

# Kebahagiaan Dosen Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

## Lecturer Happiness At The Islamic University Of Sunan Ampel Surabaya

Rizma Fithri<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Ampel Surabaya  
[soobihah@gmail.com](mailto:soobihah@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kebahagiaan dosen PNS dan non PNS yang ada dilingkungan UIN Sunan Ampel Surabaya. Sampel yang digunakan sebanyak 75 subyek dosen PNS dan non PNS, dengan teknik random sampling pada 9 fakultas yang ada. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian ini memunculkan skor kebahagiaan dari setiap dosen PNS maupun non PNS dari 9 fakultas tersebut, skor berkisar dari angka 1-6. Skor 1-2 menggambarkan tingkat kebahagiaan “tidak bahagia”; skor 2-3 menggambarkan tingkat kebahagiaan “agak tidak bahagia”; skor 3-4 menggambarkan tingkat kebahagiaan “sangat tidak bahagia”; skor 4 menggambarkan tingkat kebahagiaan “agak bahagia” skor 4-5 menggambarkan tingkat kebahagiaan “cukup bahagia”; skor 5-6 menggambarkan tingkat kebahagiaan “sangat bahagia”; dan skor 6 menggambarkan tingkat kebahagiaan “terlalu bahagia”, serta analisis jawaban dari pertanyaan terbuka yang telah dijawab oleh subyek. Pada subyek PNS, terdapat 8 subyek yang memiliki tingkat kebahagiaan “sangat tidak bahagia”; 6 subyek yang memiliki tingkat kebahagiaan “agak bahagia”; 39 subyek yang memiliki tingkat kebahagiaan “cukup bahagia”; dan 1 subyek yang memiliki tingkat kebahagiaan “sangat bahagia”. Sedangkan pada dosen non PNS, terdapat 3 subyek yang memiliki tingkat kebahagiaan “sangat tidak bahagia”; 3 subyek yang memiliki tingkat kebahagiaan “agak bahagia”; dan 15 subyek yang memiliki tingkat kebahagiaan “cukup bahagia”.

**Kata kunci:** Kebahagiaan, Dosen UIN Sunan Ampel Surabaya

### Abstract

*The purpose of this research is describing the happiness of civil servants and non-civil servants lecturer at UIN Sunan Ampel Surabaya. The sampling method is proportionated random sampling with 75 of the subjects from 9 faculties. Data analysis techniques using descriptive statistics. The results of this study are the score's happiness of any professors of civil servants or non civil servants of 9 faculties, score range from number 1-6. Score 1-2 illustrates the level of happiness "was not happy"; score 2-3 illustrates the level of happiness "rather unhappy"; score 3-4 illustrates levels of happiness "very unhappy"; 4 describe the level of happiness "somewhat happy" score 4-5 illustrates the level of happiness "pretty happy"; score 5-6 illustrates the level of happiness "was very happy"; and 6 describe the level of happiness "too happy", as well as the analysis of the answers to open questions that have been answered by the subject. On the subject of civil servants, there are 8 subjects who have levels of happiness "very unhappy"; 6 subjects who have levels of happiness "somewhat happy"; 39 subjects who have levels of happiness "pretty happy"; and 1 subjects who have levels of happiness "very happy". While in a non civil servants, lecturers there are three subjects who have levels of happiness "very unhappy"; 3 subjects who have levels of happiness "somewhat happy"; and 15 subjects who have levels of happiness "quite happy".*

**Keywords:** Happiness, Lecturer at the Islamic University of Sunan Ampel Surabaya

## Pendahuluan

Kebahagiaan adalah tujuan yang ingin dicapai oleh setiap individu. Aktivitas–aktivitas yang dilakukan merupakan perwujudan dari keinginan untuk memperoleh kebahagiaan. Meskipun pada dasarnya tujuan utama yang ingin dicapai oleh setiap individu beragam, seperti memperoleh pekerjaan yang baik, mencapai pendidikan yang tinggi serta membangun keluarga yang harmonis. Menurut Seligman (2005) kebahagiaan adalah perasaan yang dirasakan oleh individu secara positif dari kegiatan positif yang dilakukannya secara suka rela tanpa adanya unsur paksaan serta kemampuan untuk merasakan emosi positif pada masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Individu yang bisa merasakan emosi positif dalam jumlah yang banyak akan semakin mudah pula membuka pikirannya untuk mendapatkan dan mempraktikkan ide-ide baru tersebut sehingga individu tersebut menjadi lebih kreatif dalam melakukan kegiatannya, menciptakan hubungan yang lebih baik dan menunjukkan produktivitas yang lebih tinggi. Individu yang bahagia akan merasakan kepuasan hidup.

Pada bulan November tahun 2011 PBB melakukan survei tentang kebahagiaan yang laporannya berupa laporan indeks kebahagiaan ‘Human Development Index’. Penetapan Indeks Kebahagiaan tersebut antara lain didasarkan pada penghasilan, tingkat pendidikan, kesehatan, harapan hidup dan ekonomi masing - masing negara. Indeks kebahagiaan itu menunjukkan bahwa bila umur seseorang lebih panjang, pendapatan lebih banyak dan memiliki akses yang bagus terhadap pendidikan dan fasilitas kesehatan, maka mungkin sekali individu akan lebih bahagia ketimbang orang lain. Hasilnya Norwegia adalah negara paling bahagia di dunia. Berikutnya , ranking kedua sampai lima diraih oleh Australia, Belanda, Amerika Serikat dan Selandia Baru.. Indonesia berada di posisi 124. (dalam [nilah.com](http://nilah.com); [mengejar-kebahagiaan.di](http://mengejar-kebahagiaan.di) akses 26 Oktober 2017).

LSI pada bulan Desember tahun 2010 secara khusus melakukan survei tingkat kebahagiaan di Indonesia. Salah satu hasilnya menyimpulkan bahwa sebanyak 84,7 persen publik Indonesia menyatakan dirinya bahagia, yang terbagi atas 14,2 persen publik Indonesia menyatakan sangat bahagia dan 70,5 persen cukup bahagia. dan sebanyak 12,2 persen mengatakan kurang bahagia dan tidak bahagia sama sekali sebanyak. Survei ini dilakukan dengan menggunakan metode wawancara langsung dan kuesioner sehingga masuk dalam term penelitian kebahagiaan subjektif ([suarapembaruan.com](http://suarapembaruan.com); 87,4% Penduduk Indonesia Bahagia di akses 26 Oktober 2017).

Indeks Kebahagiaan Jawa Timur tahun 2014 yang dipublikasikan oleh BPS adalah sebesar 68,70 pada skala 0 - 100. Indeks kebahagiaan diperoleh dari indeks komposit yang terdiri atas tingkat kepuasan terhadap 10 aspek kehidupan yang esensial. Kesepuluh aspek kehidupan tersebut secara substansi dan bersama-sama merefleksikan tingkat kebahagiaan yang meliputi kepuasan terhadap: 1) kesehatan, 2) pendidikan, 3) pekerjaan, 4) pendapatan rumah tangga, 5) keharmonisan keluarga, 6) ketersediaan waktu luang, 7) hubungan sosial, 8) kondisi rumah dan aset, 9) keadaan lingkungan, dan 10) kondisi keamanan Indeks kebahagiaan ini merupakan rata-rata indeks kebahagiaan yang dimiliki oleh setiap individu di Jawa Timur. Semakin tinggi nilai indeks berarti tingkat kehidupan penduduk yang semakin bahagia, demikian pula sebaliknya, semakin rendah nilai indeks maka semakin tidak bahagia (dalam [jatim.bps.go.id](http://jatim.bps.go.id) di akses 26 Oktober 2017).

Dari hasil preliminary research pada dua orang dosen PNS dari FPK diperoleh hasil bahwa mereka merasa bahagia dengan kehidupan mereka saat ini. Menurutny dengan bisa mengamalkan ilmu, melihat mahasiswa berhasil dan sukses baik secara akademik dan sosial itu sudah cukup membuat mereka bahagia. Demikian juga yang diungkapkan oleh dosen PNS FTK; bahagia itu jika mahasiswa mau mengerjakan dan menyelesaikan tugas seperti yang diminta oleh dosen, bisa menunjukkan sikap sebagai calon guru dan saat uang remun cair. Dosen NON PNS juga menjelaskan kebahagiaan tidak berbeda jauh dengan apa yang disampaikan oleh dosen PNS. Hanya saja mereka menyampaikan akan lebih berbahagia jika status mereka bisa menjadi dosen PNS. Dari latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kebahagiaan dosen PNS dan Non PNS di lingkungan UIN Sunan Ampel Surabaya.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan satu variabel, yakni variabel kebahagiaan. Kebahagiaan merupakan tingkat perasaan senang, damai dan nyaman dalam kegiatan yang tidak menimbulkan rasa tertekan atau menderita dalam hidup individu yang diukur menggunakan skala relasi positif, keterlibatan penuh, dan penemuan makna dalam keseharian.

Populasi dalam penelitian ini yakni dosen PNS dan Non PNS UIN Sunan Ampel Surabaya yang berada disembilan fakultas. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 75 subyek. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu Proportionate Random Sampling. Proportionate Random Sampling adalah salah satu teknik random sampling dimana penentuan sampel dengan caramemperhatikan unsur atau kategori yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2011).

Setelah data di peroleh, maka yang akan dilakukan analisis untuk menentukan tingkat kebahagiaan Dosen UIN Sunan Ampel Surabaya dengan menggunakan teknik statistik deskriptif sesuai dengan interpretasi skor kebahagiaan Stephen Wright. Untuk memperoleh data tentang kebahagiaan digunakan kuesioner kebahagiaan yang merupakan adaptasi dari Oxford Happiness Questionnaire yang dikembangkan oleh Michael Argyle and Peter Hills di Oxford University pada tahun 2002.

Cara skoring; Langkah 1 periksa jawaban dan beri nilai sesuai tabel nilai di atas. Langkah 2. Tambahkan untuk semua nilai dari 29 pertanyaan. (Gunakan angka yang dikonversi untuk 12 item yang diberi skor terbalik) Langkah 3. Bagilah dengan 29. Jadi skor kebahagiaan Anda = total (dari langkah 2) dibagi dengan 29. Interpretasi skor Oxford Happiness Questionnaire adalah sebagai berikut:

- 1-2 : Tidak senang. Jika Anda menjawab dengan jujur dan mendapat skor yang sangat rendah, Anda mungkin melihat diri Anda dan situasi Anda lebih buruk daripada yang sebenarnya.
- 2-3 : Agak tidak senang.
- 3-4 : Tidak terlalu bahagia atau tidak bahagia.
- 4 : Cukup senang atau sedikit bahagia. Puas.
- 4-5 : Lebih senang; cukup bahagia.
- 5-6 : Sangat bahagia. Menjadi bahagia memiliki lebih banyak manfaat daripada hanya merasa baik.
- 6 : Terlalu senang.

Bagian metode penelitian berisi penjelasan tentang karakteristik responden, populasi dan sampel, jumlah sampel, pengukuran, pengumpulan data, instrument penelitian, psikometri, kondisi dan desain, diagnostik data, dan strategi analitik (Muhid, 2019).

## Hasil Penelitian

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 75 subjek yakni dosen PNS dan Non PNS di UIN Sunan Ampel Surabaya, yang berlokasi di Jl. Ahmad Yani No. 117, Jemur Wonosari, Wonocolo, Kota Surabaya. Selanjutnya akan dijelaskan mengenai gambaran sampel berdasarkan jenis kelamin, status kepegawaian, dan status perkawinan.

### a. Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin

Pengelompokan data subyek berdasarkan jenis kelamin dilakukan untuk mendapatkan data mengenai jumlah subyek terbanyak berdasarkan jenis kelamin. Berikut adalah gambaran subyek penelitian berdasarkan jenis kelamin:

Tabel 1. Data subyek berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki – laki	37	49%
Perempuan	38	51%
Total	75	100%

Sumber: Data Primer

### b. Subyek Berdasarkan Status Kepegawaian

Pengelompokan data subyek berdasarkan status kepegawaian untuk mendapatkan manakah jumlah subyek terbanyak berdasarkan status kepegawaian PNS atau Non PNS. Berikut adalah gambaran subjek penelitian berdasarkan status kepegawaian:

Tabel 2 Data subyek berdasarkan status kepegawaian

Status Kepegawaian	Frekuensi	Presentase
PNS	54	72%
Non PNS	21	28%
Total	75	100%

Sumber: Data Primer

c. Subyek Berdasarkan Status Perkawinan

Pengelompokan data subyek berdasarkan status perkawinan untuk mendapatkan jumlah subyek terbanyak berdasarkan status perkawinan menikah, belum menikah, ataukah tidak menikah. Berikut adalah gambaran subjek penelitian berdasarkan status perkawinan:

Tabel 3 Data subyek berdasarkan status perkawinan

Status Perkawinan	Frekuensi	Presentase
Menikah	66	88 %
Belum Menikah	6	8 %
Tidak Menikah	3	4 %
Total	75	100%

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil perhitungan skor menggunakan Stephen Wright, didapatkan data sebagai berikut:

a. Dosen PNS

Tabel 4 Skor Tingkat Kebahagiaan Dosen PNS

No	Fakultas	Subjek No	Skor
1	Syariah dan Hukum	1	4,8
		2	3,9
		3	3,8
		4	4,6
		5	5
		6	4,2
		7	4,5
		8	4,6
2	Dakwah dan Komunikasi	1	4,1
		2	4,6
		3	4,9
		4	4,5
		5	4,4
		6	4,6
3	Tarbiyah dan Keguruan	1	5
		2	4,7
		3	4,5
		4	4,7
		5	4,5
		6	4,2
4	Ushuluddin dan Filsafat	1	4,4
		2	3,9
		3	3,6
		4	4,3
5	Adab dan Humaniora	1	4,3
		2	4,4
6	Psikologi dan Kesehatan	1	4,3
		2	4,7
		3	4,8
		4	4,3
		5	4,6
		6	5
		7	4,8
		8	4,6

7	Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	1	4
		2	3,7
		3	4,1
		4	4
		5	3
8	Ekonomi dan Bisnis Islam	1	4,4
		2	4,7
		3	3,9
		4	3,8
		5	4,7
		6	4,2
9	Sains dan Teknologi	1	3,6
		2	4,2
		3	4,6
		4	4,5
		5	4,3
		6	4
		7	4
		8	4,6

Sumber: Data Primer

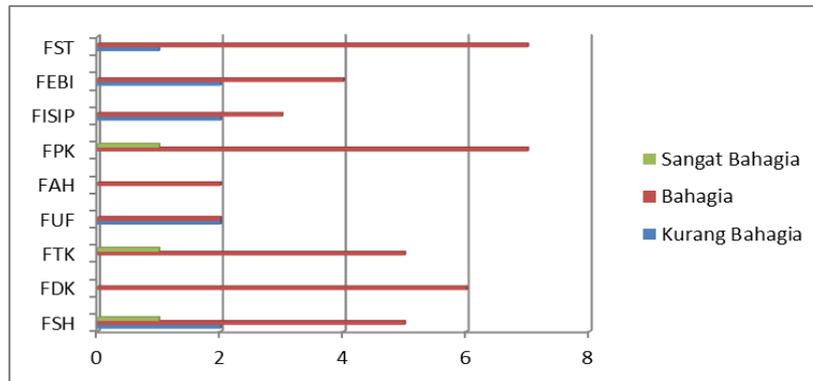
## b. Dosen Non PNS

Tabel 5 Skor Tingkat Kebahagiaan Dosen Non PNS

No	Fakultas	Subjek No	Skor
1	Syariah dan Hukum	1	4,3
		2	3,5
2	Dakwah dan Komunikasi	1	4,3
		2	4,4
3	Tarbiyah dan Keguruan	1	4,2
		1	4,2
4	Ushuluddin dan Filsafat	2	4,5
		3	4
		1	4,5
		2	4,8
		3	4
5	Adab dan Humaniora	4	4,3
		5	3,8
		1	4,3
		2	4,6
		1	4
7	Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	2	4,5
		1	3,6
8	Ekonomi dan Bisnis Islam	2	4,7
		1	4,4
9	Sains dan Teknologi	2	4,9

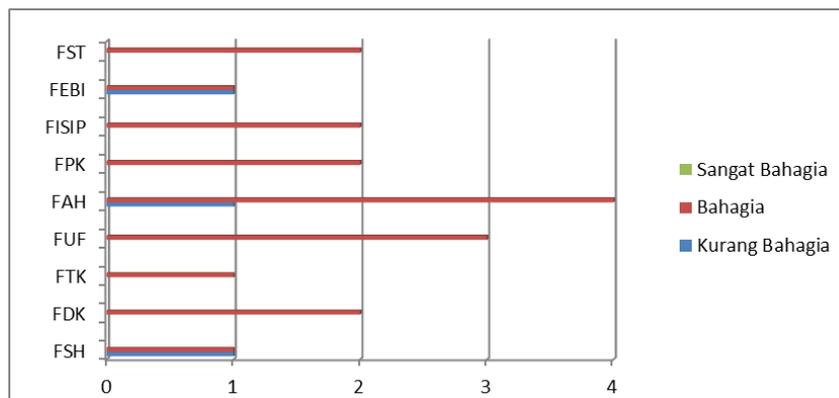
Sumber: Data Primer

Dari analisis data untuk dosen PNS diperoleh hasil sebagai berikut



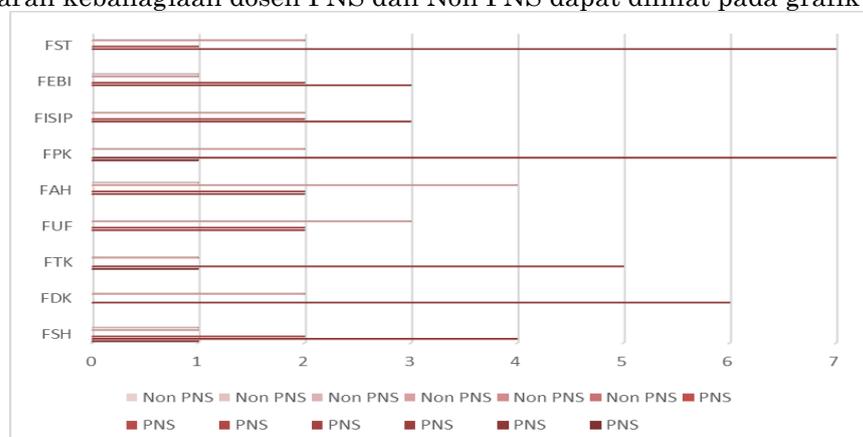
Gambar 1. Ringkasan Tingkat Kebahagiaan Dosen PNS UIN Sunan Ampel

Pada gambar tersebut terlihat bahwa dosen tetap dari seluruh fakultas yang ada di UIN Sunan Ampel memiliki kebahagiaan dalam level bahagia. Bahkan dosen dari FPK, FTK dan FSH ada yang memiliki tingkat kebahagiaan yang sangat bahagia. Yang menarik dosen dari FSH selain memiliki tingkat kebahagiaan yang sangat bahagia namun ada juga yang kurang bahagia. Tingkat kebahagiaan kurang bahagia ini juga terdapat pada FST, FEBI, FISIP, dan FUF. Untuk dosen Non PNS diperoleh gambaran sebagai berikut:



Gambar 2. Ringkasan Kebahagiaan Dosen Non PNS UIN Sunan Ampel Surabaya

Pada gambar di atas terlihat bahwa seluruh sampel dosen Non PNS memiliki tingkat kebahagiaan yang cukup. Hanya pada fakultas FEBI, FAH dan FSH terdapat dosen Non PNS yang kurang bahagia. Untuk lebih jelasnya gambaran kebahagiaan dosen PNS dan Non PNS dapat dilihat pada grafik berikut :



Grafik 3. Perbedaan Kebahagiaan Dosen PNS dan Non PNS UIN Sunan Ampel Surabaya

Berikut akan dijabarkan mengenai hasil analisis jawaban pertanyaan terbuka dari setiap dosen;

a. Fakultas Syariah dan Hukum

Dari 10 jumlah subyek, yang terdiri dari delapan subyek dosen PNS, dan dua subyek non PNS, terdapat lima subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan istri, anak, keluarga, dan sahabat. Dua subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan anak, istri, dan keluarga, serta tiga subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan anak, suami, dan keluarga (urutan berdasarkan prioritas).

Terdapat sembilan subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama keluarga dengan jalan-jalan, makan-makan, bermain bersama dirumah, ngobrol, bercanda; dan terdapat satu subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga dengan ngobrol saja. Dari 10 jumlah subyek, cara subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan tersenyum, tertawa, dan berbagi.

Setiap subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya, terdapat lima subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika sesuai dengan harapan atau cita-cita, semua pekerjaan terselesaikan dengan baik, berhasil mengerjakan tugas dengan tuntas dan maksimal, jika mahasiswa sukses. Juga terdapat dua subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika gaji, fasilitas, suasana yang mendukung; dan terdapat tiga subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena bisa mengembangkan ilmu pengetahuan, bisa menyalurkan hobi menulis dan bercerita, dan pendidik adalah pekerjaan yang mulia.

b. Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dari delapan jumlah subyek, yang terdiri dari enam subyek dosen PNS, dan dua subyek non PNS, terdapat empat subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan istri, anak, keluarga besar. Satu subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan anak, suami, dan keluarga besar; dua subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga besar, suami, dan anak; serta satu subyek yang memilih menghabiskan waktu luang untuk ingat beribadah, ingat persaudaraan, ingat saling membantu (urutan berdasarkan prioritas).

Terdapat tujuh subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama keluarga dengan ngobrol, jalan-jalan, silaturahmi ke keluarga, makan bersama, bersih-bersih rumah, beribadah bersama; dan terdapat satu subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga dengan sholawatan bersama keluarga setiap malam Sabtu, tahlilan bersama setiap Jumat Shubuh, dan mengaji bersama setiap Rabu Shubuh. Dari delapan jumlah subyek, cara lima subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan tersenyum, tertawa, menunjukkan ibu jari, rileks; dan tiga subyek menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan bersyukur dalam hati.

Setiap subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya, terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena dapat menyalurkan hobi, ada kemuliaan karena mengabdikan pada agama dan negara, bisa sharing pengetahuan, lebih merasa bermnafaat, lebih banyak teman, bertemu banyak orang; dan terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika terdapat perubahan karakter pada mahasiswa, presentasi yang berkualitas pada mahasiswa, ada pengembangan topik-topik pembelajaran, apabila hasil para mahasiswa memuaskan.

c. Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Dari delapan jumlah subyek, yang terdiri dari tujuh subyek dosen PNS, dan satu subyek non PNS, terdapat dua subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan istri, anak, dan keluarga besar; terdapat empat subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan suami, anak, keluarga besar; satu subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan anak, suami, keluarga besar, teman; serta satu subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga, sahabat atau teman (urutan berdasarkan prioritas).

Terdapat delapan subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama keluarga dengan bercanda, jalan-jalan, bertukar pendapat, makan bersama, belajar dan bermain bersama. Dari delapan jumlah subyek, cara subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan tersenyum, tertawa, dan wajah ceria.

Setiap subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya, terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena bisa bermanfaat untuk orang lain terutama mahasiswa,

pemanfaatan dan pengamalan ilmu; juga terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya ketika apa yang diinginkan bisa tercapai, memiliki kesempatan untuk melakukan pengembangan diri, kesempatan untuk terus belajar, keaktifan mahasiswa dalam belajar.

#### d. Fakultas Ushuluddin dan Filsafat

Dari tujuh jumlah subyek, yang terdiri dari empat subyek dosen PNS, dan tiga subyek non PNS, terdapat dua subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan istri, anak, dan keluarga besar; dua subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga besar, istri, sahabat, dan teman; satu subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan anak, suami, keluarga besar; satu responden yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan anak, istri, dan keluarga besar; serta satu subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan ummi, istri, dan saudara. (urutan berdasarkan prioritas).

Terdapat enam subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama keluarga dengan berekreasi, makan bersama, bercanda, bermain, ziarah, rebus usaha; dan terdapat satu subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga dengan sholat berjamaah. Dari tujuh jumlah subyek, cara enam subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan tersenyum, tertawa, riang, memberi hadiah; dan satu subyek dengan hunting foto sendirian. Setiap subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya, terdapat lima subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena dapat mentransformasikan keilmuan, bisa bermanfaat untuk orang lain, sesuai dengan harapan orang tua, sesuai cita-cita; dan dua responden memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya karena berinteraksi dengan pelajar atau mahasiswa, menjadi bagian dari UIN, jurnal terakreditasi yang up to date.

#### e. Fakultas Adab dan Humaniora

Dari tujuh jumlah subyek, yang terdiri dari dua subyek dosen PNS, dan lima subyek non PNS, terdapat tiga subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan istri, anak, dan keluarga besar; dua subyek yang menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga, teman, diri sendiri (me time); satu subyek yang menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga (bapak dan saudara) sahabat, teman; dan satu subyek yang menghabiskan waktu luang bersama dengan suami, orang tua, dan sahabat (urutan berdasarkan prioritas).

Terdapat tujuh subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama keluarga dengan jalan-jalan, makan-makan, nonton tv, sharing, tafakur alam. Dari tujuh jumlah subyek, cara subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan tersenyum, tertawa, sumringah. Setiap subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya, terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena dapat berbagi ilmu yang dengan mahasiswa, mahasiswa memahami materi yang disampaikan, rencana yang berjalan lancar, teman kerja yang menyenangkan, dapat mengeksplorasi kegiatan mengajar dikelas, meminimalisir hilangnya pengetahuan, pengetahuan yang bertambah, sebagai ibadah dan tabungan akhirat; dan tiga responden yang merasa puas dengan pekerjaannya jika materi kuliah selesai, goal mengajar tercapai.

#### f. Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dari 10 jumlah subyek, yang terdiri dari delapan subyek dosen PNS, dan dua subyek non PNS, terdapat empat subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan suami, anak, keluarga, dan sahabat; terdapat tiga subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu dengan anak, suami, keluarga besar; satu subyek yang memilih menghabiskan waktu bersama istri, anak, dan teman; serta dua subyek yang memilih menghabiskan waktu bersama keluarga, teman organisasi (urutan berdasarkan prioritas).

Terdapat 10 subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama keluarga dengan jalan-jalan, makan bersama, ngobrol, diskusi, mengurus rumah, nonton bioskop. Dari 10 jumlah subyek, cara tujuh subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan tersenyum, pandangan mata berbinar-binar, mimik muka cerah; dan tiga subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan memegang tangan pasangan, menari.

Setiap subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya, terdapat tiga subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika mahasiswa mampu melaksanakan tugas dengan baik, tujuan pembelajaran tercapai; enam subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena mentransfer ilmu

pada mahasiswa, mengaplikasikan ilmu yang dimiliki, dapat melakukan pengabdian pada masyarakat, melihat mahasiswa memperoleh job sesuai dengan kemampuannya, target dari tuntutan pekerjaan terpenuhi; dan satu responden yang merasa puas dengan pekerjaannya karena lingkungan yang islami, tidak tertekan.

g. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Dari tujuh jumlah subyek, yang terdiri dari lima subyek dosen PNS, dan dua subyek non PNS, terdapat dua subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan anak, suami, dan keluarga besar; dua subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama suami, anak, keluarga, dan sahabat; satu subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan istri, anak, dan teman; dan dua subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu bersama dengan keluarga, dan teman (urutan berdasarkan prioritas).

Terdapat tujuh subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama keluarga dengan sharing, jalan-jalan, makan bersama. Dari tujuh jumlah subyek, cara enam subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan tersenyum, tertawa.

Setiap subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya, terdapat lima subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika semua pekerjaan terselesaikan dengan baik dan berjalan dengan teratur; satu subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya karena ada tunjangan remun, hari kerja yang fleksibel, keluar kota untuk dinas tetapi tetap bisa jalan-jalan; dan satu subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika membuat mahasiswa memahami materi, menjadi pemakalah pada seminar internasional.

h. Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam

Dari delapan jumlah subyek, yang terdiri dari enam subyek dosen PNS, dan dua subyek non PNS, terdapat empat subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan istri, anak, dan keluarga; dua subyek memilih menghabiskan waktu luang bersama anak, suami, dan keluarga; satu subyek memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga, anak, dan istri; dan satu subyek memilih menghabiskan waktu luang bersama dengan istri, anak, keluarga, teman (urutan berdasarkan prioritas).

Terdapat delapan subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama keluarga dengan berekreasi, makan bersama, sholat berjamaah, membagi filosofi kejadian, bercocok tanam, bersepeda. Dari delapan jumlah subyek, cara subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan tersenyum, tertawa, ceria, berjalan dengan penuh semangat, bersenandung, bersiul-siul, senyum lebar.

Setiap subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya, terdapat tujuh subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika semua tugas dapat terselesaikan dengan baik, melihat mahasiswa atau alumni sukses, mengamalkan ilmu, menginspirasi generasi muda, membimbing dalam membangun logika berfikir, menginspirasi generasi muda; dan terdapat satu subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena upah yang baik, sistim kerja yang fleksibel.

i. Fakultas Sains dan Teknologi

Dari 10 jumlah subyek, yang terdiri dari delapan subyek dosen PNS, dan dua subyek non PNS, terdapat empat subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan istri, anak, dan keluarga besar; empat subyek yang memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan suami, anak, keluarga; satu subyek memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga, istri, dan teman; serta satu subyek memilih untuk menghabiskan waktu luang bersama dengan keluarga, sahabat, dan binatang peliharaan (urutan berdasarkan prioritas).

Terdapat 10 subyek yang memilih menghabiskan waktu luang bersama keluarga dengan bermain bersama, olahraga bersama, jalan-jalan, makan diluar, sholat berjamaah. Dari 10 jumlah subyek, cara enam subyek dalam menunjukkan jika sedang dalam keadaan bahagia adalah dengan tersenyum, tertawa, bersenandung, menangis haru.

Setiap subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya, terdapat tujuh subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena melihat mahasiswa semangat belajar, mahasiswa memahami materi, mengamalkan ilmu pengetahuan, bertemu dengan orang-orang antar disiplin ilmu, ilmu yang selalu terupgrade, melihat perubahan manajemen menjadi lebih baik, menemukan sesuatu yang baru dalam penelitian; juga terdapat dua subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena ada kejelasan karir, waktu yang fleksibel, kejelasan status masa depan (hari tua), dan lingkungan kerja yang nyaman; dan satu subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena upah yang baik.

## Pembahasan

Kebahagiaan adalah tujuan yang ingin dicapai oleh setiap individu. Aktivitas – aktivitas yang dilakukan merupakan perwujudan dari keinginan untuk memperoleh kebahagiaan. Meskipun pada dasarnya tujuan utama yang ingin dicapai oleh setiap individu beragam, seperti memperoleh pekerjaan yang baik, mencapai pendidikan yang tinggi serta membangun keluarga yang harmonis.

Konsep kebahagiaan memang berbeda-beda, tergantung dari beberapa faktor yang mempengaruhinya. Carr (2004) menjelaskan faktor yang dapat mempengaruhi kebahagiaan terdiri dari faktor eksternal dan internal. Termasuk dalam faktor eksternal adalah budaya, hubungan sosial yang meliputi ;hubungan pernikahan, kekeluargaan, dan teman dekat, lingkungan tempat tinggal, kesehatan, pencapaian prestasi baik yang telah tercapai maupun yang sedang diusahakan, pekerjaan, dan pendidikan. Termasuk dalam faktor internal adalah faktor genetik dan optimisme.

Ryan dan Deci (2007) menyatakan bahwa kebahagiaan dapat dilihat dari dua pandangan yaitu pandangan hedonic dan eudaimonic. Pandangan hedonic menyatakan kebahagiaan akan didapatkan jika tersedia pilihan – pilihan serta kenikmatan bagi pikiran dan tubuh. Karena itu andangan ini menyatakan bahwa kebahagiaan bersifat subjektif. Hal ini juga sejalan dengan yang diungkapkan oleh Seligman (2005) bahwa kebahagiaan hedonic muncul dari kesenangan – kesenangan yang diperoleh dari luar diri individu. Misalnya kebahagiaan akan dirasakan jika kita memperoleh segi kesenangan materil dan akan berusaha untuk mendapatkan kenikmatan diri dalam segi materil yang lebih agar mencapai kebahagiaan.

Pada fakultas Syariah dan Hukum terdapat dua subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika gaji, fasilitas, suasana yang mendukung; pada fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik terdapat satu subyek memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya karena ada tunjangan remun, hari kerja yang fleksibel, keluar kota untuk dinas tetapi tetap bisa jalan-jalan; pada fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam terdapat satu subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena upah yang baik, sistim kerja yang fleksibel; pada fakultas Sains dan Teknologi juga terdapat dua subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena ada kejelasan karir, waktu yang fleksibel, kejelasan status masa depan (hari tua), dan lingkungan kerja yang nyaman; dan satu subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena upah yang baik.

Pada fakultas Syariah dan Hukum terdapat lima subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika sesuai dengan harapan atau cita-cita, semua pekerjaan terselesaikan dengan baik, berhasil mengerjakan tugas dengan tuntas dan maksimal, jika mahasiswa sukses. dan terdapat tiga subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena bisa mengembangkan ilmu pengetahuan, bisa menyalurkan hobi menulis dan bercerita, dan pendidik adalah pekerjaan yang mulia; pada fakultas Dakwah dan Komunikasi terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena dapat menyalurkan hobi, ada kemuliaan karena mengabdikan pada agama dan negara, bisa sharing pengetahuan, lebih merasa bermnafaat, lebih banyak teman, bertemu banyak orang; dan terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika terdapat perubahan karakter pada mahasiswa, presentasi yang berkualitas pada mahasiswa, ada pengembangan topik-topik pembelajaran, apabila hasil para mahasiswa memuaskan; pada fakultas Tarbiyah dan Keguruan terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena bisa bermanfaat untuk orang lain terutama mahasiswa, pemanfaatan dan pengamalan ilmu; juga terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya ketika apa yang diinginkan bisa tercapai, memiliki kesempatan untuk melakukan pengembangan diri, kesempatan untuk terus belajar, keaktifan mahasiswa dalam belajar; pada fakultas Ushuluddin dan Filsafat terdapat lima subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena dapat mentransformasikan keilmuan, bisa bermanfaat untuk orang lain, sesuai dengan harapan orang tua, sesuai cita-cita; dan dua responden memiliki rasa puas tersendiri terhadap pekerjaannya karena berinteraksi dengan pelajar atau mahasiswa, menjadi bagian dari UIN, jurnal terakreditasi yang up to date; pada fakultas Adab dan Humaniora terdapat empat subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena dapat berbagi ilmu yang dengan mahasiswa, mahasiswa memahami materi yang disampaikan, rencana yang berjalan lancar, teman kerja yang menyenangkan, dapat mengeksplorasi kegiatan mengajar dikelas, meminimalisir hilangnya pengetahuan, pengetahuan yang bertambah, sebagai ibadah dan tabungan akhirat; dan tiga responden yang merasa puas dengan pekerjaannya jika materi kuliah selesai, goal mengajar tercapai; pada fakultas Psikologi dan Kesehatan terdapat tiga subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika mahasiswa mampu melaksanakan tugas dengan baik, tujuan pembelajaran

tercapai; enam subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena mentransfer ilmu pada mahasiswa, mengaplikasikan ilmu yang dimiliki, dapat melakukan pengabdian pada masyarakat, melihat mahasiswa memperoleh job sesuai dengan kemampuannya, target dari tuntutan pekerjaan terpenuhi; dan satu responden yang merasa puas dengan pekerjaannya karena lingkungan yang islami, tidak tertekan; pada fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik terdapat lima subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika semua pekerjaan terselesaikan dengan baik dan berjalan dengan teratur; dan satu subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika membuat mahasiswa memahami materi, menjadi pemakalah pada seminar internasional; pada fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam terdapat tujuh subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya jika semua tugas dapat terselesaikan dengan baik, melihat mahasiswa atau alumni sukses, mengamalkan ilmu, menginspirasi generasi muda, membimbing dalam membangun logika berfikir, menginspirasi generasi muda; yang terakhir pada fakultas Sains dan Teknologi terdapat tujuh subyek yang merasa puas dengan pekerjaannya karena melihat mahasiswa semangat belajar, mahasiswa memahami materi, mengamalkan ilmu pengetahuan, bertemu dengan orang-orang antar disiplin ilmu, ilmu yang selalu terupdate, melihat perubahan manajemen menjadi lebih baik, menemukan sesuatu yang baru dalam penelitian.

## Kesimpulan

Secara umum tingkat kebahagiaan dosen PNS dan Non PNS UIN Sunan Ampel Surabaya berada pada nilai 4 – 5 yang berarti para dosen tersebut merasa bahagia dengan kehidupannya. Sumber kebahagiaan berasal dari

1. Kesenangan yang berasal dari luar individu, seperti:
  - a. Gaji, remunerasi, dana pensiun.
  - b. Lingkungan kerja dan fasilitas yang mendukung.
  - c. Hari kerja yang fleksibel
  - d. Kesempatan jalan-jalan saat dinas luar kota
2. Aktivitas yang sejalan dengan tujuan hati
  - a. Pekerjaannya sesuai dengan harapan dan cita-cita termasuk pengabdian pada agama, bangsa dan negara.
  - b. Penyelesaian tugas secara tuntas dan maksimal termasuk membimbing perubahan karakter mahasiswa menjadi lebih baik.
  - c. Kesempatan pengembangan ilmu dan pengembangan diri,
  - d. Penyaluran hobi terutama hobi menulis dan membaca
  - e. Kesempatan memperoleh relasi sosial yang lebih luas.

## Daftar Pustaka

- Alwi, H. 2003. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka
- Arriza, B. K., Endah K. D., dan Dian V. S. K, 2011., Memahami Rekonstruksi Kebahagiaan pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA). Jurnal Psikologi UNDIP Vol. 10, No 2, Hal. 153-162
- Carr, A., 2004, Positive Psychology : The Science of Happiness and Human Strengths. Hove & New York: Brunner – Routledge; Taylor and Francis Group
- Chakaraborty, Esha. 2015. Relation Between Materialistic Value, Spiritual Oneness Belief and Physical Oneness with Happiness: A Study On Young Professional. Indian Journal of Positive Psychology, 2015, 6 (3), 245-248
- Elfida dkk., 2014. Hubungan Baik dengan Orang yang Signifikan dan Kontribusinya terhadap Kebahagiaan Remaja Indonesia. Jurnal Psikologi Vol. 10 N0.2, Hal. 66-73 thn
- Hakisukta dan Julianti Irmayanti Saragih, 2012, Kebahagiaan pada Bhante Theravada. Predicara Vol. 1 No.1 Hal. 1-8,

- Hurlock, E. B., 1980, Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan edisi 5. Jakarta, Erlangga.
- Kushlev, K., Dunn, E.W. dan Lucas, R. E., 2014. Higher Income Is Associated With Less Daily Sadness but Not More Daily Happiness. *Journal of Social Psychological and Personality Science* Vol 07, NO.1, Hal. 1-7
- Lestiani, Ine. 2016. Hubungan Penerimaan Diri dan Kebahagiaan Pada Karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Universitas Gunadarma* Volume 9. No. 2, Juni 2016
- Muhid, A. 2019. Analisis Statistis: 5 Langkah Praktis Analisis Statistik dengan SPSS for windows, Edisi ke 2. Sidoarjo: Penerbit Zifatama Jawa.
- Mustofa, A. 1998. Ilmu Budaya Dasar. Bandung : CV. Pustaka Setia.
- Myers, D. 2012. Psikologi Sosial edisi Kesepuluh. Jakarta : Salemba Humanika.
- Nandini, Dwitiya Agsan. 2016. Kontribusi Optimisme Terhadap Kebahagiaan Pada Karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Universitas Gunadarma* Volume 9. No. 2, Desember 2016.
- Noddings, Nel., 2003. Happiness and Education, USA, Cambridge University Press.
- Prasetyo, Anggun Resdasari. 2015. Gambaran Career Happiness Plan Pada Dosen. *Jurnal Psikologi Undip* Vol.14 No.2 Oktober 2015, 174-182.
- Ryan, R. M. dan Deci, E. L. (2007). *Handbook of Self-Determination Research*. Singapore: The University of Rochester Press.
- Seligman, M.E.P., 2005. Authentic Happiness; Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif; Terjemahan, Bandung: PT. Mizan Pustaka.
- Sharma, Parnika. 2014. Exploring College Student's Conception of Happiness. *Indian Journal of Positive Psychology*, 2014 5 (4), 393-397.
- Tamir. (2017). The Secret to Happiness: Feeling Good or Feeling Right?. *Journal of Experimental Psychology: General*. Vol. 146, No. 10, P. 1448–1459.
- Veenhoven. (2004). Healthy Happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care. *Journal of Happiness Studies*. Vol 9. Hlm. 1-26.
- Wulandari, Siska. 2014. Faktor-faktor Kebahagiaan di Tempat Kerja. *Jurnal Psikologi*, Volume 10 Nomor 1, Juni 2014.
- <http://web.inilah.com/read/detail/1810764/mengejarkebahagiaan> diakses 26 Oktober 2017.
- <http://www.suarapembaruan.com//87,4%Penduduk> Indonesia Bahagia/readhtml. Diakses. 26 Oktober 2017.
- [https://jatim.bps.go.id/4dm!n/brs\\_ind/brsInd-20150413042950.pdf](https://jatim.bps.go.id/4dm!n/brs_ind/brsInd-20150413042950.pdf). diakses 26 Oktober. 2017.