

VALIDASI *ISLAMIC POSITIVE THINKING SCALE (IPTS)* BERBASIS KRITERIA EKSTERNAL

Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, Fani Eka Nurtjahjo

Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia

uly.gusniarti@uii.ac.id

ABSTRAK

Kajian ini dilakukan untuk mengevaluasi validitas instrumen pengukuran berpikir positif yang didasarkan pada nilai-nilai Islam. Konsep berpikir positif tersebut dikembangkan berbasis pada konsep *husnudzan* sebagai bentuk prasangka positif dalam ajaran Islam. Tiga komponen yang dikembangkan dalam instrumen ini meliputi berpikir positif pada Allah, berpikir positif pada berbagai peristiwa dan berpikir positif pada sesama manusia. Validasi dilakukan dengan menggunakan kriteria eksternal. Beberapa variabel yang dijadikan sebagai acuan dalam penelitian ini antara lain kepuasan hidup, perasaan positif, perasaan negatif, dan religiositas. Data diambil dari kelompok mahasiswa Muslim yang berjumlah 216 mahasiswa. Hasil analisis data menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara instrumen *husnudzan* yang dikembangkan dan instrumen *husnudzan* yang dibuat oleh Rusydi (2012) dengan $r=0,253$; kepuasan hidup ($r=0,147$). Sedangkan hipotesis ada korelasi antara instrumen *husnudzan* yang dikembangkan dengan perasaan positif dan negatif serta religiositas dan *self-esteem* tidak terbukti. Korelasi instrumen *Islamic positive thinking* dengan instrumen kepatutan sosial menunjukkan skor sebesar $-0,328$ dengan p sebesar $0,00$.

Kata Kunci: *husnudzan*, kriteria eksternal, validitas.

PENDAHULUAN

Setiap hari, manusia menghadapi lebih dari 60.000 muatan pikiran (Canfield & Hansen dalam Elfiky, 2009). Paradigma kognitif dalam psikologi menekankan bahwa perilaku dan kesehatan mental individu sangat ditentukan oleh mekanisme berpikir yang dikembangkan (Corrigan, 2004; Friedman, Thase & Wright, 2008). Berbagai teori dalam ilmu psikologi sangat menekankan pentingnya proses berpikir sebagai determinan kondisi mental dan perilaku manusia. Bandura (2001), dalam teori sosial-kognitifnya menyatakan bahwa meskipun perilaku manusia dideterminasi oleh lingkungan, namun kenyataan bahwa interaksi antara dimensi internal manusia dan lingkungannya dimediasi oleh sistem kognitif tidak dapat diabaikan begitu saja.

Bayangan pikiran yang dimiliki setiap orang mengenai diri sendiri dan juga bayangan pikiran mengenai apa yang dilakukan memberikan pengaruh yang sangat besar dalam kehidupan pribadi seseorang. Allen (Abdullah, 2004) menyatakan bahwa segala sesuatu yang dilakukan seseorang adalah reaksi langsung dari apa yang ada dalam pikirannya. Seseorang dapat bangkit dengan dua kakinya dan beraktivitas karena faktor pikirannya. Demikian pula seseorang dapat sakit atau sembuh karena faktor pikirannya. Pola pikir yang mengandung muatan positif terhadap objek yang dipikirkannya dikenal sebagai berpikir positif (*positive thinking*).

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk membuktikan efek berpikir positif terhadap kesehatan mental dan perilaku individu. Fandokht, Sa'dipour dan Ghawam (2014) menggunakan konsep berpikir positif yang diterjemahkan sebagai keterampilan untuk mereduksi kejenuhan akademik pada siswa sekolah menengah di Teheran. Lebih lanjut, Freestone (2013) menyatakan bahwa kemampuan berpikir positif bukanlah berarti memandang positif atas semua hal secara naif, melainkan tetap mengembangkan kontrol atas pikiran yang mengacu pada efek yang diharapkan. Keterampilan ini menurut Freestone (2013) mampu mengarahkan individu pada kesadaran dan berdampak pada perolehan makna hidupnya. Ghaderi dan Barzigar (2015) menggunakan konsep berpikir positif untuk membangun penerimaan sosial pada kalangan siswa di Kota Sardasht. Namun demikian, pemaknaan operasional yang dikembangkan oleh Ghaderi dan Barzigar (2015) untuk konsep berpikir positif masih mengacu pada *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)* yang dikembangkan Departemen Psikologi Eksperimen Universitas Oxford pada tahun 1980-an (Hills & Argyle, 2002). Hal ini tentu saja menyisakan persoalan validitas secara konsep karena OHQ secara isi mengandung domain lain di luar domain kognitif. Lebih lanjut, Tork, Madanipoor, Taghiyar, Zarei, dan Goodarzi (2014) menggunakan konsep berpikir positif sebagai keterampilan yang berdampak pada peningkatan kesehatan mental. Kesehatan mental dalam penelitian tersebut dideskripsikan berdasarkan publikasi WHO tahun 1948 yang meliputi kesehatan fisik, psikologis dan sosial (Tork, dkk, 2014). Kemampuan berpikir positif dibuktikan berdampak pada kebahagiaan yang kemudian memicu berbagai emosi positif. Emosi positif inilah yang memberikan input signifikan secara langsung bagi peningkatan kesehatan mental individu (Tork, dkk, 2014).

Kemampuan berpikir positif sebagai sebuah konstruk, berkembang setelah mulai maraknya paradigma psikologi positif dalam kajian psikologi (Snyder, dkk, 2007). Psikologi positif merupakan tradisi kajian psikologi yang menekankan pada dimensi-dimensi positif dan kekuatan (*strength*) manusia. Pengembangan psikologi positif juga dilakukan melalui pendekatan pengukuran yang berpijak pada asumsi nomotetik atas diri manusia. Berbagai konstruk yang dikembangkan dalam psikologi positif meliputi model kognitif, emosional, interpersonal, religiusitas, dan berbagai proses positif dalam diri individu (Lopez & Snyder, 2007).

Perkembangan ilmu psikologi dalam konteks modern tidak hanya semakin mengarah pada pergeseran cara pandang terhadap manusia ke arah yang lebih positif. Bentuk lain dari perkembangan ilmu psikis adalah semakin menguatnya kecenderungan untuk memahami dimensi jiwa manusia berdasarkan konteks sosiokulturalnya. Peluang inilah yang kemudian membuka ruang bagi pengembangan ilmu psikologi yang mengambil inspirasi dari tradisi di luar tradisi Barat. Secara umum, Jatman (2008) mengistilahkannya dengan ilmu jiwa kaum pribumi atau juga dikenal dengan psikologi *indigeneous*. Di luar psikologi indigenus, Badri (1979) pernah menyatakan bahwa psikologi Barat mengandung nilai-nilai yang tidak relevan dalam upaya memahami konstruksi jiwa kaum Muslim. Hal itulah yang kemudian menjadi titik tolak pengembangan psikologi Islam sebagai upaya untuk memahami jiwa manusia berdasarkan inspirasi dari wahyu dan tradisi Islam. Salah satu upaya pengembangan psikologi Islam adalah dengan menggali berbagai konstruk psikologis yang pernah dikaji dalam tradisi Islam. Konstruk berpikir positif sebagai sebuah konstruk psikologis

yang mengandung muatan positif bagi kesehatan mental dipandang relevan dengan konsep *husnudzan* dalam tradisi Islam (Yucel, 2014; Yucel, 2015).

Husnudzan sebagai sebuah konstruk psikologis yang mengambil inspirasi dari tradisi Islam dimaknai sebagai perilaku berprasangka baik. Dalam hal ini, *husnudzan* tidak hanya terkait dengan relasi interpersonal, melainkan juga intrapersonal (ke dalam diri) dan relasi transendental (dengan Tuhan). Islam mengajarkan umatnya untuk senantiasa berbaik sangka dengan apa yang dihadapi, baik ketika berinteraksi dengan sesama manusia maupun menghadapi takdir Allah. Pada dasarnya manusia menyukai hal-hal yang baik menurut pandangannya dan tidak menyukai hal-hal yang tidak menyenangkan menurut dirinya. Seperti digambarkan Al Qur'an Surat Al Baqarah: 216: "*Diwajibkan atas kamu berperang, padahal itu tidak menyenangkan bagimu. Tetapi boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.*" (Q.S. Al-Baqarah: 216)

Konteks ayat di atas terkait dengan diberlakukannya perintah dalam kewajiban jihad dalam makna perang. Berperang di jalan Allah merupakan suatu kewajiban yang sangat berat, namun ia merupakan suatu hal yang wajib ditunaikan. Wajib ditunaikan karena di dalamnya terdapat kebaikan yang banyak bagi setiap muslim, kaum muslimin, semua manusia, kebenaran, kebaikan, dan kesalehan (Quthb, 1992). Islam telah membuat perhitungan sesuai dengan perhitungan fitrah manusia yang merasakan ketidaksenangan dan keberatan terhadap perang. Islam tidak menentang fitrah, tidak bertabrakan dengannya, dan tidak mengharamkan perasaan-perasaan fitrah yang tidak ada jalan untuk dipungkiri. Namun, Islam juga mengakui di balik rasa berat, pahit, dan tidak menyenangkan itu terdapat hikmah yang menjadikan ringannya keberatan itu, manisnya kepahitan, dan kebaikan tersembunyi yang kadang-kadang tidak terlihat oleh pandangan manusia yang terbatas (Quthb, 1992).

Konsep *husnudzan* sebagai representasi pola pikir yang positif dalam tradisi Islam menarik kalangan akademisi dan praktisi di bidang kesehatan (Machouche, Benauda, & Grine, 2012). Hal yang membedakan antara konsep berpikir positif dalam kajian psikologi modern dan perspektif Islam adalah bahwa konsep *husnudzan* tidak dapat dilepaskan dari keyakinan individu beragama terhadap eksistensi Allah yang Maha Pengasih dan Penyayang (*Rahman dan Rahiim*).

Mengacu pada signifikansi pengembangan konstruk *husnudzan*, maka penelitian ini merupakan upaya untuk membantu salah satu tahapan peningkatan kapasitas manusia dalam psikologi, yaitu tahap asesmen. Proses asesmen merupakan proses yang luas yang berorientasi pada pengumpulan informasi sebagai basis pengambilan keputusan. Salah satu perangkat pendukung proses asesmen adalah pengukuran menggunakan instrumen yang memenuhi kriteria psikometris. Penelitian ini merupakan upaya untuk mengembangkan pengukuran konstruk *positive thinking* dalam islam (*husnudzan*) dengan menggunakan pendekatan psikometri. Dengan demikian, rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana pengukuran *Islamic positive thinking (husnudzan)* yang memenuhi kriteria psikometris sehingga dapat digunakan dalam mendukung proses asesmen psikologi?

TINJAUAN PUSTAKA

Husnudzan (Islamic Positive Thinking)

Cara berpikir yang benar menurut Islam (Khan, 2011) adalah cara berpikir yang positif, yang juga dikenal melalui istilah *husnudzan*, yaitu cara berpikir yang mampu bebas dari segala kompleksitas, kebencian, prasangka dan berbagai emosi negatif lainnya. Yucel (2014) secara sederhana memaknainya sebagai pola pikir positif yang berdampak pada perilaku positif. Secara etimologis, kata *husnudzan* memang tersusun atas dua kata, yaitu 'husn' yang berarti baik (positif) dan 'dzan' yang dapat dimaknai sebagai persangkaan, perkiraan atau cara berpikir. Al Makky (Rusydi, 2012) menyatakan bahwa *al dzan* sesuatu yang berada di antara yakin (*al yaqiin*) dan ragu (*al syakk*). Sehingga dalam istilah Bahasa Indonesia, term *husnudzan* sering diterjemahkan sebagai *berbaik sangka*. Penegasan perintah agar mengutamakan cara berpikir yang positif ini, menurut Khan (2011) tercermin dari kenyataan bahwa dari 6000 lebih ayat yang ada di dalam Al-Quran, yang pertama kali ditekankan setelah motif dasar perilaku karena Allah (*Bismillahirrahmaanirrahiim*) adalah pujian kepada Allah yang menguasai alam semesta (*Alhamdulillah Rabbil 'aalamiin*).

Khan (2011) juga menekankan bahwa saat ini banyak kecenderungan seorang Muslim yang melakukan *lip service*, yaitu mudah mengucapkan kalimat-kalimat positif secara lisan, namun tidak diikuti dengan sikap dan perilaku yang relevan. Dalam konteks inilah upaya untuk memahami *husnudzan* yang tidak terbatas pada ucapan lisan, melainkan sikap dan perilaku menjadi sesuatu yang penting. Kajian tentang berpikir positif dalam kaitannya dengan nilai agama meningkat selama beberapa tahun terakhir, khususnya dalam perspektif psikologi, teologi dan filsafat (Yucel, 2014). Upaya memahami konsep *husnudzan* secara operasional memerlukan pemahaman yang mendalam atas berbagai literatur primer dalam Islam, khususnya Al-Quran dan Hadits (Yucel, 2014). Dalam konteks ini, kebutuhan untuk melihat berbagai tafsir ayat dan *syarah* hadits yang relevan dengan *husnudzan* menjadi sesuatu yang mutlak diperlukan.

Yucel (2014) menyatakan bahwa *husnudzan* dalam berbagai ayat Al-Quran mengarah pada tiga faktor yang berbeda, yaitu *husnudzan* kepada Allah, kepada alam semesta dan kepada sesama manusia. Hal ini mengacu pada satu paradigma bahwa segala eksistensi yang ada di dalam semesta merupakan manifestasi keberadaan Tuhan itu sendiri. Dalam menafsirkan Surah Fushilat (41) ayat 23, At Tabari (310 H) menyatakan bahwa *husnudzan* kepada Allah merupakan indikasi orang yang beriman, sementara pola sikap dan perilaku yang sebaliknya menunjukkan indikasi golongan yang ingkar dan munafik. At Tabari (310 H) juga menyebutkan bahwa dalam sebuah Hadits Qudsyi, Allah menegaskan bahwa Dia adalah sebagaimana yang dipikirkan hamba atas-Nya. Pikiran positif terhadap Allah sebagai sebuah kewajiban menurut para Mufasssir seperti At Tabari (310 H), AL Qurthubi (671 H), Ibnu Katsir (774 H) didasarkan pada asumsi bahwa segala yang ada di langit (matahari, bulan, dan bintang-bintang) dan di bumi (binatang, tumbuh-tumbuhan, gunung serta lautan) ditundukkan oleh Allah untuk manusia (Q.S. AL Jatsiyah (45): 13). Dalam konteks ini, manusia diamanahi untuk menjadi khalifah (wakil) yang memelihara keharmonisan eksistensi tersebut. Landasan inilah yang dijadikan sebagai basis kewajiban berprasangka baik kepada Allah atas apa yang menimpa manusia.

Selain dua ayat di atas, argumen teks Al Quran yang juga dijadikan sebagai basis keutamaan husnudzan antara lain: Saba' (34) : 14; Ali Imron (3) : 191; As Sajdah (32) : 7; Al Baqarah (2) : 216; Al Maidah (5) : 90; AL Hujurat (49) : 12; An Nahl (16) : 36; Al Hajj (22) :30. Yucel (2014) kemudian membagi dimensi *Islamic positive thinking* (husnudzan) ke dalam tiga arah yang sifatnya orthogonal, yaitu husnudzan kepada Allah, husnudzan kepada peristiwa-peristiwa dan husnudzan kepada sesama manusia.

1. *Husnudzan* kepada Allah

Dasar teks yang digunakan untuk mengembangkan konsep husnudzan kepada Allah ini antara lain Q.S Saba' (34) ayat 14, Q.S. Fushilat (41) ayat 23, Q.S. AL Jatsiyah (45) ayat 13, Q.S. Ali Imron (3) ayat 191. Surah Ali Imron : 191 menekankan pada pentingnya apresiasi individu terhadap seluruh proses penciptaan yang dilakukan oleh Allah. Hal ini menekankan pada kenyataan bahwa tidak ada sesuatu yang sia-sia dari apa yang diciptakan oleh Allah (Ar Razi). Al Qushairi (Yucel, 2014) menyatakan bahwa baik sangka kepada Tuhan atas berbagai kejadian yang menimpa diri mampu meningkatkan kecintaan yang sifatnya spiritual kepada Allah. Ibnu 'Arabi menyatakan bahwa refleksi atas proses penciptaan yang dilakukan Allah merupakan mekanisme untuk merasakan kebesaran Allah. Hal ini juga akan menumbuhkan prasangka yang positif (*husnudzan*) kepada Allah. Haqqi menyatakan bahwa ekspresi husnudzan kepada Allah adalah melalui dzikir kepadanya. Hal ini dimaknai sebagai bentuk-bentuk pengingat Allah dalam setiap tingkah laku yang dilakukan, tidak sebatas pada dzikir sebagai ritus. Berdasarkan hal tersebut, individu dapat menemukan kebijaksanaan dalam proses penciptaan (Yucel, 2014). Tahapan yang disampaikan Yucel (2014) dalam hal ini adalah melalui pembiasaan mengingat Allah meskipun sebatas lisan. Kesadaran untuk melakukan hal ini secara berkelanjutan akan mengarahkan pada tertanamnya perasaan ingat Allah di dalam jiwa. Fase ini oleh Yucel (2014) disebut sebagai *ma'rifatullah* yang secara perilaku, baik personal maupun sosial dapat menjadi kendali sehingga cenderung menghindari dari perilaku-perilaku yang negatif secara moral.

2. *Husnudzan* kepada berbagai peristiwa

Sikap dan perilaku husnudzan juga diatribusikan pada berbagai peristiwa. Yucel (2014) memberikan contoh tentang aliran lumpur yang dibawa oleh hujan, meskipun di satu sisi mengandung bahaya bagi kehidupan manusia, namun di sisi yang lain juga mendatangkan manfaat. Nursi (Yucel, 2014) menyatakan bahwa setiap ciptaan senantiasa mengandung dua kualitas keindahan. Keindahan yang pertama adalah keindahan esensial yang mengacu pada keindahan sebagai bagian dari eksistensi suatu ciptaan. Keindahan yang kedua adalah keindahan yang relatif, mengacu pada konsekuensi positif setiap ciptaan atau peristiwa. Mengacu pada dimensi husnudzan ini, argumentasi teologis yang dijadikan sebagai dasar antara lain Surah As Sajdah (32) ayat 7 dan Al Baqoroh (2) ayat 216, meski di dalam teks Al Quran ada banyak ayat lain yang juga indikatif terhadap dimensi husnudzan ini. At Tabari (310 H), dalam menafsirkan Surah AS Sajdah: 7 menyatakan bahwa seluruh ciptaan Allah berjalan sesuai dengan hukum alam yang berlangsung atau biasa disebut sebagai sunatullah. Dalam konteks inilah, individu diarahkan untuk membangun sikap dan perilaku husnudzan terhadap berbagai fenomena dan peristiwa yang terjadi di sekitarnya.

3. *Husnudzan* kepada sesama manusia

Mengacu pada dimensi ini, Al Quran secara eksplisit melarang umat yang beriman memunculkan prasangka yang negatif terhadap sesamanya. Hal ini disampaikan dalam Q.S. AL Hujurat (49): 12. At Tabari (310 H) menyatakan bahwa larangan melakukan prasangka dalam ayat tersebut secara implisit dapat dipahami sebagai anjuran untuk bersikap dan berperilaku husnudzan pada orang lain. Dalam konteks ini, prasangka yang negatif atau dikenal dengan su'udzan merupakan bentuk bipolar dari dimensi husnudzan kepada sesama manusia.

Dalam literatur *sirah nabawiyah*, teladan tentang sikap dan perilaku husnudzan ini dicontohkan oleh Rasulullah ketika beliau bermaksud hijrah ke Thaif dan ditolak oleh penduduk kota tersebut. Rasulullah dilukai hingga menimbulkan kemarahan Jibril AS yang meminta izin Rasulullah untuk menimpakan gunung bagi penduduk Thaif. Namun demikian, Rasulullah menolak hal tersebut dan justru mendoakan agar Allah memberikan petunjuk bagi penduduk Thaif karena sesungguhnya mereka tidak memahami.

Selain itu, dalam berbagai kitab hadits juga banyak ditemukan pernyataan Rasulullah yang menekankan pada pentingnya *husnudzan* dalam kehidupan. Salah satu hadits yang terkenal diriwayatkan oleh Turmudzi:

"Aku adalah sebagaimana prasangka hamba-Ku atas-Ku. Maka AKU akan menyertainya selama ia mengingat-Ku. Jika ia mengingat-Ku dalam dirinya, maka aku akan mengingatnya dalam diri-Ku. Jika ia banyak mengingat-Ku, maka Aku akan banyak mengingatnya. Jika ia mendekati-Ku sejengkal, maka Aku mendekatinya sehasta. Jika ia mendekati-Ku sehasta, maka Aku mendekatinya sedepa. Jika ia berjalan kepada-Ku, maka Aku berlari kepadanya" (H.R. Turmudzi).

"Janganlah pernah diantara kalian mati kecuali dia telah berhusnudzan kepada Allah" (H.R. Muslim).

Hadits di atas merupakan dorongan yang kuat secara nilai agar setiap individu muslim mengembangkan sikap husnudzan kepada Allah. Hal ini berarti individu sebaiknya mengembangkan kerangka pikir yang positif atas berbagai panduan kehidupan yang telah ditetapkan oleh Allah. Hal ini meliputi perintah, larangan, serta berbagai hikmah lain yang dialami oleh manusia dalam kehidupannya. Berbeda dengan Yucel (2014) yang melihat kontrak husnudzan ke dalam tiga dimensi, Rusydi (2012) membaginya ke dalam dua dimensi, yaitu berprasangka baik kepada Tuhan dan berprasangka baik kepada sesama manusia. Dimensi prasangka baik kepada Tuhan dijabarkan melalui tiga indikator kunci, yaitu sikap tawakkal atas apa yang menjadi ketetapan-Nya, merasakan kasih sayang Allah, dan merasakan kemaafan Allah atas berbagai kesalahan kehidupan yang pernah dilakukan. Lebih lanjut, Rusydi (2012) juga menyatakan bahwa berprasangka baik kepada sesama manusia sebagai dimensi husnudzan diindikasikan oleh ketiadaan perilaku memata-matai orang lain serta menggunjingkannya, ketiadaan kebencian kepada orang lain dan ketiadaan sikap hasad (iri) kepada orang lain. Dimensi ini, secara nilai mengacu pada Al-Quran surah Al Hujurat, ayat 12.

Berdasarkan uraian di atas, kontrak *positive thinking* dalam Islam merupakan kontrak yang memiliki nilai signifikan dalam tradisi moral

Islam. Dimensi husnudzan yang terkait dengan Allah dan berbagai peristiwa dapat memiliki dampak positif bagi pengembangan spiritualitas individu. Sedangkan dimensi husnudzan yang mengarah pada orang lain memiliki dampak bagi upaya reduksi kemungkinan konflik dan resolusi konflik itu sendiri. Mengacu pada nilai signifikansi ini, upaya mengembangkan instrumen ukur husnudzan memiliki posisi yang penting, baik pada tataran konseptual maupun praktis.

Pengembangan Instrumen Psikologi

Langkah dasar dalam pengembangan instrumen psikologi didahului dengan penentuan tujuan ukur. Dalam konteks ini, tujuan ukur yang dimaksud adalah kontrak *Islamic positive thinking* (husnudzan). Kontrak psikologis merupakan sesuatu yang sifatnya *latent*. Hal ini dapat dipahami sebagai sesuatu yang diyakini ada namun tidak terlihat, sehingga upaya untuk mengevaluasi atau mengukurnya dilakukan dengan menggunakan indikator-indikator yang sifatnya lebih terukur dan terobservasi (manifest).

Sebagai sebuah kontrak psikologis yang sifatnya latent, upaya yang pertama ditempuh dalam pengembangan instrumen pengukuran adalah identifikasi tujuan ukur dan operasionalisasi konsep. Tahap operasionalisasi konsep ini menghasilkan dimensi ukur dari suatu kontrak dan indikator perilaku yang merupakan manifestasi kontrak tersebut. Dari indikator perilaku yang dihasilkan, tahap yang ditempuh kemudian adalah merumuskan item-item sebagai perangkat pengukuran yang secara langsung mengevaluasi indikator perilaku. Rumusan item-item yang dihasilkan ini disusun dalam sebuah format yang secara tampilan sesuai dengan karakteristik responden penelitian.

Setelah memperoleh rancangan instrumen ukur yang sesuai berdasarkan tampilannya, selanjutnya peneliti melakukan uji coba untuk memperoleh data empiris. Data empiris ini digunakan untuk mengkonfirmasi berbagai hal yang sebelumnya diasumsikan atas instrument ukur yang dikembangkan. Properti psikometris diperlukan untuk memperoleh justifikasi empiris atas beberapa kriteria yang dipersyaratkan bagi sebuah instrumen. Hal ini dapat ditinjau berdasarkan teori psikometri yang digunakan dalam pengembangan alat ukur. Dalam kajian ini, teori yang digunakan untuk pengembangan instrumen adalah teori pengukuran klasik.

1. Teori Pengukuran Klasik

Asumsi dasar yang digunakan dalam pengembangan pengukuran psikologis menggunakan teori pengukuran klasik adalah bahwa skor tampak yang dihasilkan dalam sebuah proses pengukuran merupakan hasil penjumlahan dari skor murni dan eror pengukuran ($X = T+E$) (Raykov & Marcoulides, 2011). Pada prinsipnya, komponen dasar dalam penjaminan kualitas instrumen pengukuran psikologi dalam teori ini meliputi kriteria reliabilitas, validitas dan properti psikologis item. Kriteria reliabilitas yang paling umum digunakan saat ini adalah formula konsistensi internal, terutama formula alpha (α) Cronbach. Validitas instrumen penelitian dijamin melalui beberapa tinjauan (Purwono, 2014), yaitu:

a. Tinjauan berbasis isi instrumen

Validitas yang dimunculkan berdasarkan tinjauan isi test mengacu pada kesesuaian antara definisi konseptual kontrak yang diukur dengan indikator dan item yang digunakan dalam pengukuran. Hal ini menuntut

adanya relevansi yang dapat dijustifikasi antara definisi kontrak psikologis, dimensi ukur, indikator yang merefleksikan dimensi serta item-item yang digunakan. Tinjauan ini diperoleh dengan menggunakan *blue print* instrumen dan adanya justifikasi ahli terkait isi instrumen pengukuran yang dikembangkan.

- b. Tinjauan berbasis proses respon
Validitas berdasarkan tinjauan berbasis proses respon mengacu pada telaah sejauh mana proses menjawab item sesuai dengan kontrak yang hendak diukur serta karakteristik responden. Salah satu upaya untuk menjamin validitas dalam pengukuran berdasarkan tinjauan ini adalah dengan menyediakan panduan pengisian yang jelas dan konkrit pada instrument pengukuran yang diberikan kepada responden.
- c. Tinjauan berbasis struktur internal
Validitas berdasarkan tinjauan struktur internal mengacu pada sejauh mana komponen-komponen yang dikembangkan di dalam instrumen sesuai dengan definisi kontrak yang hendak diukur. Pendekatan validasi dalam tinjauan ini antara lain dilakukan dengan menggunakan analisis faktor konfirmatori untuk menguji apakah komponen-komponen yang digunakan dalam instrumen pengukuran dapat dijustifikasi oleh data empiris yang diambil.
- d. Tinjauan berbasis kriteria eksternal
Validitas berdasarkan tinjauan ini menuntut adanya kriteria eksternal (variabel lain) yang diasumsikan berkorelasi (positif atau negatif) atau tidak berkorelasi dengan pengukuran kontrak psikologis yang dikembangkan. Validitas dalam tinjauan ini dapat dibagi menjadi beberapa prosedur seperti validitas prediktif, validitas konkuren, validitas diskriminan, analisis perbedaan kelompok dan studi multitrait-multimethod.
- e. Tinjauan berbasis konsekuensi pengukuran
Validitas berdasarkan tinjauan ini mengacu pada sisi utilitas penggunaan alat tes yang dikembangkan. Hal ini diperoleh berdasarkan telaah sejauh mana penyelenggaraan tes dengan menggunakan instrument yang dikembangkan telah mampu mencapai tujuan pengukuran yang diharapkan, baik dalam konteks studi maupun dalam konteks praktis.

Analisis properti psikometris pada level item dalam teori pengukuran klasik meliputi beberapa teknik statistik antara lain statistik deskriptif (rerata dan varians), tingkat kesulitan item, indeks daya beda item dan korelasi antara butir dengan total. Beberapa properti psikometris tersebut dapat dijadikan acuan dalam proses eliminasi item ketika penyusunan instrumen yang dilakukan menuntut efisiensi atau bentuk instrumen yang lebih pendek.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

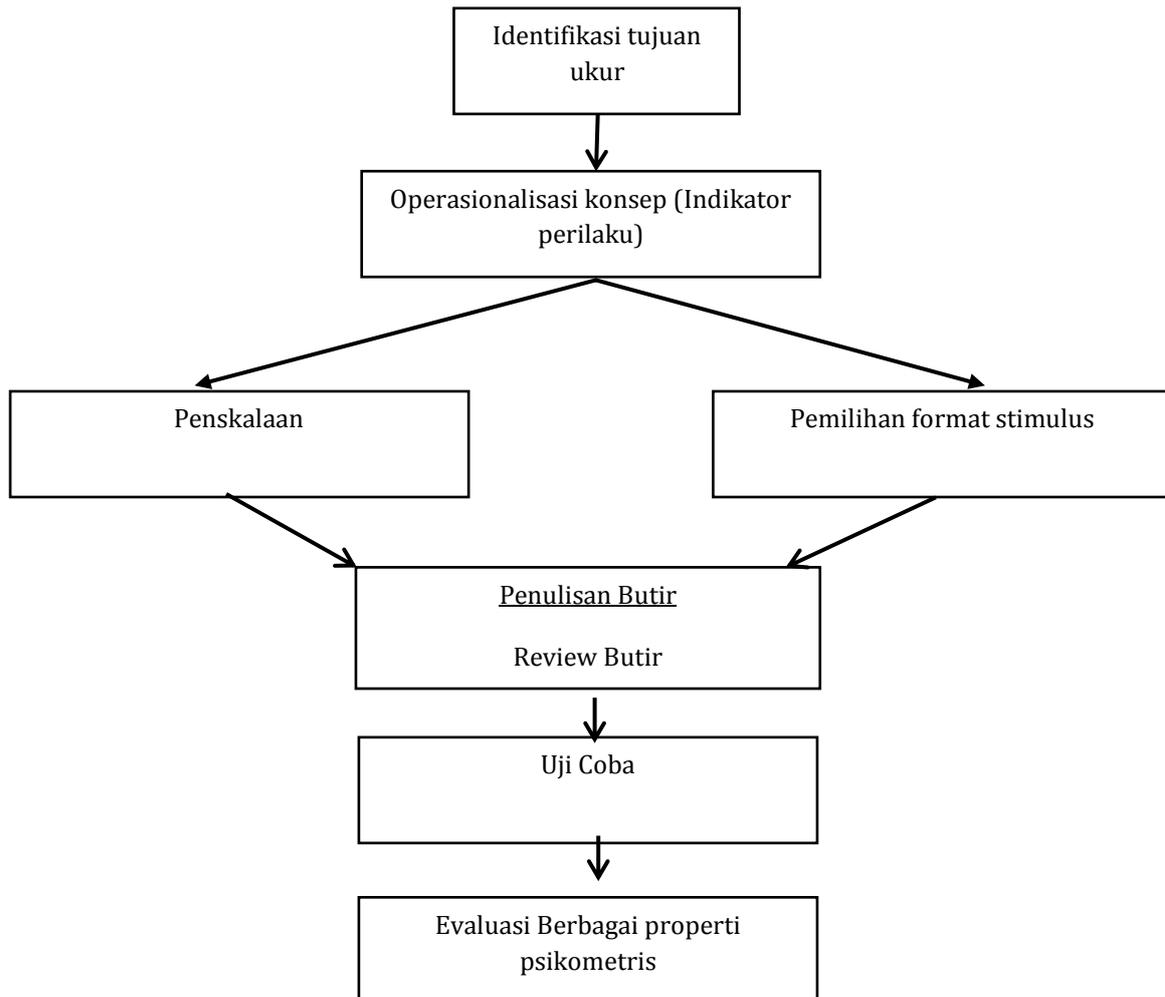
Penelitian ini dikembangkan berdasarkan dua skenario. Skenario I merepresentasikan proses operasionalisasi kontrak *Islamic positive thinking* (husnudzan) dalam tradisi dan ajaran Islam. Upaya yang ditempuh dalam skenario I ini terdiri atas dua aktivitas, yaitu:

- 1) Melakukan analisis terhadap berbagai interpretasi atas teks dasar (Al-Quran dan Hadits) tentang husnudzan dalam ajaran Islam. Analisis

dilakukan dengan pendekatan analisis isi yang mengarah pada perumusan indikator masing-masing dimensi husnudzan yang terdiri atas husnudzan kepada Allah, husnudzan kepada berbagai peristiwa dan husnudzan kepada sesama manusia;

- 2) Melakukan survei kepada kelompok mahasiswa muslim dengan menggunakan pertanyaan terbuka untuk memperoleh indikator tiga dimensi husnudzan berdasarkan sudut pandang kelompok Muslim. Berikut bagan disain penelitian ini.

Bagan 1. Disain Penelitian



Dua proses ini dijalankan secara bersama-sama dan dikomparasikan sehingga memperoleh indikator-indikator yang representatif terhadap tiga dimensi husnudzan. Selanjutnya, berdasarkan indikator-indikator yang diperoleh, peneliti merumuskan butir-butir yang digunakan dalam proses pengukuran. Skenario II merupakan tindak lanjut dari skenario I yang telah menghasilkan butir-butir untuk mengukur konstruk husnudzan. Berbagai butir yang diperoleh tersebut kemudian dirangkai menjadi *draft* instrumen pengukuran husnudzan. Inti dari skenario II adalah melakukan *pilot study* untuk mengevaluasi validitas, reliabilitas serta berbagai properti psikometris lain pada instrumen tersebut.

Responden Penelitian

Responden penelitian ini adalah kelompok mahasiswa muslim. Pada skenario I, responden diminta untuk mengisi sejumlah pertanyaan terbuka untuk melacak indikator tiga dimensi konstruk husnudzan yang digunakan. Pertanyaan ini disusun berdasarkan penjabaran masing-masing dimensi husnudzan. Pertanyaan terbuka yang digunakan disampaikan dalam Tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Pertanyaan untuk Mengungkap Indikator *Islamic positive thinking* Validitas, Reliabilitas dan Properti Psikometris Instrumen Pengukuran

Dimensi	Pertanyaan yang digunakan
Husnudzan kepada Allah	Ketika kamu mendengar kata huznudzon (prasangka baik) terhadap Allah, apa yang muncul dalam pikiranmu? Apa yang kamu lakukan sebagai bukti cintamu kepada Allah? Dalam kondisi atau situasi apa kamu berkhunudzan kepada Allah?
Husnudzan kepada Peristiwa-peristiwa	Bagaimana caramu memaknai ciptaan Allah? Dari kejadian di alam semesta ini, Bagaimana caramu merasakan kebesaran Allah? Bagaimana caramu mengingat Allah dalam setiap langkahmu? Ketika peristiwa menyenangkan terjadi dalam hidupmu, bagaimana kamu memaknai hal tsb secara spiritual? Ketika peristiwa tidak menyenangkan terjadi dalam hidupmu, bagaimana kamu memaknai hal tsb secara spiritual?
Husnudzan kepada sesama manusia	Ketika ada orang lain melakukan hal yang tidak sejalan dengan pendapatmu, apa yang kamu pikirkan & lakukan?

Penelitian ini dilakukan berdasarkan alur yang berorientasi pada perolehan instrumen pengukuran konstruk husnudzan yang valid dan reliabel. Oleh karenanya, dalam proses ini analisis dilakukan berdasarkan dua level, yaitu level instrumen dan level butir. Analisis pada level instrumen mengacu pada jaminan validitas dan reliabilitas, sementara analisis pada level item mengacu pada teori pengukuran klasik, yaitu korelasi item-total, indeks reliabilitas item, dan indeks validitas item.

Tabel 2. Kriteria Analisis Validitas, Reliabilitas dan Analisis Butir Instrumen

Aspek	Tinjauan	Kriteria yang diharapkan	Prosedur
Reliabilitas	Konsistensi Internal : Koefisien Alpha Cronbach	$R_{xx'} > 0,7$	Uji Korelasi Pearson
Validitas	Berdasarkan isi test	Memiliki <i>Blue print</i> Justifikasi ahli psikologi dan ahli agama	Wawancara
	Berdasarkan respon	proses Memiliki panduan pengisian Jumlah opsi yang digunakan sesuai karakter responden	
	Berdasarkan internal	struktur Nilai <i>factor loading</i> butir terhadap dimensi $> 0,5$	
	Berdasarkan eksternal	kriteria Korelasi signifikan dengan lebih dari dua instrumen yang relevan 1) Instrumen Husnudzan (Rusydi, 2012) 2) Instrumen <i>Satisfaction With Life Scale</i> 3) Instrumen <i>Positive Affect-Negative Affect</i> 4) Instrumen Religiusitas	Uji Korelasi Pearson
	Validitas Konkuren	Tidak berkorelasi signifikan dengan dua instrumen yang tidak relevan 1) Self Esteem dari Rosenberg 2) Skala Kepatutan sosial dari Marlowe & Crowne	Uji Korelasi Pearson
Analisis Butir	Korelasi item-total	Korelasi item-total $> 0,25$	Uji Korelasi Pearson
	Indeks reliabilitas butir	$I_r > 0,25$	Hasil perkalian antara standard deviasi butir dan koefisien korelasi butir-total
	Indeks validitas butir	$I_v > 0,25$	Hasil perkalian antara standard deviasi butir

HASIL

Proses Penyusunan Instrumen

Langkah-langkah proses penyusunan instrumen adalah sebagai berikut: Pertama, konseptualisasi. pada tahap ini peneliti menyusun konstruk dan mencari teori yang melatarbelakangi husnudzan. Peneliti melakukan analisis terhadap berbagai interpretasi atas teks dasar (Al-Quran dan Hadits) serta penelitian-penelitian terdahulu yang meneliti tentang husnudzan dalam ajaran Islam. Analisis dilakukan dengan pendekatan analisis isi yang mengarah pada perumusan indikator masing-masing dimensi husnudzan, yang terdiri atas husnudzan kepada Allah, husnudzan kepada berbagai peristiwa dan husnudzan kepada sesama manusia

Kedua, Menjabarkan konstruk menjadi aspek Peneliti melakukan survei kepada kelompok mahasiswa muslim sebanyak 121 orang dengan menggunakan pertanyaan terbuka untuk memperoleh indikator tiga dimensi husnudzan berdasarkan sudut pandang kelompok Muslim. Dari hasil analisis kualitatif, diperoleh hasil sebagai berikut :

- A. Dimensi husnudzan kepada Allah memiliki indikator kognitif dan afektif:
 - (1) Merasa tidak ada hal yang sia-sia
 - (2) Merasa Allah selalu menyayangi dirinya
 - (3) Yakin Allah mengabulkan doa
 - (4) Optimis akan janji-janji Allah
 - (5) Tidak terpengaruh oleh kekayaan dan kemiskinan
 - (6) Allah menjadi kendali perilaku
 - (7) Menghadapi ujian dari Allah dengan sabar
- B. Dimensi husnudzan kepada peristiwa memiliki indikator kognitif dan afektif:
 - (1) Mengubah cara pandang terhadap peristiwa menjadi lebih positif
 - (2) Yakin bahwa bersama dengan kesulitan senantiasa ada kemudahan
 - (3) Setiap kejadian hanya bersifat sementara
 - (4) Tidak terlalu meluap-luap (ekstrem) dalam bergembira dan berduka
 - (5) Meyakini bahwa setiap hal selalu memiliki manfaat
- C. Dimensi husnudzan kepada manusia memiliki indikator kognitif dan efektif:
 - (1) Memaafkan perilaku negatif orang lain
 - (2) Siap untuk diingatkan jika melakukan kesalahan
 - (3) Berusaha memahami perilaku orang lain meskipun terlihat negatif
 - (4) Mendoakan kebaikan bagi orang lain
 - (5) Menyadari bahwa tidak ada makhluk yang sempurna
 - (6) Tidak mudah berprasangka terhadap orang lain

Ketiga, Menyusun *draft* alat ukur Selanjutnya, berdasarkan indikator-indikator yang diperoleh, peneliti merumuskan butir-butir pernyataan yang digunakan dalam proses pengukuran. Terdapat 60 aitem yang digunakan untuk mengukur husnudzan. Adapun *blueprintnya* adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Blueprint Instrumen IPTS

No	Dimensi	No Item	
		Favorable	Unfavorable
1	Husnudzan kepada Allah	1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21	3, 9, 15,
	Husnudzan kepada	22, 25, 28, 29, 31, 32, 33,	23, 24, 26, 27, 39,
2	Peristiwa	34, 35, 38	26, 37
3	Husnudzan kepada	44, 45, 46, 47, 49, 52, 54,	39, 40, 41, 42, 43,
	sesama manusia	55	48, 50, 51, 53

Keempat, Validasi isi. Tinjauan berbasis isi instrumen. Validitas yang dimunculkan berdasarkan tinjauan isi tes mengacu pada kesesuaian antara definisi konseptual konstruk yang diukur dengan indikator dan item yang digunakan dalam pengukuran. Hal ini menuntut adanya relevansi yang dapat dijustifikasi antara definisi konstruk psikologis, dimensi ukur, indikator yang merefleksikan dimensi serta item-item yang digunakan. Tinjauan ini diperoleh dengan menggunakan *blue print* instrumen dan adanya justifikasi dua ahli psikologi islami terkait isi instrumen pengukuran yang dikembangkan. Kedua ahli tersebut adalah Dr. Fuad Nashori dan Sus Budiharto., M.Psi., Psikolog

Uji coba alat ukur

Peneliti melakukan *pilot study* untuk mengevaluasi validitas, reliabilitas serta berbagai properti psikometris lain pada instrumen husnudzan. Proses pengambilan data dilakukan di Yogyakarta dengan melibatkan responden mahasiswa UII sebanyak 216 orang. Jumlah responden laki-laki sebanyak 41 orang dan perempuan sebanyak 175 orang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 3.2. analisis data dilakukan dengan menggunakan beberapa kriteria psikometris yang menjadi jaminan bahwa instrumen yang dihasilkan memang layak digunakan. Secara garis besar ada tiga tahapan analisis yang dikembangkan, yaitu analisis reliabilitas, validitas dan evaluasi item.

1. Evaluasi Reliabilitas Instrumen

Evaluasi reliabilitas dilakukan dengan menggunakan pendekatan konsistensi internal, yaitu alpha Cronbach. Evaluasi alpha Cronbach terhadap 55 item sekaligus menghasilkan nilai $\alpha = 0,858$.

2. Evaluasi Validitas Instrumen

Evaluasi validitas dilakukan berdasarkan beberapa tinjauan yang dapat dilakukan. Tinjauan dalam evaluasi validitas ini bersifat saling melengkapi satu sama lain, sehingga ketika semua tinjauan menghasilkan informasinya masing-masing, maka justifikasi dan pembahasan yang lebih terintegrasi dapat dilakukan. Beberapa tinjauan yang digunakan dalam proses ini antara lain:

a. Validitas berdasarkan tinjauan isi

Argumentasi validitas berdasarkan isi dikembangkan berdasarkan proses penyusunan instrumen yang telah mengikuti prosedur metodologis. Proses ini ditempuh dengan mengacu pada kajian tekstual terhadap konsep *Islamic positive thinking* (husnudzan) sebagai sebuah

kerangka kognitif dalam melihat berbagai persoalan dan hubungan antara diri dan pihak lain. Pada tahap kajian literatur diperoleh tiga dimensi yang merepresentasikan konstruk *Islamic positive thinking*, yaitu dimensi husnudzan kepada Allah, dimensi husnudzan kepada berbagai peristiwa/kejadian dan dimensi husnudzan kepada sesama manusia. Upaya untuk memperoleh indikator yang lebih operasional dari masing-masing dimensi dilakukan melalui survei dengan pertanyaan-pertanyaan terbuka (*open questionnaire*) pada responden mahasiswa. Proses survei ini menghasilkan berbagai indikator yang kemudian dituangkan dalam 55 item.

Prosedur untuk mendapatkan validitas isi dilakukan dengan meminta pendapat ahli terkait dengan dimensi *positive thinking* dalam islam. Sejumlah 55 item yang dihasilkan dikonsultasikan kepada ahli untuk memperoleh tinjauan secara isi, baik terkait dengan redaksi item maupun muatan yang ingin diungkap. Setelah melalui proses *judgement* dua orang ahli, kemudian dilakukan revisi terhadap aitem.

b. Validitas berdasarkan proses respon

Validitas berdasarkan proses respon adalah argumentasi yang menjamin bahwa respon yang diberikan responden dalam menjawab instrumen memang sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh peneliti. Jaminan pertama yang diberikan untuk mendukung validitas ini adalah bahwa instrumen yang dikembangkan dilengkapi dengan panduan pengisian dan contoh pengisian. Hal ini mengeliminasi kemungkinan bahwa responden salah dalam memberikan respon akibat ketidakpahaman terhadap prosedur pengisian instrumen. Kedua, jaminan bahwa banyaknya rating yang digunakan dalam merespon tiap butir instrumen telah tidak membingungkan bagi responden. Jaminan ini dilakukan melalui analisis dengan menggunakan nilai Andrich Threshold dalam pemodelan Rasch. Hasil analisis yang dilakukan disampaikan dalam Tabel 4.1. di bawah ini:

Tabel 4. Hasil Analisis Rating dengan Andrich Threshold

CATEGORY	OBSERVED	OBSVD	SAMPLE	INFIT	OUTFIT	ANDRICH			
CATEGORY	LABEL	SCORE	COUNT	%	AVRGE	EXPECT	MNSQ	MNSQ	THRESHOLD
MEASURE									
1	1	683	6	.11	-.08	1.26	1.56	NONE	[(-1.93)
2	2	955	8	.14	.12	1.02	.98	-.33	-0.73
3	3	2068	17	.37	.44	1.03	.91	-.51	0.01
4	4	2319	20	.79	.92	1.00	.71	.55	0.73
5	5	5855	49	1.54	1.49	.93	.94	.28	[(1.91)

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh informasi bahwa nilai Andrich Threshold yang dihasilkan bergerak mulai dari 'none' kemudian nilai negatif dan nilai positif. Hal ini menunjukkan bahwa pola rating sejumlah lima opsi yang digunakan dalam instrumen tidak membingungkan bagi responden. Oleh karenanya, penggunaan lima rating politomi dalam instrumen ini dapat dianggap valid.

c. Validitas Konkuren

Alat ukur husnudzan yang disusun ini diuji validitas konkuren dengan mengkorelasikan hasil skor berdasarkan instrumen ini dengan beberapa alat ukur yang sudah ada sebelumnya (Crocker & Algina, 1986). Berdasarkan hasil perhitungan statistik, diperoleh hasil sebagai berikut:

- 1) Korelasi instrumen *Islamic positive thinking* yang dibuat ini dengan instrumen husnudzan yang dibuat oleh Rusydi (2012) memiliki koefisien korelasi sebesar 0,253 dengan p sebesar 0,000. Artinya, alat ukur ini memiliki validitas konkuren karena memiliki korelasi yang positif dan signifikan dengan alat ukur lain yang sudah ada dan relevan dengan konstruk.
- 2) Instrumen *Satisfaction With Life Scale*
Korelasi instrumen *Islamic positive thinking* yang dibuat dikorelasikan dengan instrumen *satisfaction with life scale*. Hasil ini menunjukkan adanya koefisien korelasi sebesar 0,147 dengan p sebesar 0,015. Artinya, alat ukur ini memiliki validitas konkuren karena memiliki korelasi dengan konstruk yang secara teori memiliki keterkaitan.
- 3) Instrumen *Positive Affect-Negative Affect*
Korelasi skor tes husnudzan dengan *affect* positif adalah 0,026 dengan p sebesar 0,350. Artinya tidak ada korelasi yang kuat antara skor *positive thinking* dalam islam dengan skor *positive affect*.
Sedangkan hasil korelasi dengan negatif *affect* menunjukkan hasil sebesar 0,166 dengan p sebesar 0,014. Artinya terdapat korelasi antara *positive thinking* dalam islam dengan *negative affect*.
- 4) Instrumen Religiusitas (*Centrality of Religious Scale*)
Korelasi skor tes husnudzan dengan instrumen religiusitas adalah sebesar -0,037 dengan p sebesar 0,293. Artinya, tidak ada korelasi yang signifikan dengan religiusitas yang seharusnya berkorelasi secara teori (konvergen).
- 5) Instrumen *Self esteem*
Korelasi instrumen *Islamic positive thinking* yang dibuat ini dengan instrumen *self esteem* yang dibuat oleh Rosenberg (1965) memiliki koefisien korelasi sebesar -0,063, dengan p sebesar 0,179. Artinya tidak ada korelasi yang kuat antara skor kedua alat tes ini dan tidak ada bukti empirik yang menunjukkan validitas diskriminan instrumen *positive thinking* dalam Islam ini dengan instrumen *self esteem*
- 6) Instrumen Kepatutan sosial
Korelasi instrumen *Islamic positive thinking* dengan instrumen kepatutan sosial menunjukkan skor sebesar -0,328 dengan p sebesar 0,000. Artinya terdapat korelasi yang signifikan antara skor kedua tes ini. Menurut Anastasi & Urbina (1997) validitas konstruk suatu tes juga dapat diperoleh ketika sebuah alat tes tidak berkorelasi secara signifikan

dengan variabel lain, dimana variabel tersebut semestinya berbeda secara teori (diskriminan).

- d. Evaluasi Butir Instrumen. Berdasarkan hasil analisis butir aitem, didapatkan 41 aitem yang memiliki *corrected aitem-total correlation* diatas 0,3. Sedangkan aitem yang perlu direvisi berjumlah 14, yang terdiri dari aitem nomor 1, 2, 13, 23, 25, 26, 27, 30, 41, 44, 45, 48, 50, dan 54.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji coba dan analisis terhadap instrumen *Islamic positive thinking* (husnudzan), alat ini dinyatakan memiliki reliabilitas yang tinggi sebesar 0,858. Hasil analisis properti psikometris untuk menguji validitas konvergen, alat ini memiliki korelasi yang positif dan signifikan dengan *Satisfaction with Life Scale* dan instrumen Husnudzan milik Rusydi (2012). Sedangkan untuk validitas diskriminan, instrumen *Islamic positive thinking* (husnudzan) ini memiliki korelasi negatif dengan skala kepatutan sosial. Sedangkan berdasarkan uji statistik, ternyata alat tes ini tidak memiliki validitas konkuren dengan konstruk yang diperkirakan memiliki hubungan yang positif yaitu instrumen religiusitas, *self esteem* dan instrumen *positive-negative affect*. Perbaikan aitem dilakukan untuk 14 aitem yang memiliki indeks diskriminasi lemah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A.F. (2004). *Membangun positive thinking secara Islam*. Jakarta: Gema Insani Pres.
- Chong, H.Y. (2013). A simple guide to the item response theory (irt) and rasch modelling. Published in <http://www.creative-wisdom.com>
- Bond, T.G., & Fox, C. (2007). *Applying the rasch model. fundamental measurement in the human sciences*. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers. Mahwah. New Jersey
- Sumintono, B & Widhiarso, W. (2013). *Aplikasi model rasch untuk penelitian ilmu-ilmu sosial*. Jakarta: Tim Komunikata Publishing House.
- Purwono, U. 2014. Validitas pengukuran. Yogyakarta: Materi Workshop Psikometri di Program Studi Psikologi UII.
- Crocker , L & Algina, J. (1986). *Introduction to classical and modern test theory*. New York: Harcourt Brace Javanovich College Publishers.
- Raykov, T & Marcoulides, G.A. (2011). *Introduction to psychometric theory*. New York: Routledge.
- Elfiky, I. (2009). *Terapi berpikir positif*. Jakarta: Zaman.
- Khan, M.W. (2011). Islamic way of thinking. International Centre for Peace and Spirituality.
- Yucel, S. (2014). The notion of “husnu’l zan” or positive thinking in islam: Medieval perspective. *International Journal of Humanities and Social Sciences*. 4(6).
- Jatman. S. (2008). *Ilmu jiwa kaum pribumi*. Semarang: Universitas Diponegoro. Naskah Pidato Pengukuhan Guru Besar.
- Hills, P & Argyle, M. (2002). The Oxford happiness questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33. DOI: 1073–1082. PII: S0191-8869(01)00213-6.

- Tork, M; Madanipoor, A; Taghiyar, F; Zarei, F; Goodarzi, F. (2014). The effectiveness of positive thinking training on mental health in male students of the first grade of high school in Karaj. *International Journal of Psychology and Behavioral Research*, 1(2), 754—759.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review Psychology*, 52, 1—26. DOI: 0066-430810110201-0001\$14.00 1
- Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, 59(7), 614—625. DOI: 10.1037/0003-066X.59.7.614.
- Fandokht, O.M, Sa'dipour, I, and Ghawam, S.I. (2014). The study of the effectiveness of positive thinking skill on reduction of student's academic burnout in first grade high school male students. *Indian Journal of Sci.Res*, 4(6), 228—236. ISSN: 2250-0138.
- Freestone, M. (2013). Positive thinking and the meaning of life. Diakses dari <https://www.smashwords.com/books/download/357610/1/latest/0/0/positive-thinking-the-meaning-of-life.pdf>. Tanggal 27 Mei 2015, pukul 10.49 WIB.
- Friedman, E.S; Thase, M.E; Wright, J.H. (2008). *Cognitive and behavioral therapy*. In Tasman, A; Kay, J; Lieberman, J.A; First, M.B; Maj, M. Psychiatry, third edition. John Wiley & Sons.
- Snyder, C.R. dkk. (2007). Measuring and Labelling the positive and negative, dalam Lopez, S.J dan Snyder, C.R. 2007. *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. Washington: American Psychological Association.
- Ghaderi, S & Barzigar, M. (2015). The impact of positive thinking on social adjustment of high school students in sardasht. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*, 5(1), 2487—2494.
- Yucel, S. (2014). The notion of husnudzan or positive thinking in islam: Medieval perspective. *International Journal of Humanities and social Sciences*, 4(6), 101—113.
- Yucel, S. (2015). Positive thinking and action in islam: Case studies from the sirah of Prophet Muhammad. *International Journal of Humanities and Social Science*, 5(1), 223—235.

والله أعلم بالصواب

