4 Banjarmasin aspek perkembangan pribadi memiliki kontribusi yang paling tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa siswa menyadari potensi dan perasaan untuk berkembang dalam diri dengan adanya perasaan dapat berkembang di masa mendatang juga bahwa hidup adalah suatu proses untuk terus belajar dan meningkatkan keimanan dan mampu melihat peningkatan tingkah laku dari waktu ke waktu dengan cara berusaha menjadi pribadi yang lebih baik dari hari kemaren terutama dalam hal beribadah juga bahwa hidup ini bukan hanya menjalani takdir dari Allah SWT. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Bojawnoska bahwa nilai *self transcendence* berhubungan dengan perkembangan pribadi dan hubungan positif dengan orang lain, dimana tampaknya nilai ini mengungkapkan sikap toleransi, ekologi dan kebajikan

yang biasanya dikaitkan dengan kesejahteraan yang lebih baik dan mengungkapkan keseimbangan antara diri sendiri dan orang lain.³⁰

Menurut Ryff, dimensi perkembangan pribadi kemungkinan yang paling dekat dengan gagasan *eudaimonia* oleh Aristoteles yang menjadi konsep awal *psychological well-being*.³¹ Karakteristik individu yang menunjukkan adanya pertumbuhan pribadi ialah memiliki perasaan berkembang yang berkelanjutan, melihat diri sebagai pribadi yang tumbuh dan berkembang, terbuka untuk pengalaman baru, menyadari potensinya, mampu melihat peningkatan dalam diri dan perilaku dari waktu ke waktu dan berubah dengan cara yang mencerminkan lebih banyak efektivitas dan pengetahuan diri sendiri. Sebaliknya, individu yang merasakan tidak adanya pertumbuhan pribadi akan menunjukkan perasaan stagnansi pribadi, tidak memiliki rasa perbaikan atau perkembangan dari waktu ke waktu, merasa bosan dan tidak tertarik dengan kehidupan serta merasa tidak mampu mengembangkan sikap atau perilaku baru.³²

Psychological well-being dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah; usia yang mana Menurut Ryff & Singer terdapat perbedaan *psychological well-being* pada dewasa muda, dewasa madya dan dewasa lanjut. Hal ini dikarenakan adanya pola peningkatan pada dimensi

³⁰Agnieszka Bojanowska and Konrad Piotrowski, "Values and Psychological well-being among Adolescents—Are Some Values 'Healthier' than Others?," *European Journal of Developmental Psychology* 16, no. 4 (2019): 411.

³¹Ryff, C, "Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological well-being,". 1071.

³²Ryff, C, "Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological well-being,". 1072.

penguasaan lingkungan dan kemandirian dari tahap dewasa muda ke dewasa madya. Dan terjadi penurunan pada dimensi pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup yang khususnya terjadi pada tengah baya ke dewasa lanjut. Yang kedua adalah jenis kelamin, dimana wanita cenderung lebih memiliki *psychological well-being* dibandingkan laki-laki. Hal ini dikaitkan dengan pola pikir yang berpengaruh terhadap strategi koping yang dilakukan serta aktivitas sosial yang dilakukan. Wanita dianggap lebih mampu mengekspresikan emosi dengan curhat dan lebih senang menjalin relasi sosial dibanding laki-laki. Yang ketiga adalah status ekonomi sosial, yang menurut Ryff & Singer bahwa gambaran *psychological well-being* yang lebih baik terdapat pada mereka yang mempunyai pendidikan lebih tinggi dikarenakan adanya dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Yang keempat adalah dukungan sosial, yang dianggap dapat membantu perkembangan pribadi yang lebih positif maupun memberi dukungan pada individu dalam menghadapi masalah hidup sehari-hari. Ryff mengatakan bahwa pada dimensi/aspek *psychological well-being*, wanita memiliki skor lebih tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dibanding pria. Pada individu dewasa, semakin tinggi tingkat interaksi sosial maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being*nya dan sebaliknya. Selanjutnya ada kompetensi pribadi, dimana kemampuan atau skill pribadi yang dapat digunakan sehari-hari (termasuk kompetensi kognitif) juga dapat mempengaruhi *psychological well-being* individu. Dan yang terakhir, religiusitas mampu mempengaruhi *psychological well-being* karena

individu yang memiliki tingkat religiositas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidup menjadi lebih bermakna, terhindar dari stres dan depresi.³³

Dalam proses analisis, peneliti menemukan perbedaan skor rata-rata kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin dan umur. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, skor rata-rata siswa laki-laki sebesar 73,11 sedangkan skor rata-rata siswa perempuan sebesar 73,28. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin tidak memiliki perbedaan yang signifikan sejalan dengan penelitian yang dilakukan Supriyadi pada tahun 2020 yang menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan *psychological well-being* remaja di SMP Negeri 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta dengan hasil tabulasi silang yang menunjukkan bahwa pada siswa berjenis kelamin perempuan terdapat 40% responden dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi dan 60% responden dengan kesejahteraan psikologis yang rendah. Sedangkan pada siswa yang berjenis kelamin laki-laki terdapat 63% responden dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi dan 37% responden dengan kesejahteraan psikologis yang rendah.³⁴ Hasil temuan ini merupakan hal yang bertentangan dengan yang dikemukakan Ryff & Singer, kemungkinan disebabkan oleh ruang lingkup yang berada pada tingkatan

³³Tristiadi Ardi Ardani, Istiqomah, *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*. 47-48.

³⁴Supriyadi Supriyadi, I Made Moh. Yanuar Saifudin, And Burhanuddin Hartono, "Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan *Psychological well-being* Remaja Smp Negeri 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta," *Jurnal Perawat Indonesia* 4, No. 3 (December 25, 2020): 437, <https://doi.org/10.32584/jpi.v4i3.635>. 439-440.

yang sama yaitu siswa. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Sugiyono tahun 2019 bahwa tidak ada perbedaan *psychological well-being* pada siswa laki-laki maupun perempuan karena *psychological well-being* bersifat universal pada laki-laki maupun perempuan. Pengaruh faktor jenis kelamin ini dapat mengalami perbedaan jika diterapkan pada situasi dan kondisi yang berbeda seperti, situasi rumah tangga.³⁵

Jika dilihat berdasarkan umur, skor rata-rata siswa berumur 14 tahun sebesar 73,11, berumur 15 tahun memiliki skor rata-rata sebesar 73,08 dan berumur 16 tahun memiliki skor rata-rata 71,18. Berdasarkan data ini dapat diketahui bahwa *psychological well-being* pada siswa yang berumur 14 tahun lebih tinggi daripada siswa yang berumur 16 tahun. Temuan ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan Supriyadi pada tahun 2020 yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara umur dengan *psychological well-being* pada remaja di SMP Negeri 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta. Data menunjukkan bahwa 33 responden yang berusia 13 tahun terdapat 7 orang (21%) yang memiliki *psychological well-being* tinggi dan 26 orang (79%) rendah. Kemudian responden yang berusia 14 tahun memiliki *psychological well-being* kategori tinggi sebanyak 20 orang (80%) dan 5 orang (20%) rendah. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan *psychological well-being* pada umur yang semakin dewasa.³⁶

³⁵Sugiyo Sugiyo et al., "Profil *Psychological well-being* Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 12 Semarang Tahun Pelajaran 2018/2019," in *Proceeding of International Conference on Islamic Education (ICIED)*, vol. 4, 2019, 119.

³⁶Supriyadi, Saifudin, And Hartono, "Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan *Psychological well-being* Remaja Smp Negeri 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta." 440.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan dan untuk menjawab rumusan masalah ketiga, dapat diketahui bahwa H_0 ditolak dan H_a yang diajukan diterima. Pengambilan kesimpulan ini berdasarkan nilai signifikansi variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* sebesar 0,000 yang lebih rendah dari 0,05 sehingga dapat artikan bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin. Hasil penelitian ini merupakan temuan baru karena belum ada yang meneliti pengaruh kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* dengan *psychological well-being* pada fase remaja di sekolah. Namun, dari hasil penelitian yang serupa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* ini sebenarnya juga memberikan kontribusi terhadap beberapa aspek psikologis lainnya, antara lain dapat ditemukan dalam penelitian Lili Khorunnisa yang mana dalam penelitiannya menyebutkan bahwa ternyata kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* memberikan pengaruh terhadap kecerdasan emosi pada siswa MA Nurul Ummah Yogyakarta³⁷. Hal ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan Isnani Wijayanti yang mana dalam penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* dengan kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Yasmina Ambarawa.³⁸ Begitu juga dalam penelitian yang dilakukan Iman Fadhilah yang

³⁷Khoirunnisa, "Hubungan Antara Kebiasaan Membaca Asmaul Husna Dengan Kecerdasan Emosional Siswa Kelas XI MA Nurul Ummah Yogyakarta."

³⁸Isnani Wijayanti, "Korelasi Antara Pembiasaan Membaca Asmaul Husna Dengan Kecerdasan Emosional Siswa Kelas XI SMA Yasmina Ambarawa," *GUAU: Jurnal Pendidikan Profesi Guru Agama Islam* 2, no. 1 (June 13, 2022): 267–76.

mengatakan bahwa ternyata kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* memiliki hubungan dengan kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional pada santri yayasan At-Taqwa Meteseh Tembalang Semarang.³⁹

Secara lebih luas jika kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* adalah wujud dari internalisasi religiositas yang berupa *zikir* dalam mengingat nama-nama Allah. Maka hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Amna, bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara tingkat religius dengan tingkat kesejahteraan psikologis pada siswa SMK Muhammadiyah 2 Malang. Berdasarkan nilai koefisien korelasi diketahui ada hubungan positif dimana semakin tinggi religiositas maka tingkat kesejahteraan psikologis akan meningkat.⁴⁰ Pembiasaan *zikir Al-Asmâ ul-Husnâ* juga memiliki pengaruh positif terhadap kontrol diri siswa dimana semakin tinggi intensitas *zikir Al-Asmâ ul-Husnâ* maka semakin baik kontrol diri yang dimiliki siswa tersebut.⁴¹ Santri yang mengamalkan *zikir Al-Asmâ ul-Husnâ* terbukti lebih tenang dan konsentrasi dalam belajar sehingga berpengaruh kepada prestasi belajarnya.⁴² Kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* juga memiliki hubungan positif dengan kecerdasan spiritual siswa yang mana semakin tinggi tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-*

³⁹Iman Fadhillah and Muhammad Burhanuddin, "Pengaruh Intensitas Membaca Asmaul Husna Terhadap Kecerdasan Spiritual Dan Kecerdasan Emosional Santri Yayasan At Taqwa Meteseh Tembalang Semarang," *Jurnal Progress* 10, no. 1 (2022): 483095.

⁴⁰Bunayya Nur Amna, "Hubungan tingkat religiositas dengan kesejahteraan psikologis siswa SMK Muhammadiyah 2 Malang" (*undergraduate*, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2015), https://doi.org/10/08410008_Daftar_Pustaka.pdf.

⁴¹Syaefudin, "Pembentukan Kontrol Diri Siswa Dengan Pembiasaan Dzikir Asmaul Husna Dan Sholat Berjamaah."

⁴²Lailah, "Pengaruh Zikir Asmaul Husna Dengan Relaksasi Terhadap Prestasi Belajar Santri Kelas Tarjim TPQ-Madin Fathur Rohman Kureksari Waru Sidoarjo."

Husnâ pada siswa maka semakin tinggi pula kecerdasan spiritual pada siswa dan sebaliknya semakin rendah tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* maka semakin rendah pula tingkat kecerdasan spiritual pada siswa.⁴³ Selanjutnya, berdasarkan nilai besaran koefisien determinasi menunjukkan bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* memberikan kontribusi sebanyak 50,4% terhadap *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin dan 49,6% nya disebabkan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dengan demikian berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* memberikan pengaruh terhadap *psychological well-being* pada siswa. Terbentuknya *psychological well-being* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin dipengaruhi oleh aspek perkembangan pribadi (*personal growth*) yaitu sebesar 17,1%, dimana dapat disimpulkan secara umum bahwa siswa memiliki kemampuan untuk berkembang dengan menggunakan potensi yang ada pada diri di masa yang akan datang melalui perasaan untuk berkembang dan menyadari potensi dalam diri serta mampu melihat peningkatan tingkah laku dari waktu ke waktu. Sedangkan terbentuknya kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada siswa di SMP Negeri 4 Banjarmasin dipengaruhi oleh adanya aspek kesungguhan yang memberikan kontribusi terbesar yaitu 25,7% dimana siswa secara umum

⁴³Magfiroh, "Pengaruh Intensitas Membaca Asmaul Husna Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas VII."

membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* dengan segenap hati atau bersungguh-sungguh tidak mempermainkan *Al-Asmâ ul-Husnâ* dan melakukan tanpa paksaan orang lain. Hasil penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* terhadap *psychological well-being* yang signifikan sebesar 50,4% menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* maka *psychological well-being* pada siswa akan semakin tinggi juga. Hal ini bisa dilihat dari perspektif behaviorisme yang menyatakan bahwa tingkah laku manusia secara keseluruhan dapat dipandang sebagai deretan tingkah laku yang terdiri dari unit tingkah laku yang merupakan reaksi dari stimulus sebelumnya dan kemudian menjadi stimulus yang juga dapat menimbulkan respon bagi unit tingkah laku berikutnya dan seterusnya. Pada proses kebiasaan ini, umumnya terjadi proses asosiasi antarunit tingkah laku yang berurutan. Dalam hal ini, kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* awalnya merupakan respon dari adanya contoh membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang diberikan oleh guru (stimulus), kemudian kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* menjadi stimulus yang kemudian menghasilkan respon *psychological well-being* pada siswa. Maka dari itu, jika kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* ditingkatkan akan meningkatkan pula *psychological well-being* pada siswa. *Al-Asmâ ul-Husnâ* merupakan salah satu bentuk zikir yang dapat dilakukan dalam berbagai cara seperti membaca secara keseluruhan atau hanya dengan membaca salah satu dari 99 nama sesuai hajat yang ingin dicapai. Melafalkan serta menghayati *Al-Asmâ ul-Husnâ* dengan izin Allah akan

mendapatkan hati yang tenang dan mantap, iman bertambah kuat yang diikuti amal shaleh, hidup menjadi semakin bersemangat, hilang rasa gelisah, susah, stres dan putus asa, serta meningkatkan semangat untuk belajar.⁴⁴ Berzikir dengan *Al-Asmâ ul-Husnâ* sebagai perwujudan dari keimanan dan cinta kepada Allah SWT besar sekali faedah dan hikmahnya, diantaranya adalah membangkitkan kesadaran bahwa Allah adalah maha pengatur dan apa yang telah ditetapkan oleh Allah semuanya baik. Kemudian membangkitkan mutu perilaku karena Allah tidak menilai dari lahirnya saja, tetapi menilai dari segi niat dan keikhlasannya. Manfaat lain adalah memelihara diri dari godaan syaitan dan memelihara diri dari perbuatan-perbuatan yang menimbulkan kemaksiatan karena apabila orang selalu ingat kepada Allah tidak akan berbuat sesuatu yang dilarang Allah.⁴⁵

E. Temuan Penelitian

Dalam penelitian ini, ada beberapa temuan penelitian yaitu:

1. Adanya kontribusi aspek dilihat dari nilai mean yang berdasarkan jenis kelamin dan umur pada variabel kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ*, menunjukkan bahwa kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* pada laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan karena hasil menunjukkan 53 orang siswa laki-laki memiliki skor rata-rata 39,45

⁴⁴Khoirunnisa, "Hubungan Antara Kebiasaan Membaca Asmaul Husna Dengan Kecerdasan Emosional Siswa Kelas XI MA Nurul Ummah Yogyakarta." 64.

⁴⁵Syaefudin, "Pembentukan Kontrol Diri Siswa Dengan Pembiasaan Dzikir Asmaul Husna Dan Sholat Berjamaah." 85.

dan 82 orang siswa perempuan dengan skor rata-rata 39,30. Sedangkan berdasarkan umur, diketahui 78 siswa yang berumur 14 tahun memiliki skor rata-rata 39,03, 46 siswa yang berumur 15 tahun memiliki skor rata-rata 39,80 dan 11 siswa yang berumur 16 tahun memiliki skor rata-rata 39,81. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* berdasarkan umur.

2. Adanya kontribusi aspek dilihat dari nilai mean yang berdasarkan jenis kelamin dan umur pada variabel *psychological well-being*, menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada laki-laki dan perempuan tidak ada perbedaan karena hasil menunjukkan 53 orang siswa laki-laki memiliki skor rata-rata 73,11 dan 82 orang siswa perempuan dengan skor rata-rata 73,28. Sedangkan berdasarkan umur, diketahui 78 siswa yang berumur 14 tahun memiliki skor rata-rata 73,11 dan 46 siswa yang berumur 15 tahun memiliki skor rata-rata 73,08 juga 11 siswa yang berumur 16 tahun memiliki skor rata-rata 71,18. Hal ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada siswa yang berumur 14 tahun lebih tinggi daripada siswa yang berumur 16 tahun, ada penurunan tingkat kesejahteraan pada jenjang umur yang lebih tinggi.

F. Keterbatasan Penelitian

Mengenai keterbatasan pada penelitian yang sudah dilakukan dengan maksimal serta mengikuti prosedur ilmiah, yaitu:

1. Penelitian ini hanya dilakukan di satu sekolah dengan jumlah responden yang belum sesuai dengan rumus isaac dan michael dengan taraf signifikan 1%,5% ataupun dikarenakan pengambilan data dilakukan dengan kuesioner melalui *google form*. Jadi, rumus pengambilan sampel menggunakan taraf signifikan 10%.
2. Penelitian dilakukan setelah kebiasaan membaca *Al-Asmâ ul-Husnâ* yang ada disekolah sempat dihentikan karena adanya kebijakan sekolah daring dikarenakan adanya pandemi Covid-19. Dan pengambilan data yang dilakukan melalui *google form* bisa mempengaruhi hasil karena ada kemungkinan terjadinya *faking good* dalam pengisian skala penelitian.