

PENGARUH KESULITAN EKONOMI, KEPUASAN PERKAHWINAN DAN KEAGAMAAN KE ATAS KEBAHAGIAAN

*Muhammad Idris Bullare @ Bahari & Ra'idatun Adilah Binti Nor Zaman

Unit Penyelidikan Psikologi dan Kesihatan Sosial, Universiti Malaysia Sabah

*Correspondent author's e-mail: ferlis@ums.edu.my

Received date: 18 July 2019; Accepted date: 31 October 2019

Abstrak: Kajian ini bertujuan menguji hubungan antara kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan dengan kebahagiaan. Kajian ini melibatkan responden seramai 166 orang yang terdiri daripada 59 orang lelaki dan 107 orang perempuan. Tinjauan kajian dijalankan secara bersemuka dan atas talian. Kajian ini menggunakan analisis korelasi Pearson bagi mengukur hubungan antara kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan dengan kebahagiaan dalam kalangan masyarakat di Sabah. Manakala, analisis regresi pelbagai pula bertujuan mengukur pengaruh antara kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan terhadap kebahagiaan dalam kalangan masyarakat di Sabah. Hasil kajian menunjukkan hubungan yang signifikan antara kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan dengan kebahagiaan. Selain itu, hasil kajian membuktikan bahawa ketiga-tiga pembolehubah bebas boleh menerangkan secara signifikan sebanyak 23.7% daripada varians dalam kebahagiaan. Kajian ini mendapati kebahagiaan merupakan pengaruh yang utama ke atas kepuasan perkahwinan. Implikasi dan cadangan kajian turut dibincangkan.

Kata Kunci: Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Perkahwinan, Keagamaan, Kebahagiaan

PENDAHULUAN

Kebahagiaan merupakan suatu keperluan bagi setiap individu. Menurut Bono (1997), sepertimana kebakaran yang merupakan fungsi sebenar api maka kebahagiaan adalah fungsi sebenar kewujudan manusia. Setiap daripada kita sering memilih tempat makan, pekerjaan, kawan, pasangan hidup dan tempat tinggal yang boleh mendatangkan rasa kesenangan, keseronokan dan kebahagiaan dalam kehidupan kita. Konsep kebahagiaan

yang merupakan salah satu aspek penting dalam psikologi positif kini mendapat perhatian daripada pelbagai pihak. Sheldon dan King (2001) menyatakan psikologi positif adalah satu usaha yang menggesa ahli psikologi untuk menerima pakai perspektif yang lebih terbuka dan menghargai potensi, motivasi dan keupayaan manusia. Seligman (2002) berpendapat bahawa individu cuba untuk menjalani kehidupan secara penuh perlu memenuhi ketiga-tiga orientasi tersebut untuk mencapai kebahagiaan, iaitu apabila mengalami emosi positif: Hasil daripada penglibatan dan kepuasan setelah menggunakan kekuatan dirinya, dan dia menggunakan kekuatan tersebut dalam perkhidmatan sesuatu yang lebih besar untuk mendapatkan makna. Oleh yang demikian, Seligman (2002) telah memperkenalkan tiga orientasi kebahagiaan iaitu kesenangan (*pleasure*), penglibatan (*engagement*) dan makna (*meaning*).

Kebanyakan manusia bekerja dengan bersungguh-sungguh untuk mendapatkan gaji yang lumayan supaya mereka boleh memenuhi keperluan harian, membeli kereta, rumah, perabot dan memiliki isteri yang diinginkan. Semua itu dilakukan supaya mereka merasai dan mengecapi kesenangan dalam hidup. Tidak kurang juga, ada yang mencari kebahagiaan dengan kesusahan dan kepayahan. Diener dan Biswas-Diener (2008) menyatakan sejarahnya, kebahagiaan itu diperoleh daripada reputasi yang buruk atau kesengsaraan. Ibu bapa sanggup bersusah demi mencari sesuap nasi untuk sebuah keluarga supaya mereka boleh hidup senang dan bahagia. Malah ada yang sanggup bekerja lebih masa, melakukan kerja-kerja yang merbahaya hanya untuk memperoleh gaji yang lumayan. Kajian mendapati bahawa kepuasan kewangan menjangkakan kepuasan hidup lebih kuat di negara miskin berbanding negara kaya (Diener & Diener, 1995; Oishi et al., 1999) Namun, tidak pasti sama ada mereka benar-benar bahagia dengan kesenangan yang mereka kecapi hasil daripada kesengsaraan tersebut ataupun sebaliknya.

Satu kajian yang dijalankan oleh Andrew (1997) menyatakan masyarakat di Amerika Syarikat menunjukkan peningkatan kebahagiaan apabila meningkatnya prestasi ekonomi di negara mereka (dlm. Felicia & Alex, 2011). Adalah tidak hairan apabila manusia cuba meningkatkan kebahagiaan dengan meningkatkan kewangan yang banyak dalam hidup mereka (Diener & Biswas-Diener, 2008). Teori Keperluan Maslow menekankan untuk memenuhi keperluan asas seperti makanan, rumah dan pakaian terlebih dahulu sebelum mencapai tahap kepuasan sendiri yang

lebih tinggi. Tanpa kewangan yang cukup adalah mustahil bagi manusia untuk memenuhi keperluan tersebut. Arygle (2001) menjelaskan bahawa peranan faktor ekonomi terhadap kebahagiaan secara umum berbeza antara negara kaya dengan negara miskin. Hal ini disebabkan masyarakat negara miskin lebih merasakan akibat daripada tekanan ekonomi, iaitu kesulitan memenuhi keperluan asas. Sebaliknya masyarakat negara kaya secara umumnya mampu memenuhi keperluan asas yang menyebabkan faktor ekonomi kurang berperanan dalam menentukan kesejahteraan hidup (Rochman Hadjam & Arif Nasiruddin, 2003).

Diener dan Biswas-Diener (2008) menyatakan beberapa komponen yang penting untuk mencapai kebahagiaan sebenar:

- Kepuasan hidup dan kebahagiaan
- Kerohanian dan tujuan hidup
- Sikap dan emosi positif
- Hubungan sosial dengan kasih sayang
- Aktiviti dan kerja yang melekakan
- Pencapaian nilai dan matlamat hidup
- Kesihatan mental dan fizikal
- Material untuk memenuhi keperluan

Penglibatan individu dalam masyarakat juga dilihat dapat memupuk kebahagiaan apabila mereka mengenal pasti kekuatan diri. Masnah et al., (2002) berpendapat, berbeza dengan masyarakat di Barat, dalam masyarakat Melayu, ukuran kepuasan diri dan kesejahteraan kehidupan bukanlah yang bersifat material semata-mata tetapi meliputi pelbagai aspek kehidupan termasuklah kebahagiaan keluarga dan rumah tangga, kebajikan masyarakat dan lain-lain lagi. Secara fakta, hubungan antara kebahagiaan dengan hubungan sosial sangat kuat sehinggakan ahli psikologi berpendapat bahawa manusia secara genetik memerlukan antara satu sama lain (Diener & Biswas-Diener., 2008). Rizabuana Ismail (2008), dalam kajiannya yang mengukur dimensi kualiti rumah tangga, telah memperkenalkan dimensi yang terpenting, iaitu kebahagiaan dalam rumah tangga berbanding dimensi yang lain.

Diener dan Biswas-Diener (2008) menyatakan apabila pasangan hidup meninggal dunia, akan menjadi tamparan hebat yang boleh meragut kebahagiaan pasangan yang ditinggalkan. Secara purata pasangan hidup

mengambil masa lima hingga tujuh tahun untuk mengembalikan tahap kepuasan hidup mereka kembali seperti ketika pasangan mereka masih hidup. Kepuasan perkahwinan melibatkan tiga aspek, (1) kualiti intrapersonal, iaitu faktor yang menerangkan sesuatu tentang seorang atau kedua-dua pasangan; (2) kualiti interpersonal, iaitu faktor yang menerangkan hubungan antara dua pasangan; dan (3) pengaruh persekitaran, yang memberi kesan kepada hubungan sama ada secara positif ataupun negatif (William, 2005). Individu yang mempunyai hubungan sosial yang baik tidak kira antara suami isteri, sahabat, jiran tetangga, adik beradik dan masyarakat akan merasai kebahagiaan. Seorang lelaki yang bahagia dengan dirinya dan mempunyai maruah akan bertingkah laku baik serta menimbulkan perasaan hormat terhadap orang lain (Bono, 1977). Kepuasan perkahwinan yang dirasai oleh pasangan masing-masing boleh membentuk kebahagiaan hidup kerana mereka mempunyai hubungan sosial yang baik.

Sebahagian manusia pula merasakan kebahagiaan ialah apabila mereka memahami dan mendalami tujuan hidup mereka. Kebahagiaan juga dikatakan terdiri daripada dimensi-dimensi seperti makna dan tujuan hidup (Tov & Diener, dlm. Diener, 2009). Oishi dan Diener (2001) berpendapat daripada pengalaman seharian, kita semua boleh mengenal pasti peranan matlamat dalam kehidupan, kerana berjaya atau gagal mencapai matlamat tersebut menjadikan hidup kita seronok atau sedih. Rahmat (2011), dalam kajiannya membuktikan faktor utama pendokong kepada kebahagiaan guru adalah pengalaman kerohanian. Disebabkan itu, terdapat sebilangan manusia yang mencari kebahagiaan dengan mendalami agama supaya mempunyai tujuan hidup yang jelas. Kebanyakan manusia apabila mempunyai masalah yang tidak dapat diselesaikan mereka akan ke tempat ibadah masing-masing; Islam di Masjid; Kristian di Gereja; Hindu di Kuil; dan Buddha di Tokong, mereka meminta bantuan kepada sesuatu yang lebih berkuasa. Perasaan pengharapan kepada sesuatu yang lebih berkuasa ini membawa kepada perasaan yang menenangkan. Seligman (2002) menyatakan individu yang memandu hidupnya ke arah kesenangan dilihat memaksimumkan emosi positif dan meminimumkan emosi negatif.

Diener dan Biswas-Diener (2008) menyatakan terdapat banyak kajian yang menunjukkan hubungannya yang signifikan walaupun kecil manfaat agama terhadap kesejahteraan. Hal ini membuktikan kewujudan hubungan

yang signifikan antara keagamaan dengan kebahagiaan tersebut.. Mereka yang mempunyai kekuatan kerohanian mahupun hubungan yang rapat dengan Tuhan akan bersikap lebih positif dengan setiap perkara yang berlaku terhadap dirinya sama ada positif mahupun negatif. Disebabkan itu Jung (1960) berpendapat orang yang mempunyai pandangan agama mampu mendepani segala ujian jatuh bangun dalam kehidupan. Kajian lain juga membuktikan orang beragama kelihatan kurang melibatkan diri dengan dadah dan melakukan jenayah, tetapi mereka lebih suka kepada pendidikan, mencari duit dan hidup lebih lama (Diener & Biswas-Diener, 2008). Kepentingan agama memandu kehidupan seseorang supaya hidup lebih sejahtera tidak dapat dinafikan kerana setiap ajaran daripada agama itu berbentuk kebaikan.

Oleh itu, dapat disimpulkan terdapat tiga elemen yang penting dalam menentukan kebahagiaan seseorang iaitu material, interpersonal dan intrapersonal. Faktor material seperti kesulitan ekonomi menentukan tahap kesenangan hidup individu. Malah menjadi kayu ukur samada keperluan asas hidup dapat dipenuhi ataupun tidak. Selain itu, faktor interpersonal seperti kepuasan perkahwinan juga boleh menjadi salah satu penyumbang kepada kebahagiaan. Hal ini disebabkan kepuasan penglibatan peranan suami atau isteri dalam rumahtangga yang dibina. Manakala faktor keagamaan yang mewakili elemen intrapersonal juga boleh membantu seseorang mengesepi kebahagiaan dengan menyelami makna dan tujuan hidup.

Permasalahan Kajian

Seligman (2002) dalam bukunya *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment* menekankan tiga orientasi kebahagiaan atau tiga cara untuk bahagia, iaitu kesenangan, penglibatan dan makna. Kajian di Barat telah menunjukkan aspek kebahagiaan yang dipengaruhi prestasi ekonomi, tetapi sejauh manakah kajian tersebut boleh diaplikasikan di Asia? Ireland merupakan negara yang tidak mempunyai prestasi ekonomi yang baik tetapi menunjukkan tahap kebahagiaan yang sama seperti Amerika Syarikat (William, 2005). Hal ini menunjukkan faktor psikologi itu berbeza mengikut silang budaya masyarakat merentasi dunia.

Kesulitan ekonomi dilihat memberi kesan kebahagiaan yang tinggi terhadap mereka yang berpendapatan rendah, tetapi tidak terlalu memberi

kesan terhadap mereka yang sudah dapat memenuhi keperluan hidup mereka. Malah hanya sedikit mereka yang berpendapatan tinggi merasai kebahagiaan hidup (William, 2005). Kajian yang dijalankan oleh Oswald (1997), mendapati mereka yang menganggur mempunyai sumber yang banyak untuk tidak bahagia. Rochman Hadjman & Arif Nasiruddin (2003) dalam kajian mereka juga membuktikan bahawa kesulitan ekonomi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Sejauhmana pengaruh ekonomi mendorong kebahagiaan masyarakat dalam negara yang sedang membangun seperti Malaysia.

Emosi mempunyai korelasi yang lebih tinggi dengan kebahagiaan berbanding kognitif (Andrew dan McKennel, 1980). Hubungan intim yang baik dalam rumah tangga membantu setiap pasangan membina emosi positif. Hal ini mendorong suami atau isteri merasai kebahagiaan. Banyak kajian yang membuktikan individu yang berkahwin mempunyai kebahagiaan yang lebih berbanding janda, duda dan bujang (Michael, 2001). Carr et al. (2015) menyatakan ketegangan rumah tangga berkesinambungan dengan kekecewaan, kesedihan dan kerisauan isteri manakala kekecewaan buat suami. Manakala, mereka yang mempunyai kebahagiaan perkahwinan melaporkan skor yang tinggi terhadap kesejahteraan dan kesihatan yang baik (Katja Margelisch et al., 2015). Kepuasan perkahwinan itu mempunyai hubungan yang baik dengan kebahagiaan memandangkan kebahagiaan yang dikecapi akan membawa kepada kesejahteraan.

Kajian agama berorientasikan strategi pengendalian mendapati pelbagai strategi digunakan oleh individu dalam menangani tekanan dan kesulitan hidup (Pargament et al., 2000). Satu kajian yang dijalankan oleh Ed Diener dan *Gallup Organization*, beberapa ribu orang yang menetap di St. Louis telah dihubungi untuk menjawab persoalan berkaitan dengan kerohanian dan kepuasan hidup. Hasil kajian mendapati mereka yang percaya kepada Tuhan dan kehidupan selepas ini lebih berpuas hati dengan kehidupan mereka (Diener & Biswas-Diener., 2008).

Agama mempunyai kepentingan dalam mempengaruhi kebahagiaan dan kepuasan hidup, sekiranya mereka yang beragama mempunyai tujuan dan memahami makna erti kehidupan. Kesedaran yang wujud untuk melakukan kebaikan membantu mereka membina hubungan yang baik sesama manusia. Namun begitu, masa kini gejala sosial meningkat dalam

kalangan anak muda, seperti kes pembuangan bayi, dadah, rompak, curi, lari dari rumah, dan rogol. Jumlah kes jenayah tertinggi pada tahun 2010 yang dicatatkan oleh Mahkamah Syariah Negeri Melaka ialah kes khalwat sebanyak 188 kes dan hamil luar nikah sebanyak 88 kes. Statistik sebenar ditunjukkan dalam Jadual 1. Selain itu kes penderaan kanak-kanak juga meningkat pada tahun 2006 (1,999 kes) kepada tahun 2007 (2,279 kes) yang dilaporkan oleh Jabatan Kebajikan Masyarakat pada tahun 2008. Kes-kes jenayah yang berlaku ini menggambarkan tingkah laku yang tidak bahagia. Melihat kepada kepentingan agama dalam kehidupan manusia, pengkaji ingin menilai sejauhmana keagamaan itu mempengaruhi kebahagiaan individu.

Jadual 1: Jumlah Kes Jenayah Tertinggi Mengikut Peruntukan Tahun 2010 Mahkamah Syariah Negeri Melaka.

Bil	Peruntukan	Jumlah Kes
1	Khalwat	188
2	Hamil luar nikah	88
3	Bersetubuh luar nikah	45
4	Berjudi	36
5	Perceraian tanpa kebenaran mahkamah	9

Secara kesimpulan, dalam kajian ini pengkaji ingin melihat sejauhmana peranan material (skala kesulitan ekonomi), hubungan sosial atau dikenali sebagai interpersonal (skala kepuasan perkahwinan) dan intrapersonal (skala keagamaan) mempengaruhi kebahagiaan individu. Tujuan khusus kajian adalah seperti berikut:

- Mengetahui pasti hubungan antara kesulitan ekonomi dengan kebahagiaan.
- Mengetahui pasti hubungan antara kepuasan perkahwinan dengan kebahagiaan.
- Mengetahui pasti hubungan antara keagamaan dengan kebahagiaan.
- Menentukan pengaruh kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan ke atas kebahagiaan.

Tinjauan Kajian Lepas

Kesulitan Ekonomi dan Kebahagiaan

Satu kajian yang dijalankan oleh Andrew (1997) menyatakan bahawa masyarakat di Amerika Syarikat menunjukkan peningkatan kebahagiaan apabila meningkatnya prestasi ekonomi di negara mereka (dlm. Felicia & Alex, 2011). Kajian lain adalah tentang peranan ekonomi dalam kebahagiaan oleh (Dakin & Wampler, 2008). Hasil kajian ini menunjukkan mereka yang berpendapatan sederhana mempunyai skor yang lebih tinggi dalam skala kepuasan perkahwinan berbanding berpendapatan rendah, tetapi mempunyai skor yang lebih rendah untuk skala kesulitan psikologi berbanding dengan yang berpendapatan rendah.

Kajian oleh Arampatzil dan Veenhoven (2014), mendapati bahawa tahap pengangguran serantau lebih tinggi dan inflasi kebanyakannya berkaitan dengan tahap kepuasan hidup yang lebih rendah untuk pekerja yang berada dalam keadaan kewangan yang buruk atau yang menjangkakan keadaan kewangan mereka akan datang menjadi lebih teruk. Sebaliknya mereka yang bekerja dan mempunyai kewangan dan prospek yang baik tidak akan terjejas dengan krisis ekonomi. Tambahan pula kajian yang dijalankan oleh Oswald (1997), membuktikan bahawa mereka yang menganggur didapati mempunyai sumber yang banyak untuk tidak bahagia. Kajian Oswald (1997) juga menekankan faktor kesejahteraan mampu membantu perkembangan ekonomi negara industri walaupun sedikit.

Rochman Hadjman dan Arif Nasiruddin (2003), membuktikan bahawa kesulitan ekonomi menyumbang sebanyak 13.1% daripada varians dalam kebahagiaan $F = 7.710$, $k < 0.01$. Kajian ini membuktikan secara langsung bagaimana peranan kesulitan ekonomi mempengaruhi secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologi. Individu yang mempunyai tahap kesejahteraan psikologi yang tinggi, berkemungkinan besar juga mempunyai kebahagiaan hidup. Namun, masih memerlukan kajian lain bagi menyokong kenyataan tersebut.

Walau bagaimanapun, kajian yang dijalankan oleh Nattavudh Powdthavee dan Alois Atutzer (2014), menyatakan bahawa manusia tidak peduli dengan kesengsaraan apabila kesejahteraan itu tercapai. Kajian ini mendapati aspek kebijaksanaan dalam adaptasi dengan perkara-perkara yang berlaku di sekeliling adalah penting. Kebanyakan kajian membuktikan hubungan dan pengaruh yang signifikan antara kesulitan ekonomi dengan kebahagiaan. Namun, faktor-faktor luaran seperti kestabilan ekonomi, pengangguran dan kebijaksanaan adaptasi masalah

juga dilihat boleh mempengaruhi peranan kesulitan ekonomi terhadap kebahagiaan hidup.

Kepuasan Perkahwinan dan Kebahagiaan

Satu kajian oleh Asih Miranti (2014), menyatakan setiap keluarga menginginkan hubungan yang baik dengan kasih sayang dan mencintai antara anggota keluarga untuk memperoleh kebahagiaan dalam hidup berkeluarga. Carr et al. (2016), mendapati ketegangan perkahwinan menyebabkan kekecewaan, kesedihan dan kebimbangan para isteri manakala kekecewaan bagi para suami. Sokongan perkahwinan juga berkesinambungan dengan kurangnya kerisauan. Analisis kesan pasangan menunjukkan seorang suami merekodkan ketegangan perkahwinan dengan tahap kekecewaan isteri, manakala isteri pula merekodkan sokongan perkahwinan dengan tahap kekecewaan suami.

Katja Margelisch et al. (2015), menjalankan kajian terhadap dua kumpulan, iaitu perkahwinan bahagia dan perkahwinan tidak bahagia. Perkahwinan yang bahagia menyimpan rekod skor yang tinggi bagi kesejahteraan dan kesihatan. Secara kesimpulan kajian ini membuktikan bahawa kepuasan perkahwinan berkesinambungan dengan kesejahteraan dan kesihatan dalam kalangan pasangan lanjut usia. Manakala faktor ketahanan psikologi dan ketegangan perkahwinan masing-masing mempunyai hasil yang berbeza.

Seterusnya, Dush & Amato (2005) dalam kajian mereka telah membuktikan individu yang memiliki hubungan bahagia merekodkan tahap kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi berbanding mereka yang mempunyai hubungan tidak bahagia tanpa mengira status hubungan. Hasil kajian oleh Jamaludin Suhaimi (2006), mendapati tidak terdapat hubungan yang signifikan kerapatan hubungan dengan kepuasan perkahwinan, tetapi faktor kepelbagaian aktiviti mampu mempengaruhi kepuasan perkahwinan. Selain itu, kajian oleh Iis Ardhianita & Budi Andayani (2005) menunjukkan terdapat perbezaan yang sangat signifikan antara yang berpacaran dengan tidak berpacaran terhadap kepuasan perkahwinan. Kajian-kajian lepas membuktikan peranan aktiviti dan status pacaran atau tidak terhadap kepuasan perkahwinan, manakala kajian lain menunjukkan kesejahteraan subjektif berkesinambungan dengan kebahagiaan.

Keagamaan dan Kebahagiaan

Kajian oleh Marcham Darokah dan Ahmad Muhd Diponegoro (2005), membuktikan hubungan positif antara pelajaran agama Islam dan akhlak terhadap kebahagiaan ($r = .495$). Selain itu, Ed Diener dan Gallup Organization menjalankan kajian ke atas beberapa ribu orang yang menetap di St. Louis dengan menghubungi mereka untuk menjawab persoalan berkaitan kerohanian dan kepuasan hidup. Dapatan kajian mendapati mereka yang percaya kepada Tuhan dan kehidupan selepas ini lebih berpuas hati dengan kehidupan mereka (Diener & Biswas-Diener., 2008).

Sumasno Hadi (2015) dalam kajiannya menyatakan bahawa konsep etika nilai kebahagiaan (*eudeaimonia*) sebagai matlamat hidup adalah kualiti hidup dunia dan akhirat. Kajian ini mendapati etika eudemonistik masyarakat Banjar merupakan konsep etika yang beragama. Nur Ahmad (2015), juga menyatakan mereka yang mengembangkan aspek kesihatan rohaninya akan mampu menjadi diri sendiri yang kuat apabila berhadapan dengan orang lain. Tajuk kajian “Kerangka Dasar Membangun Kesehatan Spiritual Melalui Psikologi Islam” merupakan kajian baharu yang membina dasar Psikologi Islam dalam bidang psikologi, yakni agama itu dilihat mampu membawa manusia kepada kehidupan yang sejahtera.

Andewi Suhartini (2003), dalam kajiannya mengetengahkan dua jenis pandangan manusia terhadap kehidupan iaitu pesimis dan optimis. Kaum optimis menilai kehidupan ini dengan penuh berharga kerana memiliki makna dan tujuan, manakala kaum pesimis memandang kehidupan ini tidak ada kebahagiaan sejati. Menurut Andewi Suhartini (2003), orang-orang Barat yang sejak lama meninggalkan agama, pada akhirnya sedar akan kepentingan agama untuk mendapatkan ketenangan hidup. Apabila agama itu sebagai satu pentunjuk kepada masyarakat untuk mengatur kehidupannya, maka manusia itu sentiasa mempunyai penyelesaian dalam setiap permasalahan yang dihadapi.

Namun, Rochman Hadjman dan Arif Nasiruddin (2003) dalam kajian mereka, membuktikan bahawa keagamaan tidak mempunyai pengaruh yang signifikan $F = .611$ $k > 0.05$. Peranan keagamaan masih menjadi persoalan sama ada mempengaruhi atau tidak mempengaruhi kebahagiaan kerana kajian lepas membuktikan hasil yang berbeza. Masih tidak banyak kajian empirikal yang membuktikan agama berperanan kepada

kebahagiaan hidup secara signifikan, namun banyak teori dan penjelasan yang cuba dilakukan oleh pengkaji-pengkaji menjelaskan peranan agaman itu sendiri mampu membawa manusia mengenali makna hidup sekaligus mendorong manusia untuk mengecapi kebahagiaan di dunia.

METODOLOGI

Reka Bentuk Kajian

Reka bentuk kajian yang digunakan dalam kajian ini adalah tinjauan. Kaedah yang telah digunakan adalah menggunakan tinjauan secara bersemuka dan atas talian. Borang soal selidik telah diedar secara bersemuka dan atas talian dengan menggunakan perisian *Google Doc*. Kaedah ini paling mudah untuk mengumpul maklumat dalam masa yang singkat dan tidak melibatkan kos yang banyak. Maklum balas yang paling banyak diterima adalah melalui kaedah atas talian iaitu sebanyak 112 orang responden dan selebihnya kaedah secara bersemuka melalui edaran soal selidik di sekitar Bandaraya Kota Kinabalu.

Subjek Kajian

Subjek yang terlibat dalam kajian ini adalah seramai 166 orang responden yang berperanan sebagai ibu atau bapa. Seramai 59 orang responden merupakan lelaki dan 107 orang adalah perempuan, berumur dalam lingkungan 20 tahun sehingga 60 tahun. Purata umur responden ialah 32tahun. Responden merupakan individu yang mempunyai pendapatan bulanan antara RM300 hingga RM3000. Responden yang berbangsa Melayu seramai 120 orang, bangsa Cina 2 orang dan selebihnya daripada lain-lain, iaitu bangsa seperti Bugis, Bajau, Dusun, Kadazan, Brunei, Sungai, Tagalog, Suluk dan Rungus. Seramai 160 orang responden beragama Islam, dua orang beragama Buddha dan seorang beragama Kristian. Pemilihan subjek kajian adalah secara persampelan mudah.

Kajian Awal

Kajian awal telah dijalankan terhadap 29 orang responden yang terdiri daripada enam orang lelaki dan 23 orang perempuan. Kaedah yang digunakan adalah melalui edaran soal selidik secara bersemuka dan atas talian. Kajian awal telah dijalankan untuk menguji tahap kebolehpercayaan ketekalan dalaman sesuatu ujian yang akan digunakan dalam kajian sebenar. Sesuatu ujian itu dikira mempunyai tahap kebolehpercayaan ketekalan dalaman yang baik apabila nilai alfa

Cronbach melebihi .07 ($\alpha > .70$). Menurut Anastasia (1982), kebolehppercayaan didefinisikan sebagai ketekalan skor-skor daripada individu yang sama apabila diberi ujian yang sama pada masa yang berlainan. Kajian menunjukkan setiap skala yang diukur adalah melebihi .70 ($\alpha > .70$). Skala kesulitan ekonomi mencatat nilai alfa Cronbach ($\alpha = .860$), skala kebahagiaan ($\alpha = .779$), skala kepuasan perkahwinan ($\alpha = .975$) dan skala keagamaan ($\alpha = .905$). Secara keseluruhannya, semua instrument mencatat nilai kebolehppercayaan ketekalan dalaman yang baik dan sesuai digunakan untuk kajian sebenar.

Kajian Sebenar

Kajian melalui tinjauan rentas telah dijalankan dengan mengedarkan borang soal selidik secara bersemuka dan atas talian. Jumlah responden seramai 166 orang, 59 orang lelaki dan 107 orang perempuan (76 orang bandar dan 90 orang luar bandar). Responden yang dipilih hanya dihadkan kepada individu yang berpendapatan sebulan RM3000 dan ke bawah, suami atau isteri dan menetap di Sabah. Data mentah yang dikumpul adalah berdasarkan borang soal selidik yang mempunyai lima bahagian iaitu bahagian A, B, C, D dan E.

Bahagian A bertujuan mengumpul maklumat demografi responden seperti jantina (lelaki atau perempuan), asal (bandar atau luar bandar), pekerjaan (awam, swasta atau bekerja sendiri), bangsa (Melayu, Cina, India atau lain-lain), umur, agama (Islam, Kristian, Hindu, Budhha atau lain-lain) dan anggaran gaji bulanan. Seterusnya Bahagian B mengukur skala kesulitan ekonomi menggunakan instrumen *Economic Strain Questionnaire* (ESQ), bahagian C pula mengukur tahap kebahagiaan yang mengaplikasikan *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ), Bahagian D pula mengukur skala kepuasan perkahwinan menggunakan instrumen *Kansas Marital Satisfaction Scale* (KMS) dan bahagian terakhir adalah Bahagian E yang mengukur tahap keagamaan menggunakan instrumen *Religious Commitment Inventory 10* (RCI-10). Seterusnya borang soal selidik dikumpul dan dianalisis menggunakan perisian *IBM SPSS Statistics 22.0*.

Instrumen Kajian

Borang soal selidik yang digunakan telah memuatkan empat alat kajian yang berbeza mengikut keperluan kajian. *Economic Strain Questionnaire* (ESQ) berperanan mengukur aspek kesulitan ekonomi yang dirasakan oleh

responden, *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) pula berperanan mengukur tahap kebahagiaan responden, seterusnya alat kajian *Kansas Marital Satisfaction Scale* (KMS) berperanan mengukur kepuasan perkahwinan responden yang merupakan suami atau isteri dan yang terakhir adalah alat kajian *Religious Commitment Inventory 10* (RCI-10) yang mengukur skala keagamaan responden.

Economic Strain Questionnaire (ESQ)

Alat kajian *Economic Strain Questionnaire* (ESQ) ini merujuk kepada soalan-soalan berkaitan dengan kesulitan ekonomi yang dipersepsikan oleh responden yang merupakan ibu atau ayah. Soalan-soalan yang terdapat di dalam instrumen ini berkaitan dengan perolehan kewangan untuk kegunaan isi rumah yang diambil daripada *Economic Strain Questionnaire* (Pearlin et al., 1981) (dlm. Ferlis Bullare @ Bahari, 2004) dan telah menjalani terjemahan kembali. Kesulitan ekonomi keluarga ini menyatakan sejauh mana persetujuan mereka terhadap kesukaran yang mereka alami untuk mendapatkan makanan, rawatan, perubatan, pakaian, melakukan aktiviti masa lapang, perabot, kelengkapan rumah, tempat tinggal dan kenderaan. Keseluruhan skala ini mengandungi lapan item iaitu tujuh item negatif dan satu item positif. Skor yang tinggi bagi skala ini menggambarkan kesulitan ekonomi yang dihadapi juga tinggi. Minimum skor adalah lapan dan skor maksimum adalah 32.

Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)

Alat kajian ini melibatkan soalan-soalan yang bertanyakan tentang kognisi dan perasaan individu terhadap diri sendiri dan hubungan interpersonal dengan orang lain. *Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) telah dicipta oleh ahli psikologi yang bernama Michael Argyle dan Peter Hills di *University Oxford*. Ini adalah jalan yang baik untuk mendapatkan gambaran tahap kebahagiaan individu semasa (Hills & Argyle., 2002). Alat ini mempunyai 29 item yang menyatakan persetujuan tentang gambaran diri responden mengenai kepuasan hidup, tingkah laku yang menggembirakan, pandangan terhadap dunia dan orang lain, optimistik, kawalan hidup, kesedaran, penerimaan, membuat keputusan, mempengaruhi dan dipengaruhi, kesihatan fizikal dan emosi serta memori lampau. Mempunyai item positif dan negatif. Item negatif ialah item nombor satu, lima, enam, 10, 13, 14, 19, 23, 27, 28 dan 29, manakala selebihnya merupakan item positif. Julat skor iaitu antara 29 sehingga 174.

Semakin tinggi nilai skor diperoleh semakin tinggi tahap kebahagiaan hidup individu.

Kansas Marital Satisfaction Scale (KMSS)

Alat kajian *Kansas Marital Satisfaction Scale* (KMSS) ini telah banyak digunakan oleh kajian-kajian lepas bagi mengukur tahap kepuasan perkahwinan individu. Alat ini dihasilkan oleh (Schumm et al., 1986) dan telah diubahsuai oleh (Rumaya, 1997). Hasil kajian oleh Ferlis Bahari dan Rosnah Ismail (2005), menunjukkan KMSS mempunyai tahap kebolehpercayaan ketekalan dalaman yang baik ($\alpha = .087$). Skala ini mengandungi empat item dan semuanya adalah item positif. Mempunyai lima pilihan jawapan iaitu 1 = sangat tidak puas hati; 2 = tidak puas hati; 3 = agak puas hati; 4 = puas hati; dan 5 = sangat puas hati. Julat skor yang akan diperoleh antara empat sehingga 20. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi tahap kepuasan perkahwinan ibu atau bapa dan sebaliknya.

Religious Commitment Inventory 10 (RCI-10)

Religious Commitment Inventory 10 (RCI-10) dibina oleh Worthingtone (2003), apabila melihat kepada perkembangan dunia yang minat kepada agama dan rohani baik di dunia mahupun bidang psikologi. Kajian “*Test–Retest Reliability of the RCI–10 With Christian College Students*” telah membuktikan nilai alfa *Cronbach* ($\alpha = .88$) yang baik setelah lima bulan uji semula dilakukan ke atas 150 orang pelajar Krsitian (Worthingtone, 2003). Alat kajian ini menguji tahap keagamaan individu dengan dua subskala iaitu komitmen keagamaan intrapersonal dan komitmen keagamaan interpersonal. Komitmen keagamaan intrapersonal menyatakan tentang masa dan fikiran yang dihabiskan untuk memahami agama serta kepentingan agama dalam kehidupan mereka. Manakala komitmen keagamaan interpersonal pula berkaitan dengan sumbangan kewangan dan masa untuk aktiviti-aktiviti agama dan pengaruh individu dalam kumpulan agama mereka. Skala RCI-10 ini mempunyai 10 item dan keseluruhan adalah merupakan item positif. Julat skor skala antara 10 sehingga 50. Semakin tinggi jumlah skor yang diperoleh responden, semakin tinggi tahap keagamaan individu. Mempunyai 5 pilihan jawapan iaitu 1 = tidak benar tentang saya; 2 = agak benar tentang saya, 3 = sederhana benar tentang saya; 4 = kebanyakan benar tentang saya; dan 5 = sangat benar tentang saya.

Analisis Data

Data mentah yang telah diterima kemudian dianalisis menggunakan perisian *IBM SPSS Statistics 22.0* dengan menggunakan Statistik Deskriptif, Korelasi Pearson dan Regresi Pelbagai. Statistik deskriptif digunakan bagi mengetahui gambaran secara menyeluruh data yang telah dikumpul, membuat ringkasan dan rumusan ke atas sesuatu data (Chua Bee Seok, Ferlis Bahari & Jasmine Adela Mutang, 2014). Tujuan kajian untuk menguji sama ada wujud hubungan antara kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan terhadap kebahagiaan adalah dengan menggunakan analisis korelasi Pearson. Manakala analisis regresi pelbagai pula digunakan bagi menentukan pengaruh kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan terhadap kebahagiaan. Aras keyakinan .05 digunakan dalam pengujian kesignifikanan.

Kebolehpercayaan Kajian Awal dan Sebenar

Sebelum melakukan kajian sebenar, pengkaji telah melakukan kajian awal terhadap 29 orang responden di sekitar Kota Kinabalu. Analisis kebolehpercayaan telah dijalankan bagi kajian awal. Analisis kebolehpercayaan kajian awal menunjukkan nilai alfa *Cronbach* yang tertinggi adalah skala kepuasan perkahwinan ($\alpha = .957$), skala kedua tertinggi adalah keagamaan dengan nilai $\alpha = .905$, seterusnya skala kesulitan ekonomi ($\alpha = .860$) dan yang terakhir adalah skala kebahagiaan ($\alpha = .779$). Nilai alfa *Cronbach* kajian awal seperti berikut:

Jadual 2: Nilai Alfa Cronbach Skala Kesulitan Ekonomi, Kebahagiaan, Kepuasan Perkahwinan dan Keagamaan (N = 29)

Skala	Nilai Alfa Cronbach (α)
Kesulitan Ekonomi	.860
Kebahagiaan	.779
Kepuasan Perkahwinan	.957
Keagamaan	.905

Pengkaji telah melakukan kajian sebenar keatas 166 orang responden di sekitar negeri Sabah. Analisis kebolehpercayaan kajian sebenar telah dijalankan. Analisis kebolehpercayaan kajian sebenar masih menunjukkan nilai hasil alfa *Cronbach* yang signifikan. Kajian sebenar menunjukkan peningkatan pada nilai alfa *Cronbach* bagi skala kesulitan ekonomi, kebahagiaan dan keagamaan, manakala skala kepuasan perkahwinan menunjukkan penurunan walaupun hanya sedikit. Kepuasan perkahwinan masih mempunyai nilai pekali alfa *Cronbach* yang tertinggi ($\alpha = .959$)

walaupun mengalami penurunan sedikit berbanding kajian awal. Skala keagamaan masih menunjukkan nilai kedua tertinggi ($\alpha = .907$), seterusnya skala kesulitan ekonomi ($\alpha = .868$) dan kebahagiaan ($\alpha = .795$). Instrumen yang menunjukkan nilai pekali alfa *Cronbach* yang semakin tinggi, menunjukkan tahap kebolehpercayaan juga semakin tinggi. Ringkasan nilai alfa *Cronbach* kajian sebenar seperti Jadual 3.

Jadual 3: Nilai Alfa Cronbach bagi Kesulitan Ekonomi, Kebahagiaan, kepuasan Perkahwinan dan Keagamaan (N = 166)

Skala	Pekali Alfa <i>Cronbach</i> (α)
Kesulitan Ekonomi	.868
Kebahagiaan	.795
Kepuasan Perkahwinan	.959
Keagamaan	.907

DAPATAN KAJIAN

Profil Responden

Berdasarkan analisis deskriptif, kajian memaparkan keseluruhan sampel (N = 166), seramai 59 orang responden lelaki dan 107 orang perempuan. Jumlah responden berdasarkan penempatan, responden yang menetap di luar bandar lebih ramai iaitu 90 orang berbanding di bandar hanya 76 orang. Peratusan responden yang bekerja di sektor awam menunjukkan peratusan yang tertinggi iaitu sebanyak 46.0%, manakala 28.5% dan 25.5% masing-masing untuk sektor swasta dan bekerja sendiri. Sementara itu, purata jumlah pendapatan responden adalah RM1761.49 sebulan (S.P.= RM776.63). Julat pendapatan bulanan responden daripada RM300.00 sehingga RM3000.00. Selain itu, majoriti responden merupakan bangsa Melayu (74.1%) dan yang selebihnya bangsa Cina dan lain-lain. Agama Islam mencatatkan peratusan yang tertinggi sebanyak 98.2% dan selebihnya merupakan agama Kristian dan Budhha. Kajian ini mempunyai responden dalam lingkungan umur seawal 20 tahun sehingga 60 tahun.

Hubungan Di Antara Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Perkahwinan dan Keagamaan dengan Kebahagiaan

Analisis korelasi Pearson dijalankan untuk menguji adakah benar-benar wujud hubungan yang signifikan antara pemboleh ubah iaitu antara kesulitan ekonomi dan kebahagiaan; kepuasan perkahwinan dengan kebahagiaan; serta antara keagamaan dengan kebahagiaan.

Jadual 4: Nilai Korelasi dan Hubungan Di Antara Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Perkahwinan dan Keagamaan Dengan Kebahagiaan

Pembolehubah Bebas	Pembolehubah Terikat
	Kebahagiaan
Kesulitan Ekonomi	-.384**
Kepuasan Perkahwinan	.390**
Keagamaan	.234**

** Korelasi adalah signifikan pada tahap 0.01 (2-tailed).

Berdasarkan Jadual 4, hasil analisis korelasi menunjukkan hubungan antara kesulitan ekonomi dan kebahagiaan merupakan satu hubungan negatif yang lemah tetapi signifikan ($r = -.384$, $k < .05$). Keputusan ini membuktikan bahawa responden yang mempunyai kesulitan ekonomi yang tinggi melaporkan tahap kebahagiaan yang rendah. Manakala hubungan antara kepuasan perkahwinan dan kebahagiaan pula menunjukkan hubungan positif yang lemah tetapi signifikan ($r = .390$, $k < .05$). Korelasi positif yang signifikan ini mengesahkan bahawa responden yang mempunyai kepuasan perkahwinan yang tinggi, maka kebahagiaan hidup responden juga tinggi. Hubungan antara keagamaan dan kebahagiaan juga menunjukkan korelasi yang positif yang lemah tetapi signifikan ($r = .234$, $k < .05$). Keputusan ini juga mengesahkan responden yang mempunyai tahap keagamaan yang tinggi akan melaporkan tahap kebahagiaan yang tinggi.

Pengaruh Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Perkahwinan dan Keagamaan Terhadap Kebahagiaan

Hasil daripada analisis yang dijalankan bertujuan untuk mengenal pasti kewujudan pengaruh antara kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan terhadap kebahagiaan. Hasil analisis regresi pelbagai menunjukkan model regresi yang mengandungi pemboleh ubah kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan boleh menerangkan secara signifikan sebanyak 23.7% daripada varians dalam pemboleh ubah kebahagiaan hidup [$F(3,158) = 16.402$, $k < .05$]. Dapatan kajian

menunjukkan $R^2 = .237$. Persamaan regresi bagi analisis ini ialah $\hat{Y} = 107.563 - .831X_1 + 1.097X_2 + 0.148X_3$, di mana X_1 adalah skor kesulitan ekonomi, X_2 skor kepuasan perkahwinan dan X_3 adalah skor keagamaan yang diperoleh seseorang individu dan \hat{Y} adalah anggaran skor kebahagiaan hidup. Jadual 5 menunjukkan nilai regrasi dan pengaruh kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan serta keagamaan terhadap kebahagiaan.

Jadual 5: Nilai Regrasi dan Pengaruh Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Perkahwinan dan Keagamaan terhadap Kebahagiaan

Model	Pekali Tidak Piawai		Pekali Piawai	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	107.563	8.218		13.088	.000
Kesulitan Ekonomi	-.831	.216	-.277	-3.837	.000
Kepuasan Perkahwinan	1.097	.275	.298	3.981	.000
Keagamaan	.148	.131	.084	1.123	.263

a. Pembolehubah terikat: Kebahagiaan Hidup

Hasil analisis yang dijalankan, kesulitan ekonomi menunjukkan peramal yang signifikan terhadap kebahagiaan ($\beta = -2.77$, $k < .05$). Kedua-dua pemboleh ubah berhubung secara negatif. Dapatan ini menerangkan bahawa subjek yang mempunyai kesulitan ekonomi yang tinggi cenderung mengalami kebahagiaan yang rendah. Begitu juga dengan kepuasan perkahwinan merupakan peramal yang signifikan terhadap kebahagiaan ($\beta = 2.98$, $k < .05$), hubungan antara kedua-dua pemboleh ubah adalah positif. Hal ini menunjukkan subjek yang mempunyai kepuasan perkahwinan yang tinggi akan mempengaruhi tahap kebahagiaan yang tinggi. Namun begitu, pemboleh ubah keagamaan menunjukkan pengaruh yang tidak signifikan terhadap kebahagiaan ($\beta = .084$, $k > .05$).

PERBINCANGAN

Hubungan Antara Kesulitan Ekonomi dan Kebahagiaan

Hasil daripada kajian yang dilakukan, didapati hubungan antara kesulitan ekonomi dan kebahagiaan adalah signifikan. Walaupun hubungan antara pemboleh ubah berarah secara negatif dan lemah tetapi mempunyai hubungan yang signifikan. Maka hipotesis pertama diterima, terdapat hubungan antara kesulitan ekonomi dan kebahagiaan. Hasil kajian ini

membuktikan individu yang mengalami tahap kebahagiaan yang rendah mempunyai kesulitan ekonomi yang tinggi.

Dakin dan Wampler (2008) menyatakan hasil kajian mereka bahawa mereka yang berpendapatan sederhana mempunyai skor yang lebih tinggi dalam skala kepuasan perkahwinan berbanding pendapatan rendah. Selain itu, kajian oleh Arampatzil dan Veenhoven (2014) juga membuktikan individu yang mempunyai tahap kepuasan hidup yang lebih rendah merupakan penganggur atau pekerja yang mengalami keadaan kewangan yang buruk, sebaliknya mereka yang bekerja dan mempunyai kewangan dan prospek yang baik tidak akan terjejas dengan krisis ekonomi. Kajian lain juga membuktikan bahawa mereka yang menganggur didapati mempunyai sumber yang banyak untuk tidak bahagia (Oswald, 1977).

Didapati individu yang mempunyai tahap kebahagiaan yang rendah mempunyai hubungan yang ketara dengan permasalahan kesulitan ekonomi. Kesukaran individu dalam menyediakan makanan yang cukup untuk ahli keluarga, pakaian yang bersih dan baik, rumah yang selesa untuk seisi keluarga dan keperluan kenderaan untuk pengangkutan mempengaruhi tahap kebahagiaan individu. Selain itu, kebahagiaan juga dilihat sukar untuk dicapai apabila individu yang terlibat dengan kemalangan atau kecelakaan sukar untuk mendapatkan keperluan penjagaan kesihatan dan rawatan semasa kecemasan.

Kehidupan yang menyenangkan dalam dimensi kebahagiaan oleh Seligman (2002) tidak dapat dipenuhi apabila ibu atau ayah tidak mampu menyediakan keperluan asas seisi keluarga disebabkan kesulitan ekonomi yang dihadapi. Apabila kehidupan yang menyenangkan tidak dapat dikecapi, maka perasaan utama untuk bahagia iaitu gembira dan seronok tidak dapat dirasakan oleh individu. Seterusnya menyebabkan tahap kebahagiaan individu tersebut menjadi rendah. Perasaan seperti tidak mempunyai wang yang cukup seperti yang dikehendaki juga menyukarkan seseorang individu membina aspek emosi yang positif dalam menjalani kehidupan seharian. Sedangkan emosi yang positif sangat penting dalam membina kebahagiaan hidup. Kegagalan dalam membina emosi positif ini membawa kepada penurunan tahap kebahagiaan individu.

Hubungan Antara Kepuasan Perkahwinan dan Kebahagiaan

Hubungan antara kepuasan perkahwinan dengan kebahagiaan yang dikaji dalam kajian ini juga menunjukkan hubungan yang signifikan, berarah secara positif walaupun lemah. Apabila hubungan antara kedua-dua pemboleh ubah adalah positif menunjukkan individu yang mempunyai tahap kepuasan perkahwinan yang tinggi juga mencatatkan tahap kebahagiaan yang tinggi. Begitu juga individu yang mempunyai tahap kepuasan perkahwinan yang rendah menunjukkan tahap kebahagiaan yang rendah. Walaupun kepuasan perkahwinan dengan kebahagiaan mempunyai hubungan yang lemah kerana nilai pekali korelasi kurang daripada empat, tetapi masih menunjukkan hubungan yang signifikan. Maka, hipotesis kedua kajian ini, terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan perkahwinan dan kebahagiaan adalah diterima.

Carr et al. (2016) mendapati ketegangan perkahwinan boleh menyebabkan kekecewaan, kesedihan dan kebimbangan para isteri. Perasaan kebimbangan, kesedihan dan kekecewaan menunjukkan emosi individu yang tidak bahagia. Sedangkan ketegangan dalam rumahtangga pula mendorong kepada ketidakpuasan individu terhadap perkahwinan. Selain itu, kajian yang telah dilakukan terhadap dua kumpulan iaitu perkahwinan bahagia dan perkahwinan tidak bahagia, membuktikan bahawa kepuasan perkahwinan berkesinambungan dengan kesejahteraan dan kesihatan dalam kalangan pasangan lanjut usia (Margelisch et al., 2015). Maka, kajian ini juga menyokong kajian lepas yang menunjukkan hubungan antara kepuasan perkahwinan dan kebahagiaan secara signifikan.

Suami atau isteri yang mempunyai kepuasan perkahwinan yang tinggi menunjukkan mereka berpuas hati dengan perkahwinan yang telah mereka jalani, mempunyai kepuasan dalam hubungan dengan pasangan, boleh menerima pasangan mereka seadanya dan berpuas hati dengan luahan kasih sayang yang terjadi dalam rumahtangga. Individu yang berpuas hati dengan perkahwinan mereka menunjukkan mereka memiliki tahap kebahagiaan yang tinggi. Begitu juga suami atau isteri yang sering mengucapkan perasaan sayang dan cinta kepada pasangan masing-masing juga boleh membina suasana yang bahagia dan sejahtera. Kebahagiaan dalam mendirikan rumahtangga juga dapat disemai apabila setiap pasangan menerima kelemahan dan kekurangan pasangan masing-masing.

Dimensi kedua dalam teori kebahagiaan, Seligman (2002) menjelaskan kehidupan yang menyenangkan itu adalah apabila seseorang boleh

berhadapan dengan masa lampau dan menerima masa sekarang. Penerimaan perkahwinan yang telah dilalui dan luahan perasaan kasih sayang antara pasangan membantu meningkatkan tahap kebahagiaan individu. Begitu juga suami atau isteri yang menerima pasangan mereka seadanya menunjukkan kebaikan dan moral yang ada di dalam diri mereka. Mereka tidak merasakan diri mereka sahaja yang baik, tetapi menerima kenyataan bahawa setiap manusia itu berbeza dan memerlukan antara satu sama lain. Kebaikan dalam diri individu inilah yang menyediakan manusia untuk hidup dengan baik, gembira dan seronok. Hal ini disebabkan, mereka kekurangan musuh dan tidak mempunyai kejahatan yang perlu dikesali. Maka, kebahagiaan individu juga bertambah apabila kehidupan yang dijalani dalam keadaan baik dan sejahtera. Justeru, hasil kajian ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara kepuasan perkahwinan dan kebahagiaan merupakan keputusan yang menyokong kajian-kajian lepas dan teori kebahagiaan itu sendiri.

Hubungan Antara Keagamaan dan Kebahagiaan

Dapatan kajian dalam menentukan hubungan antara keagamaan dengan kebahagiaan juga menunjukkan hubungan yang positif yang signifikan. Hubungan antara keagamaan dengan kebahagiaan menunjukkan hubungan yang paling rendah berbanding hubungan pemboleh ubah yang lain. Walaubagaimanapun, individu yang mempunyai tahap keagamaan yang tinggi masih mempunyai hubungan yang positif dengan tahap kebahagiaan. Oleh itu, hipotesis ketiga kajian ini juga diterima, terdapat hubungan yang signifikan antara keagamaan dan kebahagiaan.

Marcham Darokah dan Ahmad Muhd Diponegoro (2005) menjalankan kajian peranan akhlak terhadap kebahagiaan remaja mendapati hubungan yang positif antara pelajaran agama Islam dan akhlak terhadap kebahagiaan ($r = .495$). Kajian lain oleh Sumasno Hadi (2015), menunjukkan bahawa konsep etika yang dikaji menyatakan nilai kebahagiaan (*eudeaimonia*) sebagai matlamat hidup adalah kualiti hidup dunia dan akhirat. Individu yang tinggi agamanya sanggup bersusah dan meluangkan masa untuk aktiviti-aktiviti keagamaan mereka. Selain itu, kajian yang dijalankan oleh Ed Diener dan *Gallup Organization*, beberapa ribu orang yang menetap di St. Louis telah dihubungi untuk menjawab persoalan berkaitan kerohanian dan kepuasan hidup. Hasil kajian mendapati mereka yang percaya kepada Tuhan dan kehidupan selepas ini lebih berpuas hati dengan kehidupan mereka (Diener & Biswas-Diener.,

2008). Kajian ini juga menyokong kajian-kajian lepas dalam menentukan hubungan antara keagamaan dan kebahagiaan adalah signifikan.

Individu yang mempunyai tahap keagamaan yang tinggi adalah mereka yang mempunyai pengaruh agama yang kuat dalam kehidupan seharian mereka. Mereka meyakini bahawa ajaran agama mempengaruhi urusan, tingkah laku dan pertuturan seharian mereka. Mereka mempunyai matlamat hidup yang jelas dan berusaha menjadikan hidup mereka penuh makna. Seligman (2002) menyatakan salah satu orientasi penting dalam mencapai kebahagiaan hidup adalah mempunyai makna, iaitu tujuan hidup. Individu yang memiliki tahap keagamaan yang tinggi menyedari makna kehidupan mereka justeru kebahagiaan mereka dikecapi apabila memenuhi tujuan dan matlamat hidup. Mereka menyatakan bahawa agama merupakan panduan kehidupan mereka.

Andewi Suhartini (2003) dalam kajiannya mendapati kaum optimis menilai kehidupan ini dengan penuh berharga kerana memiliki makna dan tujuan, manakala kaum pesimis memandang kehidupan ini tidak ada kebahagiaan sejati. Justeru, mereka yang mempunyai tahap keagamaan yang tinggi memandang kehidupan ini sesuatu yang berharga bahkan mereka akan merasai kebahagiaan dalam hidup kerana meyakini kebahagiaan sejati itu wujud. Selain itu, individu tersebut juga meluangkan masa untuk membaca buku-buku kepercayaan mereka, mengembangkan ajaran agama mereka dan bersembang berkaitan ajaran agama mereka dengan orang lain. Hasil kajian ini juga menyatakan, individu yang mempunyai tahap keagamaan yang tinggi merupakan individu yang seronok melakukan aktiviti-aktiviti keagamaan bersama masyarakat lain. Keseronokan mereka melakukan aktiviti bersama orang lain dalam aspek keagamaan menyebabkan mereka rasa bahagia dan gembira. Emosi positif mempunyai peranan yang jelas dalam membentuk kebahagiaan individu.

Pengaruh Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Perkahwinan dan Keagamaan Ke Atas Kebahagiaan

Tujuan kajian yang keempat adalah untuk menentukan pengaruh kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan terhadap kebahagiaan. Setelah analisis regresi pelbagai dijalankan, keputusan membuktikan

hanya dua pemboehubah yang mempunyai pengaruh terhadap kebahagiaan iaitu kesulitan ekonomi dan kepuasan perkahwinan. Manakala keagamaan tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap kebahagiaan. Justeru, hipotesis keempat iaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara kesulitan ekonomi, kepuasan perkahwinan dan keagamaan terhadap kebahagiaan adalah ditolak. Hal ini disebabkan, tidak semua pembolehubah bebas yang dikaji menunjukkan pengaruh yang signifikan.

Hasil kajian ini hampir menyamai hasil kajian yang pernah dilakukan oleh Rochman Hadjman dan Arif Nasiruddin (2003) dalam kajian mereka yang bertajuk “Peranan Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Kerja dan Religiusitas terhadap Kesejahteraan Psikologis”. Kajian tersebut telah dijalankan terhadap 53 orang subjek yang terdiri daripada 40 orang lelaki dan 13 orang perempuan. Keseluruhan subjek juga sudah bernikah dan bekerja serta berumur dalam lingkungan 25 tahun sehingga 59 tahun. Kajian ini telah dijalankan di Universitas Gadjah Mada dan Rumah Sakit PKU Muhammadiyah, di Jogjakarta. Hasil kajian mereka membuktikan bahawa kesulitan ekonomi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologi $F = 7.710$, $k < .01$ dengan nilai $R^2 = .131$. Selain itu, hasil kajian yang telah dijalankan juga membuktikan pengaruh yang signifikan antara kepuasan kerja terhadap kesejahteraan psikologi. Hasil kajian yang dilakukan oleh pengkaji juga menunjukkan pengaruh yang signifikan dalam mengukur kepuasan hubungan individu dengan orang lain terhadap kebahagiaan, walaupun dua kajian ini menguji tret yang berbeza. Manakala, hasil ujian pengaruh keagamaan terhadap kesejahteraan psikologis menunjukkan hubungan yang tidak signifikan $F = .611$, $k > .05$ dengan nilai $R^2 = .012$. Hasil yang sama diperoleh apabila kajian ini juga menunjukkan pengaruh keagamaan yang tidak signifikan tetapi bukan terhadap kesejahteraan psikologi malah terhadap kebahagiaan.

Keagamaan dilihat masih tidak kuat untuk mempengaruhi kebahagiaan individu dalam kalangan masyarakat di sini. Arygle (2001) juga menjelaskan bahawa peranan faktor ekonomi terhadap kebahagiaan secara umum adalah berbeza antara negara kaya dengan negara miskin. Kesulitan hidup yang dirasakan disebabkan kesulitan ekonomi melahirkan masyarakat yang mempunyai pemikiran bahawa kebahagiaan ialah apabila menjadi kaya. Sehingga sampai satu tahap apabila semua keperluan sudah dipenuhi

ketika itu barulah manusia akan mulai mencari erti kebahagiaan sebenar. Negara maju juga mencatatkan perkembangan yang sama apabila keperluan mereka sudah dipenuhi, kajian menunjukkan tidak ramai yang berasa bahagia walaupun berpendapatan tinggi. Malah hanya sedikit mereka yang berpendapatan tinggi merasai kebahagiaan hidup (William,2005).

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, kajian ini telah menyentuh aspek material, interpersonal dan intrapersonal dalam usaha mendapatkan hasil yang menyeluruh dalam menentukan kebahagiaan individu. Pendekatan teori yang digunakan membantu pengkaji mengenal pasti aspek yang boleh menyumbang kepada kebahagiaan individu.

Hasil kajian yang diperoleh juga menyokong sesetengah kajian lepas dan menidakkan sesetengah kajian lepas yang lain. Walaubagaimanapun, aspek silang budaya masih mempunyai pengaruh yang kuat dalam penentuan tahap kebahagiaan individu. Implikasi kajian juga telah disertakan supaya hasil kajian dapat digunakan dengan sebaiknya. Manakala limitasi kajian pula membantu pengkaji-pengkaji untuk mengelakkan perkara-perkara yang boleh mengurangkan ketepatan dapatan hasil kajian. Saranan-saranan yang dikemukakan pengkaji diharap di ambil peduli oleh pihak berwajib, walaupun tidak semua perkara boleh dibuat tetapi apa yang mampu untuk membantu masyarakat itu sudah memadai. Kajian ini masih memerlukan penambahbaikan pada masa hadapan seiring dengan perkembangan dunia.

Masih banyak yang boleh diperluaskan tentang aspek-aspek yang menyumbang kepada kebahagiaan. Melihat kepada keperluan manusia untuk hidup bahagia di muka bumi ini, maka masih banyak kajian yang perlu dilakukan dan diteliti. Salah satu kajian ini berperanan untuk menyumbang kepada pembinaan kebahagiaan dalam masyarakat.

RUJUKAN

Andewi Suhartini. (2003). Agama dan problem makna hidup. *Jurnal Kajian Islam Interdisipliner*, 2(2), 136-162.

-
- Andrews, F. M., & McKennell, A. C. (1980). Measures of self-reported well-being: their effective, cognitive, and other components. *Social Indicators Research*, 8(2),127-155.
- Anisia Kumala & Dewi Trihandayani. (2015). Peran memaafkan dan sabar dalam menciptakan kepuasan perkahwinan. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, 1(1), 39-44.
- Arampatzil, E., Burger, M. J., & Veenhoven, R. (2014). Financial distress and happiness of employee in time of economic crisis. Discussion Paper Tinbergen Institute.
- Argyle, M. 2001. *The Psychology of Happiness*, 2nd ed. New York: Routledge
- Asih Miranti. (2014). Faktor-faktor pembentuk kebahagiaan dalam keluarga (konteks budaya jawa dan pengaruh Islam). Laporan Penyelidikan Sarjana Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2006). Encyclopedia of Sosial, pg:541. Retrieved July 11, 2016, from www.toddkshackelford.com
- Bono, E. D. (1977). *The Happiness Purpose*. England: Penguin Group
- Carr, D., Cornman, J. C., & Freedman, V. A. (2016). Marital quality and negative experienced well-being: an assessment of actor and partner effects among older married persons. *Journals of Gerontology: Social Sciences*, 71(1), 177–187. doi:10.1093/geronb/gbv073.
- Caruso, J. (2003). *The Power of Losing Control: Finding Strength, Meaning, and Happiness In an Out-of-Control World*. USA: Gotham.
- Chua Bee Seok, Ferlis Bahari & Jasmine Adela Mutang. (2014). *SPSS Prinsip dan Analisis Data dalam Sains dan Tingkah Laku*. Kota Kinabalu: University Malaysia Sabah.
- Dakin, J. & Wampler, R. (2008). Money doesn't buy happiness, but it helps: Marital satisfaction, psychological distress, and demographic differences between low-and middle-income clinic couple. *The American Journal of Family Therapy*, 36, 300-311. doi: 10.1080/01926180701647512.
- Diener, E. (2009). *Culture and Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*. New York: Springer.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.

- Diener, E., Diener, M., & Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the Mysteries of Psychological Wealth*. USA: Blackwell.
- Dush, C. M. K., & Amato, P. R. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(5), 607-627. doi: 10.1177/0265407505056438.
- Faradila Papatungan. (2009). Kepuasan perkahwinan suami yang memiliki istri berkarir. Universitas Brawijaya Malang.
- Felicia, A. H. & Alex, P. L. (2011). 'Causes and correlate of happiness and well-being', in (andrew J. O.), Happiness and economic performance. New York: Routledge, pp.297-316.
- Ferlis Bullare @ Bahari & Rosnah Ismail. (2005). Penilaian psikometrik Kansas Marital Satisfaction Scale di kalangan sampel ibu etnik Iranum, Sabah. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 19, 33-41.
- Gelles, R. J. (1995). *Contemporary Family: A Sociological View Thousand Oaks*. CA: SAGE Publicataions Inc.
- 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.
- Iis Ardhanita & Budi Andayani. (2005). Kepuasan pernikahan ditinjau dari berpacaran dan tidak berpacaran. *Jurnal Psikologi*, 32(2), 101-111.
- Jamaludin Suhaimi. (2006). Hubungan antara kerapatan hubungan dan kepuasan perkahwinan mahasiswa Universiti Malaysia Sarawak. Laporan Penyelidikan Ijazah Sarjana Muda dengan Kepujian Kaunseling Universiti Malaysia Sarawak.
- Jung, C. G. (1960). Good and evil in analytical psychology. *Journal of Analytical psychology*, 5, 91-100. doi: 10.1111/j.1465-5922.1960.00091.
- Katja Margelisch, Klaus A. Schneewind, Jeanine Violette & Pasqualina Perrig-Chiello (2015). Marital stability, satisfaction and well-being in old age: variability and continuity in long-term continuously married older persons. *Journal of Aging & Mental Health*. doi: 10.1080/13607863.2015.1102197.

-
- Kodrzycki, Y. K., & Munoz, A. P. (2013). Economic distress and resurgence in U.S. central cities: Concepts, causes, and policy levers. Discussion Paper Bank of Boston.
- Lemmon, M., Yung-Yu Ma, & Tashjian, E. (2009). Survival of the fittest? Financial and economic distress and restructuring outcomes in chapter 11. Department of Finance University of Utah.
- Marcham Darokah, & Ahmad Muhammad Diponegoro. (2005). Peran akhlak terhadap kebahagiaan remaja Islam. *Indonesian Psychological Journal*, 2, 15-27.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50, 370-392. Retrieved May 15, 2016, from <http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm>
- Masnah Mohd Zain, Mohd Zaki Zakaria, Norhayati Samba Mohamed, Roslina Salwani Shukri, & Wan Murshida Wan Hashim. (2002). Kesan pendapatan ke atas kadar perceraian di kalangan masyarakat melayu di kelantan. UiTM Press.
- McDaniel, S. A., & Tepperman, L. (2007). *Close Relations: An Introduction to The Sociology of Families*. 3rd edition. Canada: Pearson.
- McLeod, S. A. (2014). Maslow's Hierarchy of Needs. Retrieved April 29, 2016, from <http://simplypsychology.org/maslow.html>
- Michael A. (2001). *The Psychology Of Happiness*. New York: Routledge.
- Nattavudh Powdthavee & Alois Stutzer. (2014). Economic approaches to understanding change in happiness. IZA: 8131.
- Nur Ahmad. (2015). Kerangka dasar membangun kesehatan spiritual melalui pendekatan psikologi Islam. *Jurnal Bimbingan Kaunseling Islam*, 6(2), 277-298.
- Oishi, S., & Diener, E. (2001). Goals, culture, and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1674-1682.
- Oishi, S., Diener, E. F., Lucas R. E., & Suh, E. M. (1999). Cross-cultural variations in prediction of life satisfaction: Perspectives from needs and values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 980-990.
- Oswald, A. J. (1997). Happiness and Economic Performance. *Economic Journal*, doi: 10.1111/1468-0297.00260
- Paloutzian, R. F., & Park, C. L. (2005). *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. New York: The Guilford Press.

-
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many of religious coping: development and initial validation of RCOPE. *Journal of Clinical Psychology, 56*(4),519-543.
- Pearlin, L. I., Morton, A. L., Elizabeth, G. M., & Joseph, T. M. (1981). The stress process. *Journal of Health and Social Psychology, 22*, 56-337.
- Rahmat Aziz. (2011). Pengalaman spiritual dan kebahagiaan pada guru agama sekolah dasar. Universitas Islam Negeri Malang, 6,1-11.
- Rizabuana Ismail. (2008). Kajian dimentions of mrital quality: memahami konsep, metode penelitian, dan beberapa kajian perpustakaan dalam sosiologi keluarga. *Jurnal Harmoni Sosial, 2*, 88-99.
- Rochman Hadjam M. N., & Arif Nasiruddin. (2003). Peranan kesulitan ekonomi, kepuasan kerja dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis. *Jurnal Psikologi, 2*, 72-80.
- Rumaya. 1997. Marital quality as a function of gender –role agelitarianism among the Malay-Muslim student couples in Midwest region of the United States of America. Doctoral dissertation Michigan State University.
- Schumm, W.R., Paff-Bergen, L. A., Hatch, R.C., Obiorah, F.C., Cpeland, J.M., Meens, L.D., & Bughaigis, M.A., (1986). Concurrent and discriminant validity of the Kansas Marital Satisfaction Scale. *Journal of Marriage and the Family, 48*,381-387.
- Seligman, Martin E.P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York, NY: Free Press.
- Seligman, Martin, E.P., & Royzman, Ed. (2003). Happiness: the three traditional theories. Retrieved April 29, 2016, from <https://www.authentic happiness.sas.upenn.edu/newsletters/authentic happiness/happiness>
- Sheldon, K.M., & King, L. (2001) Why positive psychology is necessary. *American Psychologist, 56*(3), 216-217.
- Sumasno Hadi. (2015). Studi etika tentang ajaran-ajaran moral masyarakat Banjar. *Tashwir, 3*(6),209-226.
- William, C. C. (2005). *An Introduction to Positive Psychology*. USA: Thomson.
- Worthington, E. L., Jr., Wade, N. G., Hight, T. L., Ripley, J. S., McCullough, M. E., Berry, J. W., Schmitt, M. M., Berry, J. T., Bursley, K. H., & O'Conner, L.

(2003). The religious commitment inventory-10: Development, refinement, and validation of a brief scale for research and counseling. *Journal of Counseling Psychology, 50*, 84-96.