

## HUBUNGAN RELIGIUSITAS DAN SHADAQAH TERHADAP KEBAHAGIAAN MAHASISWA UMS

Fauzan Rustham Syariffudin\*, Nisa Rachman Nur Aganti

*Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia*

### ABSTRAK

Kebahagiaan merupakan keinginan semua orang, termasuk mahasiswa. Akan tetapi beban akademik dan kehidupannya sebagai mahasiswa, kadang menimbulkan tekanan pada psikologis mahasiswa yang menyebabkan mereka memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah, hal ini dapat menyebabkan prestasi belajarnya semakin menurun. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan praktik sadaqah dengan tingkat kebahagiaan mahasiswa UMS. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dan teknik pengambilan sampel menggunakan proporsional random sampling. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 146 mahasiswa dari organisasi keagamaan. Hasil penelitian ini menemukan bahwa religiusitas dan sedekah memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan kebahagiaan mahasiswa, dengan sumbangan efektif sebesar 15%. Variabel religiusitas mempunyai hubungan yang positif dan sangat signifikan dengan kebahagiaan dengan sumbangan efektif 5,6%. Kemudian variabel sedekah memiliki hubungan yang positif dan sangat signifikan dengan sumbangan efektif sebesar 9,4%. Pada penelitian ini variabel sedekah memiliki kontribusi yang lebih besar dibandingkan dengan variabel religiusitas dalam mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa.

**Kata Kunci :** Kebahagiaan, Religiusitas, Sedekah

### ABSTRACT

Happiness is everyone's desire, including students. However, the burden of the academy and life as a student sometimes causes psychological pressure on students, which causes them to have a low level of happiness and can cause their learning achievement to decline further. This research aims to determine the relationship between religiosity, the practice of sadaqah, and UMS students' happiness levels. This research method uses a correlational quantitative approach. The data collection instrument uses a questionnaire, and the sampling technique uses proportional random sampling. The number of samples in this study was 146 students from religious organizations. This study found that religiosity and almsgiving had a significant relationship with student happiness, with a practical contribution of 15%. The religiosity variable has a positive and significant relationship with happiness, with a practical contribution of 5.6%. Then, the alms variable has a positive and significant relationship with a practical contribution of 9.4%. In this study, the alms variable had a more significant contribution than the religiosity variable in influencing student happiness.

**Keywords :** Happiness, Religiosity, Alms

@ 2024 SCHEMA – Journal of Psychological Research. All right reserved.

## A. Pendahuluan

Kebahagiaan merupakan keinginan semua orang, termasuk mahasiswa. Akan tetapi beban akademi dan kehidupannya sebagai mahasiswa, kadang menimbulkan tekanan pada psikologis mahasiswa yang menyebabkan mereka memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah, hal ini dapat menyebabkan prestasi belajarnya semakin menurun (Alshehri et al., 2016). Menurut Asosiasi Psikologi Amerika (2014), kebahagiaan didefinisikan sebagai emosi kegembiraan, kegembiraan, kepuasan dan kesejahteraan. Kebahagiaan telah didefinisikan dan dikonseptualisasikan dalam berbagai macam cara yang berbeda, secara lintas waktu dan budaya. Beberapa di antaranya tema yang berulang dari definisi yang berbeda ini mencakup rasa lega, ceria, senang dan puas, rezeki baik dan kehidupan yang tenteram (Zheng 2023).

Penelitian terhadap kebahagiaan mahasiswa sebagian besar dikaitkan dengan faktor prestasi akademik, olahraga, keterlibatan di organisasi, pendapatan, kecerdasan emosional (Alshehri et al., 2016). Kemudian Budiono (2022) meneliti perbedaan tingkat kebahagiaan mahasiswa mahasiswa program sarjana dan mahasiswa program profesi, hasilnya menemukan tidak ada perbedaan tingkat kebahagiaan diantara mahasiswa tersebut. Anabella (2022) menemukan pengaruh kebersyukuran terhadap kebahagiaan mahasiswa muslim pasca COVID-19. Pada penelitian Azzahro et al. (2023) ditemukan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kebahagiaan dengan kecenderungan perilaku bersedekah.

Mafaza et al. (2021) menemukan hubungan positif yang sangat signifikan antara kebahagiaan dengan optimisme dan student engagement pada mahasiswa. Sedangkan Prafitralia (2023) meneliti faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada generasi Z, hasilnya menunjukkan bahwa faktor-faktor yang bisa mendatangkan kebahagiaan bagi mahasiswa Generasi Z meliputi keinginan yang tercapai/ sesuai ekspektasi, berkumpul dengan orang-orang yang disayangi, liburan dan hiburan, mampu membahagiakan orang lain, dan pikiran yang tenang. Berdasarkan penelitian sebelumnya tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian melaporkan hubungan antara kebahagiaan siswa dengan faktor gaya hidup secara umum, namun hanya sedikit penelitian yang melaporkan hubungannya dengan faktor-faktor dalam aspek religiusitas atau keyakinan terhadap agama.

Beberapa studi yang menguji hubungan antara religiusitas diantaranya dilakukan oleh Abdel-Khalek et al. (2017), hasilnya menunjukkan bahwa siswa yang menganggap diri mereka religius cenderung melihat diri mereka sebagai orang yang percaya diri dan memiliki tingkat kesehatan mental dan kebahagiaan yang lebih tinggi. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Ranggayoni (2017), ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan persahabatan dengan tingkat kebahagiaan pada mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas dan persahabatan seseorang, maka semakin tinggi juga tingkat kebahagiaannya.

Religiusitas juga dapat memberikan ketenangan dan kebahagiaan dalam menjalani kehidupan mahasiswa yang penuh tekanan akademik dan tuntutan sosial. Menjalani aktivitas berdasarkan nilai-nilai agama juga dapat memberikan panduan dan arah yang jelas, membantu mahasiswa untuk menjaga keseimbangan dalam kehidupan kampus yang sibuk (Akinlabi et al., 2021). Religiusitas adalah konsep yang kompleks dan memiliki banyak definisi (Abdel-Khalek et al., 2023). Beberapa pendapat pakar telah mendefinisikan religiusitas, diantaranya adalah Pargament (1999) mendefinisikan religiusitas/spiritualitas dari perspektif psikologis sebagai pencarian makna dalam cara-cara yang berkaitan dengan yang sakral. Religiusitas dapat didefinisikan sebagai sistem keyakinan khusus, nilai, dan praktik yang dilembagakan atau pribadi yang berkaitan dengan

ketuhanan atau kekuatan yang dianggap sebagai sumber atau transenden tertinggi namun tetap ada di alam pengalaman manusia Abdel-Khalek et al., (2017).

Faktor lain yang mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa adalah sedekah. Hal ini ditunjukkan oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Rusdi et al. (2018), yang menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat perilaku bersedekah yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat kebahagiaan yang lebih besar jika dibandingkan dengan mereka yang memiliki perilaku bersedekah yang rendah. Temuan ini menyoroti hubungan positif antara kegiatan bersedekah dan kesejahteraan subjektif, menunjukkan pentingnya sikap kedermawanan dalam meningkatkan kebahagiaan individu. Berbeda dengan penelitian Rusdi et al (2018), hasil penelitian Mujidin et al. (2022) menunjukkan bahwa perilaku sedekah tidak berhubungan signifikan dengan kebahagiaan.

Peneliti lainnya yaitu Azzahro et al. (2023) dan Risydannisa (2019) menemukan hubungan positif dan signifikan antara kebahagiaan dengan kecenderungan perilaku bersedekah. Julistia (2020) menyatakan bahwa kebahagiaan pada aspek kognitif dan afektif memberi penguatan yang luar biasa dalam praktek bersedekah seseorang direalitas kehidupannya. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sedekah memiliki hubungan yang positif dengan kebahagiaan mahasiswa.

Shadaqah adalah tindakan amal kebajikan sukarela yang memiliki makna besar. Hal ini dianggap sebagai cara untuk menyucikan kekayaan seseorang, mencari pengampunan, dan membantu orang lain yang membutuhkan. Shadaqah adalah tindakan memberi dan berbagi, dengan tujuan untuk memberi manfaat kepada orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun. Shadaqah merupakan cara untuk mencari berkah dan pahala dari Allah, karena menunjukkan ketulusan dan rasa syukur atas nikmat-Nya (Rusdi et al., 2018).

Shadaqah bukan hanya merupakan cara untuk membantu orang-orang yang membutuhkan dan mencari pengampunan, tetapi juga memiliki dampak positif pada kebahagiaan dan kesejahteraan pribadi. Ketika seseorang terlibat dalam tindakan amal, itu menciptakan rasa pemenuhan dan kepuasan dalam diri seseorang. Tindakan memberi tanpa mengharapkan imbalan bisa membawa rasa puas dan kebahagiaan yang mendalam. Hal ini menunjukkan bahwa, keterlibatan dalam praktik shadaqah tidak hanya bermanfaat bagi penerima amal tetapi juga berkontribusi pada kesejahteraan emosional dan spiritual pemberi sedekah (Mujidin et al., 2022).

Berdasarkan uraian di atas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada hubungan positif antara religiusitas dan sadaqah dengan kebahagiaan mahasiswa di Universitas Muhamadiyah Surakarta. Artinya, semakin tinggi tingkat religiusitas dan praktik shadaqah akan semakin meningkatkan kebahagiaan mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah religiusitas dan praktik shadaqah akan semakin menurunkan tingkat kebahagiaan mahasiswa.

## **B. Metode Penelitian**

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan rancangan *cross sectional*. *Cross sectional* adalah suatu penelitian untuk mempelajari hubungan antara faktor-faktor resiko dengan cara pendekatan atau pengumpulan data sekaligus pada satu saat tertentu saja (Sugiyono, 2020).

### **Identifikasi Variabel**

Penelitian ini menggunakan tiga variabel yang terdiri dari:

Variabel bebas : religiusitas ( $X_1$ ) dan shadaqah ( $X_2$ )

Variabel terikat : kebahagiaan ( $Y$ ).

### **Definisi Operasional Variabel**

Kebahagiaan adalah perasaan positif yang dialami seseorang yang dapat terjadi kapan saja, yang juga berdampak pada pemenuhan kebutuhan individu, baik secara fisik, intelektual, maupun sosial (Compton & Hoffman, 2019). Indikator kebahagiaan terdiri dari aspek kepuasan hidup, sukacita, harga diri, ketenangan, kontrol, dan keberhasilan (Liaghatdar et al., 2008).

Religiusitas didefinisikan sebagai sistem keyakinan khusus, nilai, dan praktik yang dilembagakan atau pribadi yang berkaitan dengan ketuhanan atau kekuatan yang dianggap sebagai sumber atau transenden tertinggi namun tetap ada di alam pengalaman manusia Abdel-Khalek et al., (2017). Religiusitas memiliki tiga aspek atau dimensi, yaitu tindakan berdosa (*sinful acts*), tindakan yang direkomendasikan (*recommended acts*), dan terlibat dalam ibadah/ritual fisik kepada Tuhan (*engaging in bodily worship of God*).

Shadaqah adalah tindakan memberi dan berbagi, dengan tujuan untuk memberi manfaat kepada orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun (Julistia, 2020). Skala Shadaqah diadopsi dari penelitian Rusdi et al (2018), yang terdiri dari dua aspek yaitu sedekah dengan ikhlas dan afeksi bersedekah dan skala ini menggunakan tujuh item pernyataan.

### **Populasi, Sampel, dan teknik sampling**

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta yang aktif dalam organisasi keagamaan pada periode 2021-2023. Jumlah populasi yang diambil adalah sebesar 229 aktivitas mahasiswa. Pengambilan sampel dari populasi penelitian dilakukan dengan teknik pengambilan Proporsional Random Sampling. Perhitungan sampel menggunakan rumus slovin dan sampel yang diambil sebanyak 146 mahasiswa.

### **Metode pengumpulan data**

Metode pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini yaitu kuisioner yang dibagikan menggunakan google form kepada responden. Instrumen penelitian yang digunakan berupa skala religiusitas menggunakan *Muslim Daily Religiosity Assessment Scale* (MUDRAS) mengadopsi dari penelitian Suryadi et al. (2020) yang di adaptasi dari penelitian Olufadi (2017), perilaku sedekah diadopsi dari penelitian Rusdi et al (2018), yang terdiri dari dua aspek yaitu sedekah dengan ikhlas dan afeksi bersedekah dan skala ini menggunakan tujuh item pernyataan. Sedekah dengan ikhlas mengungkap sejauh mana bantuan yang diberikan dilakukan dengan tulus, tidak mengungkit, pamer, bangga, dan dengan bantuan yang terbaik. Adapun bersedekah dengan hati (afeksi bersedekah) mengungkapkan sejauh mana kecintaan seseorang untuk memberi yang diindikasikan dengan pemahaman akan kebutuhan orang lain atas bantuan, perasaan positif ketika bersedekah, dan kemudahan dalam memberikan bantuan. dan kebahagiaan di adaptasi dari The Oxford Happiness Questionnaire yang dikembangkan oleh Hills & Argyle (2002). Kuesioner ini terdiri dari 29 item pertanyaan dan terdiri dari aspek kepuasan hidup, sukacita, harga diri, ketenangan, kontrol, dan keberhasilan (Liaghatdar et al., 2008).

### **Analisis Data**

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda. Menurut Sugiyono (2020), analisis regresi linier berganda digunakan oleh peneliti, bila bermaksud meramalkan bagaimana keadaan (naik turunnya) variabel dependen, bila dua atau lebih variabel independen sebagai faktor prediktor dimanipulasi (dinaik turunkan nilainya). Menurut Sugiyono

(2020), Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu: Religiusitas (X1) dan Sedekah (X2). Variabel terikatnya adalah kebahagiaan (Y). Untuk memenuhi syarat pengujian hipotesis, maka perlu diuji normalitas data, linieritas data, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas.

### C. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh religiusitas dan sedekah terhadap kebahagiaan mahasiswa. penelitian ini dilakukan pada mahasiswa yang aktif di organisasi kemahasiswaan Islam di Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS). Hasil penyebaran kuesioner diperoleh 146 responden yang berasal dari berbagai organisasi kemahasiswaan seperti IMM, MMPQ, MPQ, Takap Suci, dan Hizbul Wathon angkatan 2021-2023.

**Tabel 1.1 Hasil Uji Normalitas**

<i>Uji</i>	<i>Variabel</i>	<i>Hasil</i>	<i>Keterangan</i>
<i>Normalitas</i>	<i>Religiusitas dan sedekah dengan kebahagiaan</i>	<i>Nilai Sign 0,200 &gt; 0,05</i>	<i>Normal</i>

Hasil uji normalitas pada SPSS 24, dengan pendekatan Kolmogorov-Smirnov (Liliefors), diperoleh hasil uji normalitas dengan nilai sig.  $0,200 > 0,05$  yang berarti data pada penelitian ini terdistribusi dengan normal.

**Tabel 2.1 Uji Linearitas**

<i>Uji</i>	<i>Variabel</i>	<i>Hasil</i>	<i>Keterangan</i>
<i>Linearitas</i>	<i>Religiusitas dengan Kebahagiaan</i>	<i>Sign 0,262 &gt; 0,05</i>	<i>Linear</i>
	<i>Sedekah dengan kebahagiaan</i>	<i>Sign 0,485 &gt; 0,05</i>	<i>Linear</i>

Hasil olah data menggunakan SPSS 24 pada Tabel 2.1 hasil uji linearitas pada *Annova Table* menunjukkan bahwa terdapat korelasi linear pada variabel Religiusitas dengan kebahagiaan mahasiswa. Begitupula dengan variabel sedekah dengan kebahagiaan mahasiswa. Hasil uji linearitas dikatakan baik apabila nilai *deviation form Linearity*  $> 0.05$  pada *Annova Table* yang berarti Data tersebut linear.

**Tabel 2.3 Hasil Uji Multikolinearitas**

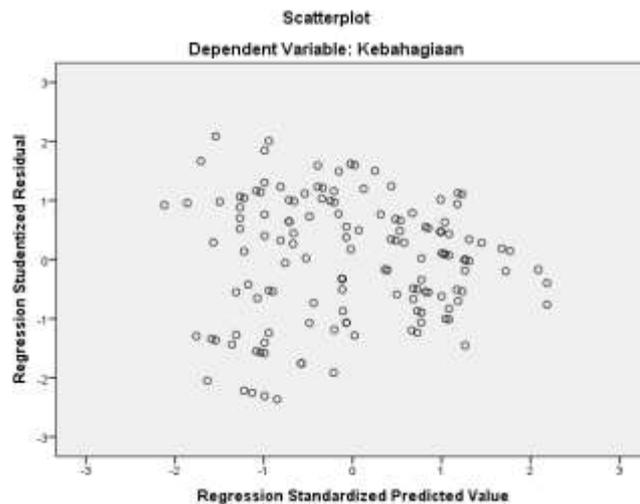
Uji	Variabel	Hasil	Keterangan
Multikolinearitas	Religiusitas	VIF: 1,001	Tidak terjadi multikolinearitas
	Sedekah	< 10	
		VIF: 1,001	
		< 10	

Hasil uji multikolinearitas pada Tabel 3 menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas dimana diperoleh VIF untuk variabel religiusitas dan sedekah masing-masing sebesar  $1,001 < 10$ . Uji ini dikatakan baik apabila data yang diperoleh tidak multikolinearitas, yaitu apabila nilai  $VIF < 10$  pada *coefficient table* hasil olah data dari SPSS.

**Hasil Uji Heteroskedastisitas**

Pada penelitian ini, uji heteroskedastisitas dilakukan dengan metode grafik plot (scatterplot). Uji ini dikatakan baik apabila sebaran data (plot) berada diantara 4 kuadran dan tidak membentuk pola tertentu. Hasil pengujian heteroskedastisitas dengan metode grafik dapat dilihat pada Gambar 1.1

**Gambar 1.1 Hasil Uji Heteroskedastisitas**



Pada gambar 1 terlihat bahwa plot menyebar dan tidak membentuk pola tertentu, hal ini mengindikasikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada data penelitian ini. Pada penelitian ini telah dilakukan uji hipotesis diantaranya.

**Tabel 2.1 Hasil Uji Hipotesis Mayor**

Variabel	R	R Square	F	Sign
Religiusitas dan sedekah dengan kebahagiaan mahasiswa	0,387	0,150	12,621	0,000

Berdasarkan hasil uji hipotesis mayor yang telah dilakukan menggunakan SPSS 24, menunjukkan terdapat pengaruh yang sangat signifikan religiusitas dan sedekah terhadap kebahagiaan mahasiswa dengan hasil ( $F=12,621$ , dan  $p= 0,000$ ;  $p <0,01$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesisi mayor dalam penelitian ini diterima.

**Tabel 2.2 Hasil Uji Hipotesis Minor**

Variabel Y	Variabel X	B	t	Sign	Keterangan
Kebahagiaan mahasiswa	Religiusitas	0,241	3,121	0,002	sangat signifikan
	Sedekah	0,310	4,016	0,000	sangat signifikan

Berdasarkan hasil uji hipotesis minor yang telah dilakukan dengan menggunakan SPSS 24, diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kebahagiaan mahasiswa. Hal ini ditunjukkan dari nilai t hitung sebesar 3,121 dengan  $sign <0,01$ . Dapat disimpulkan bahwa hipotesis minor pertama diterima. Kemudian dari hasil uji hipotesis minor kedua diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara sedekah dengan kebahagiaan mahasiswa. Hal ini ditunjukkan dari t hitung sebesar 4,016 dengan  $sign <0,01$ . Dapat disimpulkan pada penelitian ini bahwa hipotesis minor kedua diterima.

**Tabel 2.3 Sumbangan Efektif**

Variabel	B	r	SE
Religiusitas	0,241	0,233	5,6%
Sedekah	0,310	0,304	9,4%

Sumbangan efektif pada penelitian ini dengan variabel religiusitas (X1) sebesar 5,6% yang berarti bahwa religiusitas memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan mahasiswa sebesar 5,6%. Sedangkan pada variabel sedekah (X2) memiliki sumbangan efektif sebesar 9,4% yang berarti bahwa sedekah memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan mahasiswa sebesar 9,4%.

**Tabel 2.4 Kategorisasi Religiusitas**

Kategori	Rerat hipotetik (RH)	Rerat empirik (RE)	Frekuensi	Persentase
Sangat rendah	55,0	60,34	18	12,3
			48	32,9
Rendah	55,0	60,34	11	7,5
Sedang			45	30,8
Tinggi	55,0	60,34	24	16,4
Sangat Tinggi				

Tabel 2.4 menunjukkan bahwa sebanyak 18 responden (12,3%) memiliki religiusitas yang sangat rendah. Kemudian sebanyak 48 responden (32,9%) memiliki tingkat religiusitas yang rendah.

Selanjutnya 11 responden (7,5%) memiliki religiusitas yang sedang. Sebanyak 45 responden (30,8%) memiliki religiusitas yang tinggi dan sebanyak 24 responden (16,4%) memiliki religiusitas yang sangat tinggi. Pada penelitian ini didapatkan bahwa RE sebesar 60,34 dan RH sebesar 55,0. Pada penelitian ini  $RE > RH$  yang dapat disimpulkan bahwa religiusitas yang dimiliki mahasiswa tergolong dalam kategori tinggi.

**Tabel 2.5** *Kategorisasi Sedekah*

Kategori	Rerat a hipotetik (RH)	Rerat a empirik (RE)	Frekuensi	Persentase
Sangat rendah			6	4,1
Rendah			55	37,7
Sedang	17,5	17,12	27	18,5
Tinggi			41	28,1
Sangat Tinggi			17	11,6

Tabel 2.5 menunjukkan bahwa sebanyak 6 responden (4,1%) memiliki kebiasaan sedekah yang sangat rendah. Kemudian sebanyak 55 responden (37,7%) memiliki kebiasaan sedekah yang rendah. Selanjutnya 27 responden (18,5%) memiliki kebiasaan sedekah yang sedang. Sebanyak 41 responden (28,1%) memiliki kebiasaan sedekah yang tinggi dan sebanyak 17 responden (11,6%) memiliki kebiasaan sedekah yang sangat tinggi. Pada penelitian ini didapatkan bahwa RE sebesar 17,12 dan RH sebesar 17,5,0. Pada penelitian ini RE memiliki nilai yang hampir sama dengan RH yang dapat disimpulkan bahwa kebiasaan sedekah yang dimiliki mahasiswa tergolong dalam kategori sedang.

**Tabel 2.9** *Kategorisasi Kebahagiaan Mahasiswa*

Kategori	Rerat a hipotetik (RH)	Rerata empirik (RE)	Frekuensi	Persentase
Sangat rendah			21	14,4
Rendah			18	12,3
Sedang	101,5	107,0	28	19,2
Tinggi		8	65	44,5
Sangat Tinggi			14	9,6

Tabel 2.9 menunjukkan bahwa sebanyak 21 responden (14,4%) memiliki kebahagiaan yang sangat rendah. Kemudian sebanyak 18 responden (12,3%) memiliki kebahagiaan yang rendah. Selanjutnya 28 responden (19,2%) memiliki kebahagiaan yang sedang. Sebanyak 65 responden (44,5%) memiliki kebahagiaan yang tinggi dan sebanyak 14 responden (9,6%) memiliki kebahagiaan yang sangat tinggi. Pada penelitian ini didapatkan bahwa RE sebesar 107,08 dan RH sebesar 101,5. Pada penelitian ini  $RE > RH$  yang dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan yang dimiliki mahasiswa tergolong dalam kategori tinggi.

Religiusitas sebagai salah satu faktor yang ditekankan dalam studi ini, mencakup berbagai dimensi spiritualitas dan kepercayaan individu terhadap agama atau keyakinan tertentu. Praktik shadaqah juga terbukti memainkan peran yang signifikan dalam membentuk tingkat kebahagiaan seseorang. Shadaqah, atau kegiatan memberi secara sukarela untuk kebaikan orang lain tanpa mengharapkan imbalan, menawarkan kesempatan bagi individu untuk merasakan kepuasan dan makna yang mendalam dalam hidup mereka. Tindakan kebaikan seperti memberi sumbangan kepada yang membutuhkan tidak hanya meningkatkan kesejahteraan penerima, tetapi juga memberikan dampak positif pada kesejahteraan emosional dan psikologis pemberi. Hasil penelitian ini menemukan hubungan yang sangat signifikan antara religiusitas dan sedekah dengan kebahagiaan mahasiswa ( $p < 0,01$ ). Sumbangan efektif kedua variabel diketahui sebesar 15%. Hal ini membuktikan bahwa dari variabel religiusitas dan sedekah terhadap kebahagiaan memiliki kontribusi sebesar 15%. Sedangkan 85% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain diluar dari variabel yang diteliti (religiusitas dan sedekah).

Religiusitas dapat didefinisikan sebagai sistem keyakinan khusus, nilai, dan praktik yang dilembagakan atau pribadi yang berkaitan dengan ketuhanan atau kekuatan yang dianggap sebagai sumber atau transenden tertinggi namun tetap ada di alam pengalaman manusia. Hasil penelitian ini secara individu menemukan bahwa religiusitas memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kebahagiaan mahasiswa ( $p < 0,01$ ). Hubungan positif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat religius mahasiswa akan semakin meningkatkan kebahagiaannya. Kontribusi variabel religiusitas terhadap kebahagiaan mahasiswa sebesar 5,6%, sedangkan 94,4% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain diluar dari variabel religiusitas.

Shadaqah adalah tindakan amal kebajikan sukarela yang memiliki makna besar. Hal ini dianggap sebagai cara untuk menyucikan kekayaan seseorang, mencari pengampunan, dan membantu orang lain yang membutuhkan. Shadaqah adalah tindakan memberi dan berbagi, dengan tujuan untuk memberi manfaat kepada orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun. Shadaqah merupakan cara untuk mencari berkah dan pahala dari Allah, karena menunjukkan ketulusan dan rasa syukur atas nikmat-Nya. Pada konteks penelitian ini berarti bahwa mahasiswa yang banyak bersedekah memiliki rasa syukur dan senang dalam membantu orang lain, sehingga timbul rasa bahagia dalam diri mahasiswa. Studi menemukan hubungan positif yang sangat signifikan antara sedekah dengan kebahagiaan mahasiswa ( $p < 0,01$ ). Hubungan positif menunjukkan bahwa semakin banyak bersedekah akan semakin meningkatkan kebahagiaan pada diri mahasiswa. Kontribusi variabel sedekah memiliki sumbangan efektif sebesar 9,4%, sianya 90,6% dipengaruhi oleh variabel lain.

Hasil penelitian ini mendukung studi yang dilakukan oleh Abdel-Khalek et al. (2023), yang menemukan bahwa siswa yang menganggap diri mereka religius cenderung melihat diri mereka sebagai orang yang percaya diri dan memiliki tingkat kesehatan mental dan kebahagiaan yang lebih tinggi. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Ranggayoni (2017), menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan tingkat kebahagiaan pada mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, maka semakin tinggi juga tingkat kebahagiaannya. Religiusitas juga dapat memberikan ketenangan dan kebahagiaan dalam menjalani kehidupan mahasiswa yang penuh tekanan akademik dan tuntutan sosial. Menjalani aktivitas berdasarkan nilai-nilai agama juga dapat memberikan panduan dan arah yang jelas, membantu mahasiswa untuk menjaga keseimbangan dalam kehidupan kampus yang sibuk (Akinlabi et al., 2021).

Hasil studi ini juga mendukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Rusdi et al. (2018), yang menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat perilaku bersedekah yang tinggi cenderung

menunjukkan tingkat kebahagiaan yang lebih besar jika dibandingkan dengan mereka yang memiliki perilaku bersedekah yang rendah. Temuan ini menyoroti hubungan positif antara kegiatan bersedekah dan kesejahteraan subjektif, yang menunjukkan pentingnya sikap kedermawanan dalam meningkatkan kebahagiaan individu. Peneliti lainnya yaitu Azzahro et al. (2023) dan Risydannisa (2019) menemukan hubungan positif dan signifikan antara kebahagiaan dengan kecenderungan perilaku bersedekah. Julistia (2020) menyatakan bahwa kebahagiaan pada aspek kognitif dan afektif memberi penguatan yang luar biasa dalam praktek bersedekah seseorang direalitas kehidupannya. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwasedekah memiliki hubungan yang positif dengan kebahagiaan mahasiswa.

#### **D. Simpulan**

Bermain Hasil penelitian ini menemukan bahwa religiusitas dan sedekah memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan kebahagiaan mahasiswa. Variabel religiusitas mempunyai hubungan yang positif dan sangat signifikan dengan kebahagiaan, berarti semakin tinggi sikap religiusitas mahasiswa akan semakin bahagia. Kemudian variabel sedekah memiliki hubungan yang positif dan sangat signifikan, berarti semakin sering melakukan sedekah akan semakin meningkatkan kebahagiaan.

Variabel religiusitas dan sedekah memiliki sumbangan efektif sebesar 15%. Hal ini membuktikan bahwa kontribusi dari variabel religiusitas dan sedekah terhadap kebahagiaan sebesar 15%. Kontribusi pada variabel religiusitas sebesar 5,6% dan kontribusi variabel sedekah sebesar 9,4%, sedangkan 85% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain diluar dari variabel yang diteliti (religiusitas dan sedekah). Pada penelitian ini variabel sedekah memiliki kontribusi yang lebih besar dibandingkan dengan variabel religiusitas dalam mempengaruhi kebahagiaan mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian ini, saran yang bisa diajukan adalah untuk meningkatkan kebahagiaan pada mahasiswa, harus terus berusaha untuk meningkatkan sikap religiusitas atau ketaatan kepada Allah SWT yaitu dengan melaksanakan perintah-perintahNya dan menjauhi segala larangannya. Dengan ketaatan tersebut akan menumbuhkan rasa nikmat dan ketentraman dalam hati, sehingga hati menjadi lebih bahagia. Saran kedua untuk meningkatkan kebahagiaan adalah dengan memperbanyak sedekah, karena dengan bersedekah akan menumbuhkan kebahagiaan pada aspek kognitif dan afektif. Selain itu, dengan bersedekah juga akan menumbuhkan kepuasan batin karena telah membantu menolong kesulitan orang lain. Oleh karena itu agar sedekah menimbulkan kebahagiaan, maka sedekah harus dilakukan secara ikhlas semata-mata karena Allah SWT.

#### **Daftar Pustaka**

- Abdel-Khalek, A. M., Bakhiet, S. F. A., Osman, H. A., & Lester, D. (2023). The associations between religiosity and the Big-Five personality traits in college students from Sudan. *Acta Psychologica*, 239(August), 104013. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104013>
- Abdel-Khalek, A. M., & Lester, D. (2017). The association between religiosity, generalized self-efficacy, mental health, and happiness in Arab college students. *Personality and Individual Differences*, 109, 12–16. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.12.010>
- Akinlabi, K. L., Adisa, A. L., & Opatola, M. O. (2021). Roles of Students ' Religious Groups in Stress Management among Undergraduates of Obafemi Awolowo University , Ile-Ife , Osun State. *Sumerianz Journal of Social Science*, 4(1), 12–18.
- Alshehri, A. A., Althobaiti, S. M., Alsaadi, H. D., Alnemari, A. K., Alyami, H., Alyami, M., &

- Alswat, K. A. (2016). Subjective Happiness Assessment among Taif University Medical Students. *American Journal of Educational Research*, 4(1), 111–114. <https://doi.org/10.12691/education-4-1-17>
- Anabella, A. I. (2022). Kebersyukuran dan Kebahagiaan Mahasiswa Psikologi Muslim Pasca Pandemi. *JoPS: Journal of Psychological Students*, 1(1), 24–28. <https://doi.org/10.15575/jops.v1i1.17475>
- Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian* (9th ed.). Pustaka Pelajar.
- Azzahro, H. U., Prabowo, S. A. P., & Argasiam, B. (2023). Peranan Pentingnya Perilaku Bersedekah Terhadap Kebahagiaan Pada Donatur Lembaga Zakat Infaq Shadaqah Bina Insani (LAZISBI) Semarang. *Jurnal IMAGE*, 03(1), 13–26.
- Budiono. (2022). Perbedaan Tingkat Kebahagiaan Mahasiswa Program Sarjana dan Mahasiswa Program Profesi Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Muhammadiyah Semarang. *Indonesian Journal of Dentistry*, 2(1), 16–19.
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2019). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Flourishing*. SAGE Publications, Inc.
- Feizi, S., Nasiri, M., Bahadori, H., Hosseini Amiri, M., & Mirhosseini, H. (2020). The relationship between spiritual well-being and happiness among healthcare students: Application of the spiritual health questionnaire for the Iranian population. *Heliyon*, 6(11), e05448. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e05448>
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 23* (8th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hamzah, S. R., Suandi, T., Hamzah, A., & Tamam, E. (2014). The Influence of Religiosity, Parental and Peer Attachment on Hedonistic Behavior among Malaysian Youth. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 122, 393–397. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.1360>
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33, 1073–1082.
- Julistia, R. (2020). Kebahagiaan ditinjau dari Perilaku Bersedekah: Suatu Kajian Psikologi Islam. *Jurnal Psikologi Terapan*, 3(1). <https://doi.org/10.29103/jpt.v3i1.3635>
- Liaghatdar, M. J., Abedi, M. R., & Samiee, F. (2008). Reliability and Validity of the Oxford Happiness Inventory among University Students in Iran. *The Spanish Journal of Psychology*, May. <https://doi.org/10.1017/S1138741600004340>
- Mafaza, N., Kawuryan, F., & Pramono, R. B. (2021). Kebahagiaan Mahasiswa ditinjau dari Optimisme dan Student Engagement. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 6(2), 148–159.
- Mujidin, Millati, N., & Rustam, H. K. (2022). Hubungan Bersyukur kepada Tuhan dan Perilaku Bersedekah dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(November), 106–116. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v11i28876>
- Nurwulandari, A., & Darwin, M. (2020). Heywood case data statistik: Menggunakan teknik respesifikasi model. *Nucleus*, 1(2), 74–84.
- Oishi, S., & Gilbert, E. A. (2016). ScienceDirect Current and future directions in culture and happiness research. *Current Opinion in Psychology*, 8, 54–58. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.10.005>
- Olufadi, Y. (2017). Muslim Daily Religiosity Assessment Scale (MUDRAS): A new instrument for Muslim religiosity research and practice. *Psychology of Religion and Spirituality*, 9(2), 165–179. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/rel0000074>
- Pargament, K. I. (1999). The Psychology of Religion and Spirituality? Yes and No. *International Journal for the Psychology of Religion*, 9(1), 3–16.
- Pratifralia, A. (2023). Analisis Faktor Kebahagiaan pada Mahasiswa Generasi Z. *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research*, 2(1), 1–14. <https://doi.org/10.35719/p>
- Ranggayoni, R. (2017). *Hubungan Religiusitas dan Persahabatan dengan Kebahagiaan Mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Gajah Putih Takengon*. Universitas Medan Area.
- Risydannisa, R. (2019). *Dinamika Kebahagiaan Melalui Sedekah*. Universitas Muhammadiyah

Surakarta.

- Rusdi, A., Wicaksono, K. A., Ardiyantara, N., Saputro, T. A., Peduk, A., & Ramadhani, K. (2018). Sedekah Sebagai Prediktor Kebahagiaan. *Jurnal Psikologi Islam*, 5(1), 59–68.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suryadi, B., Hayat, B., Dwirifqi, M., & Putra, K. (2020). Evaluating psychometric properties of the Muslim Daily Religiosity Assessment Scale ( MUDRAS ) in Indonesian samples using the Rasch model Evaluating psychometric properties of the Muslim Daily. *Mental Health, Religion & Culture*, 0(0), 1–16. <https://doi.org/10.1080/13674676.2020.1795822>
- Veenhoven, R. (2009). How Do We Assess How Happy We Are? Tenets, Implications and Tenability of Three Theories. In *Happiness, Economics and Politics* (p. 384). Edwar Elgar Publishing. <https://doi.org/https://doi.org/10.4337/9781849801973>
- Zheng, A. H., & MacCann, C. (2023). Happiness is associated with higher narcissism but lower psychopathy: A systematic review and meta-analysis of the relationship between happiness and the Dark Triad. *Personality and Individual Differences*, 215(September), 112381. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112381>