

## Resiliensi, Religiusitas dan *Psychological Well-Being* Pada Santri

Suryatiningsih<sup>1</sup>, Lely Ika Mariyati<sup>2</sup>, Eko Hardi Ansyah<sup>3</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia<sup>1</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia<sup>2</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia<sup>3</sup>

E-mail: [suryati06052000@gmail.com](mailto:suryati06052000@gmail.com)<sup>1</sup>, [ikalely@umsida.ac.id](mailto:ikalely@umsida.ac.id)<sup>2</sup>,  
[ekohardi1@umsida.ac.id](mailto:ekohardi1@umsida.ac.id)<sup>3</sup>

Correspondent Author : Lely Ika Mariyati, [ikalely@umsida.ac.id](mailto:ikalely@umsida.ac.id)

Doi : [10.31316/qcouns.v8i2.5226](https://doi.org/10.31316/qcouns.v8i2.5226)

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya fenomena santri yang tidak dapat mencapai *psychological well-being* secara optimal. Tujuannya untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan religiusitas terhadap *psychological well-being* santri di pondok pesantren Fadlillah Sidoarjo. Metode pendekatan penelitian menggunakan kuantitatif desain korelasi berganda dengan sampel sebanyak 291 santri menggunakan teknik pengambilan sampel acak berstrata dari kelas VII sampai XII. 3 skala yang digunakan yakni : resiliensi, religiusitas dan *psychological well-being*. Hasil penelitian ini berdasarkan analisis data menunjukkan hipotesa penelitian diterima. Skor  $F=63,899$  dan  $p=0,000$  menunjukkan hubungan positif secara simultan antara resiliensi dan religiusitas terhadap *psychological well-being* dan memiliki hubungan yang kuat. Variabel resiliensi maupun religiusitas secara terpisah juga memiliki hubungan dengan *psychological well-being*. Variabel resiliensi dan religiusitas secara simultan memberikan sumbangsi sebesar 30,7%, serta kategorisasi *psychological well-being* pada santri didominasi skor sedang 40% dan tinggi 31%. Jadi, kesimpulannya resiliensi dan religiusitas secara simultan dapat mempengaruhi *psychological well-being* santri.

**Kata kunci:** resiliensi, religiusitas dan *psychological well-being*, santri

### Abstract

*This study is motivated by the phenomenon of students who cannot achieve optimal psychological well-being. The aim is to determine the relationship between resilience and religiosity on the psychological well-being of students at Fadlillah Islamic boarding school in Sidoarjo. The research approach method uses quantitative multiple correlation design with a sample of 291 students using stratified random sampling techniques from classes VII to XII. 3 scales were used, namely: resilience, religiosity and psychological well-being. The results of this study based on data analysis showed that the research hypothesis was accepted. The F score = 63.899 and p = 0.000 shows a simultaneous positive relationship between resilience and religiosity towards psychological well-being and has a strong relationship. Resilience and religiosity variables separately also have a relationship with psychological well-being. Resilience and religiosity variables simultaneously contributed 30.7%, and the categorization of psychological well-being in students was dominated by moderate scores 40% and high 31%. So, the conclusion is that resilience and religiosity can simultaneously affect the psychological well-being of students.*

**Keywords:** *resilience, religiousness and psychological well-being, santri*

### Info Artikel

Diterima September 2023, disetujui Januari 2024, diterbitkan April 2024



## PENDAHULUAN

Pondok pesantren dikenal sebagai lembaga pendidikan tertua di Indonesia (Fathih & Muhlis, 2023). Pondok pesantren memiliki daya tarik tersendiri bagi masyarakat yang ingin memperdalam ilmu agama, terlebih di negara yang mayoritas penduduknya beragama Islam. Pondok pesantren memiliki peran penting dalam upaya meningkatkan pendidikan di Indonesia, khususnya dalam bidang pendidikan agama Islam (Gumilang & Nurcholis, 2018). Pondok pesantren merupakan sebuah institusi pendidikan agama Islam dimana kyai berperan sebagai pendidik utama dan didukung oleh keberadaan asrama sebagai tempat tinggal santri (Husnussaadah, 2020). Kementerian Agama (Kemenag) RI mencatat terdapat sekitar 30.494 pondok pesantren, dengan jumlah santri sebanyak 4.373.694 jiwa yang tersebar di seluruh Indonesia pada tahun ajaran 2020/2021 (Kemenag, 2022).

Kehidupan di pondok pesantren memiliki perbedaan yang signifikan dengan kehidupan di sekolah umum (Fadhilah, 2016). Para santri didorong berlatih untuk hidup secara mandiri (Anggraeni, 2011). Pengalaman baru akan diperoleh oleh para santri baik pengalaman menyenangkan maupun kurang menyenangkan sehingga berpengaruh pada kesejahteraan psikologis para santri (Dayyana, 2021). Sedangkan kesejahteraan psikologis atau yang disebut dengan *psychological well-being* dapat mendorong mengoptimalkan potensi ketika dalam situasi yang kurang menyenangkan/diluar harapan (Revelia, 2016). Ketika perasaan sejahtera dirasakan lebih dominan, individu menjadi lebih kuat dan mampu menghadapi tantangan hidup serta memandang kesulitan sebagai bagian proses belajar (Dayyana, 2021). Selain itu, tantangan eksistensial dianggap sebagai peluang proses pengembangan potensi (Revelia, 2016).

Ryff (Ikrimasari, 2023) menjelaskan *Psychological well-being* merupakan sekumpulan kemampuan individu untuk memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, mampu mengambil keputusan/mengatur perilaku sendiri, menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup yang bermakna dan memiliki kemampuan dalam mengembangkan diri. Individu dengan *psychological well-being* tinggi akan mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik, sehingga cenderung lebih bahagia, ramah, memiliki stabilitas emosi, mudah bergaul serta memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan disekitar (Wahdati, 2022). *Psychological well-being* mendorong individu meningkatkan kreativitas dan pemahaman atas apa yang mereka lakukan (Aini, 2016).

Kenyataannya, santri yang berusia remaja seringkali menghadapi kesulitan dan merasa terbebani saat menjalani pendidikan di pondok pesantren (Revelia, 2016). Santri belum sepenuhnya mampu menyesuaikan terhadap norma-norma/tuntutan di lingkungan pesantren. Sehingga santri kesulitan untuk mencapai *psychological well-being* secara optimal, dimana santri yang didominasi usia remaja. Remaja merupakan periode transisi dari individu dengan masa kanak-kanak yang lemah dan penuh ketergantungan menjadi individu yang mulai belajar arti dari tanggung jawab baik untuk diri sendiri maupun masyarakat sekitar (Wahdati, 2022). Meskipun demikian, usia remaja tetap memiliki potensi untuk mencapai *psychological well-being* yang optimal.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitriyani (2019) menggambarkan fakta 44% santri MBS Sleman memiliki tingkat *psychological well-being* rendah dan 48% santri Ibnu Qoyyim Putri juga memiliki *psychological well-being* rendah. Penelitian yang juga dilakukan oleh Anggraeni (2011) menunjukkan hasil bahwa 53,25% santri remaja pondok pesantren Assalafi Al-Fithrah Surabaya memiliki *psychological well-being* rendah.



Fenomena diatas juga sama dengan fenomena di pondok pesantren Fadllillah Sidoarjo. Data awal yang diperoleh oleh peneliti melalui wawancara singkat dengan 2 guru/pengasuh pondok pesantren Fadllillah yang mengungkapkan bahwa sebagian santri masih melakukan pelanggaran mulai dari pelanggar kecil hingga besar. Adapun faktor pemicunya, yakni: 1) santri merasa kurang nyaman ketika berada di pondok, 2) kurang mampu beradaptasi dengan banyaknya kegiatan khususnya berkaitan banyaknya hafalan, 3) paksaan orang tua untuk masuk pondok, 4) memiliki permasalahan dengan teman ataupun kakak kelas. Peneliti juga melakukan wawancara dengan 2 santri dan menunjukkan adanya permasalahan tingkat *psychological well-being* yang ditunjukkan dengan bertengkar dengan teman dan sulit mengatur jadwal antara istirahat dengan waktu belajar yang padat.

*Psychological well-being* dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal individu (Ikrimasari, 2023). Salah satu faktor internal yang mempengaruhi *psychological well-being* seseorang yakni resiliensi. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk menghadapi tantangan, menangani tekanan dan pulih dari situasi yang menekan dengan cara yang sehat dan produktif (Febrina, 2022). Resiliensi bukanlah sebuah trait kepribadian yang tetap dan statis pada individu, melainkan merupakan hasil dari interaksi dinamis antara faktor-faktor eksternal dan internal pada diri individu (Ubaidillah et al., 2022). Resiliensi dapat diwujudkan sebagai usaha positif individu untuk beradaptasi dan mengatasi situasi yang sulit, serta kemampuan untuk mendapatkan kembali kesehatan mental diri walaupun dalam kondisi yang tertekan (Suprpto, 2020). Individu yang memiliki resiliensi tinggi memiliki beberapa karakteristik seperti mampu mengatasi transisi dengan baik, mampu melepaskan stress, memiliki fleksibilitas dan kemampuan beradaptasi, dapat menciptakan hubungan baik dengan orang lain dan mampu mengendalikan diri dengan baik (Novianti & Alfian, 2022).

Berdasarkan penelitian oleh Novianti & Alfian (2022) menunjukkan bahwa resiliensi memainkan peran mendasar dan dianggap efektif untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis individu. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maghfiroh (2018) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif antara resiliensi dan *psychological well-being* yang artinya semakin tinggi resiliensi seseorang maka semakin tinggi pula *psychological well-being*nya. Kemudian, pada penelitian yang lainnya menunjukkan hasil bahwa remaja yang mengalami perceraian orang tua dapat mencapai tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi jika mereka memiliki tingkat resiliensi yang kuat (Puspitasari et al., 2020).

Faktor internal lainnya yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* individu yaitu religiusitas. Religiusitas dalam perspektif islam mengacu pada tingkat kesadaran individu tentang Tuhan berdasarkan pemahaman terhadap konsep-konsep tauhid dan penerapan ajaran islam dalam kehidupan sehari-hari (Ubaidillah et al., 2022). Individu yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi cenderung lebih mampu memberikan makna positif pada kehidupannya, sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna dan terhindar dari depresi atau stress (Dayyana, 2021). Oleh karena itu, individu dengan religiusitas yang kuat memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi dan mengalami lebih sedikit gejala traumatik (Tasnim & Satwika, 2021). Religiusitas dalam islam tidak hanya diwujudkan dalam bentuk ibadah semata, tetapi juga tercermin dalam aktivitas lainnya sebagai suatu sistem yang menyeluruh (Irsyad, 2022).

Pada penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan positif antara religiusitas dan *psychological well-being* pada remaja di pondok pesantren, yang mana diperoleh nilai koefisien regresi sebesar 0,559 atau setara dengan 55,9% prediksi besaran pengaruhnya



(Anggraeni, 2011). Selanjutnya, dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Bestari, 2016) membuktikan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara religiusitas dan *psychological well-being*, dimana religiusitas memberikan kontribusi sebesar 12,3% terhadap *psychological well-being*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kosasih et al (2022) menunjukkan hasil adanya hubungan yang positif antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis, yang artinya semakin tinggi religiusitas seseorang maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimiliki begitupun sebaliknya.

Penelitian ini mengkaji 3 variabel yakni resiliensi, religiusitas dan *psychological well-being* dalam setting pondok pesantren di Sidoarjo dengan rumusan penelitian apakah ada pengaruh antara resiliensi dan religiusitas terhadap *psychological well-being* santri. Penelitian ini mengisi kekosongan literatur sebelumnya dengan menjadikan subjek santri tingkat SMP dan SMA sekaligus sebagai sample penelitian, dimana sebelumnya beberapa penelitian hanya fokus pada satu jenjang pendidikan sebagai sampel. Lebih jauh, penelitian berinovasi dengan melakukan penggabungan variabel yang dahulu dianalisis secara terpisah. Seperti pada penelitian (Irsyad, 2022) terkait hubungan religiusitas dan *psychological well-being* remaja usia 15-23 tahun di pondok pesantren. Dan Penelitian (Novianti & Alfian, 2022) terkait pengaruh resiliensi terhadap *psychological well-being* dengan dukungan sosial sebagai variabel mediator serta mahasiswa yang menjadi subjek penelitiannya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yang mana dalam metode kuantitatif bercirikan pengumpulan data hingga analisis berupa numerik atau angka-angka (Yunita et al., 2023). Desain penelitian yang digunakan merupakan korelasi berganda yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih yang dirumuskan oleh peneliti (Tasnim & Satwika, 2021).

Populasi dalam penelitian ini mengacu pada kumpulan objek/subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian digunakan sebagai dasar untuk membuat kesimpulan (Windu Gumati & Susanti, 2021). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh santri di Pondok Pesantren Fadlillah Sidoarjo yang berjumlah 825 santri yang terdiri dari 513 santri Mts dan 312 santri MA. Sampel penelitian ini diambil dari tabel *Isaac and Michael* dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, sehingga diperoleh sampel sebesar 291 santri. Pengambilan subjek pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel acak berstrata (*stratified random sampling*) dimana teknik dalam pengambilan sampel ini melibatkan suatu tingkatan ataupun karakteristik pada elemen populasi, seperti yang terlihat dalam tabel 1.

**Tabel 1.**  
Data Sampel Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Partisipan
1.	VII	42
2.	VIII	113
3.	IX	34
4.	X	24
5.	XI	41
6.	XII	37
	<b>Total</b>	<b>291</b>



Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi. Skala merupakan suatu kumpulan pernyataan yang diberikan kepada individu dengan tujuan untuk mengungkapkan aspek-aspek psikologisnya (Yunita et al., 2023). Model skala yang digunakan yakni skala likert yang terdiri dari Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S) dan Sangat Setuju (SS). Terdapat 3 variabel yang digunakan dalam penelitian ini dan diukur menggunakan skala likert. Variabel pertama adalah resiliensi yang direpresentasikan sebagai variabel x1. Variabel kedua adalah religiusitas yang direpresentasikan sebagai variabel x2. Variabel ketiga adalah *psychological well-being* yang direpresentasikan sebagai variabel y.

Resiliensi diukur dengan menggunakan skala resiliensi milik *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang telah digunakan dalam penelitian milik (Ardiansyah, 2022) yang kemudian diadaptasi oleh peneliti. Penyusunan aitem mengacu pada aspek-aspek resiliensi antara lain : kompetensi pribadi, standar tinggi dan keuletan (*personal competence; high standard and tenacity*), kepercayaan diri serta tingkat toleransi pada pengaruh negatif (*trust in one's instincts; tolerance of negative affect; strengthening affect of stress*), penerimaan positif adanya perubahan (*positive acceptance of change and secure relationships*), kontrol diri (*control and factor*) dan spiritual (Ardiansyah, 2022). Hasil uji daya beda menunjukkan 23 aitem valid, dengan indeks daya beda bergerak dari 0,300 sampai 0,496 dengan nilai reabilitas sebesar 0,844 menggunakan *alpha cronbach*.

Religiusitas diukur dengan menggunakan skala religiusitas milik *Glock and Starck* yang telah digunakan dalam penelitian milik (Irsyad, 2022) yang kemudian diadaptasi oleh peneliti. Penyusunan aitem mengacu pada aspek-aspek religiusitas antara lain : intelektual (*intellectual*), ideologi (*ideology*), praktik publik (*public practice*), praktik individu (*individual practice*) dan pengalaman keagamaan (*religious experience*) (Irsyad, 2022). Uji validitas dilakukan dengan menggunakan koefisiensi korelasi *product moment Pearson* dan diperoleh 23 aitem dikatakan valid dengan indeks daya beda bergerak dari 0,347 sampai 0,613. Skor reabilitas sebesar 0,874 dengan menggunakan *alpha cronbach*.

*Psychological well-being* diukur menggunakan skala *psychological well-being* milik *Ryff Scale of Psychological Well Being* (RPWB) dalam bahasa indonesia yang dimodifikasi oleh (Irsyad, 2022). Aitem disusun berdasarkan 6 dimensi dalam *psychological well-being* yakni dimensi kemandirian atau otonomi, penguasaan lingkungan, pengembangan diri, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup dan penerimaan diri (Irsyad, 2022). Uji validitas dilakukan dengan menggunakan koefisiensi korelasi *product moment Pearson*, terdapat 17 aitem valid atau  $>0,30$ . Dari 17 aitem yang valid tersebut menunjukkan indeks daya beda bergerak dari 0,307 sampai 0,490 dengan nilai reabilitas sebesar 0,799 menggunakan *alpha cronbach*. Selanjutnya, peneliti melakukan uji asumsi yakni uji normalitas dengan menggunakan *Kolmogorov Smirnov*, uji linieritas menggunakan *Anova (Analysis of Variance)* dan scatter plot dan uji multikolinieritas menggunakan *Variance Inflation Factor (VIF)*. Dan untuk uji hipotesis menggunakan korelasi berganda dengan bantuan aplikasi SPSS 25 for windows.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk menunjukkan data hasil penelitian memiliki distribusi normal atau tidak. Berdasarkan hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 ( $>0,05$ ). Artinya data resiliensi, religiusitas dan *psychological well-being* terdistribusi normal, seperti pada tabel 2.



**Tabel 2.**  
 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		291
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,09967037
Most Extreme Differences	Absolute	,031
	Positive	,022
	Negative	-,031
Test Statistic		,031
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Uji linieritas yang dilakukan pada penelitian ini yakni dengan menggunakan *Anova* (*Analysis of Variance*). Berdasarkan hasil uji linieritas antara resiliensi dan *psychological well-being* pada tabel 3, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,402. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa data linier karena nilai signifikansi  $>0,05$ . Artinya, adanya hubungan yang linier antara resiliensi dan *psychological well-being* yang dapat dilihat pada tabel 3.

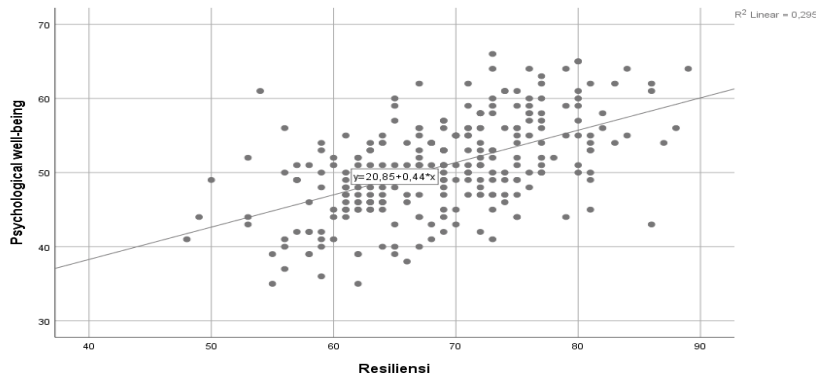
**Tabel 3.**

Hasil Uji Linieritas Resiliensi dan *Psychological Well-Being*

		Anova Tabel					
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological Well-Being * Resiliensi	Between Groups	(Combined)	4235,407	38	111,458	4,222	,000
		Linearity	3212,306	1	3212,306	121,671	,000
		Deviation from Linearity	1023,101	37	27,651	1,047	,402
Within Groups			6653,218	252	26,402		
Total			10888,625	290			

Berdasarkan uji linieritas scatter plot antara resiliensi dan *psychological well-being* menunjukkan hasil garis lurus mengarah dari kiri bawah ke kanan atas, yang artinya resiliensi dan *psychological well-being* memiliki hubungan yang linier positif yang ditunjukkan pada gambar 1.





**Gambar 1.** Hasil Uji Linieritas Scatter Plot Resiliensi dan *Psychological Well-Being*

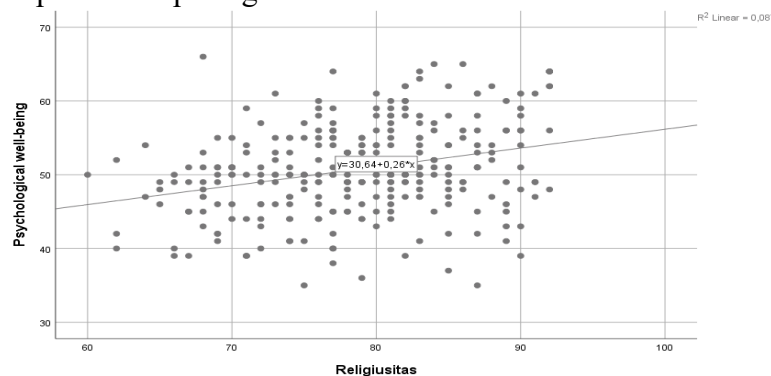
Hasil perhitungan uji linieritas antara religiusitas dan *psychological well-being* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,530 dimana menurut pedoman uji linieritas termasuk dalam data yang linier karena nilai signifikansi  $>0,05$ . Artinya, terdapat hubungan yang linier antara religiusitas dan *psychological well-being* yang dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4.**

Hasil Uji Linieritas Religiusitas dan *Psychological Well-Being*

		Anova Tabel					
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological Well-Being * Religiusitas	Between Groups	(Combined) Linearity	1907,175	30	63,573	1,840	,006
		Deviation from Linearity	946,511	1	946,511	27,400	,000
			960,665	29	33,126	,959	,530
	Within Groups		8981,450	260	34,544		
	Total		10888,625	290			

Uji linieritas scatter plot antara religiusitas dan *psychological well-being* menunjukkan hasil bahwa grafik lurus mengarah dari kiri bawah ke kanan atas, sehingga dapat dikatakan bahwa religiusitas dan *psychological well-being* memiliki hubungan linier positif yang dapat dilihat pada gambar 2.



**Gambar 2.** Hasil Uji Linieritas Scatter Plot Religiusitas dan *Psychological Well-Being*



Pada uji multikolinieritas diperoleh nilai *tolerance* dari resiliensi dan religiusitas sebesar 0,877 (<0,10) dan nilai VIF sebesar 1,141 (<10,00). Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinieritas pada kedua variabel yakni resiliensi dan religiusitas yang ditunjukkan pada tabel 5.

**Tabel 5.**  
 Hasil Uji Multikolinieritas

Model		Coefficients <sup>a</sup>	
		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	Resiliensi	,877	1,141
	Religiusitas	,877	1,141

a. *Dependent Variable: Psychological Well-Being*

Peneliti melakukan analisis uji korelasi dengan menggunakan *product moment Pearson* untuk mengukur tingkat hubungan linier antar variabel. Resiliensi dan *psychological well-being* menunjukkan korelasi sebesar 0,543, sedangkan religiusitas dan *psychological well-being* menunjukkan korelasi sebesar 0,295. Artinya, korelasi antara resiliensi dan *psychological well-being* lebih kuat dibandingkan dengan religiusitas dan *psychological well-being*. Kemudian, uji korelasi antara resiliensi dan religiusitas diperoleh hasil sebesar 0,351 yang berarti memiliki tingkat korelasi yang lemah. Sehingga dapat dikatakan bahwa variabel resiliensi dan religiusitas merupakan variabel independen, seperti pada tabel 6.

**Tabel 6.**  
 Hasil Uji Korelasi

		Psychological Well-Being		
		Resiliensi	Religiusitas	Being
Resiliensi	Pearson Correlation	1	.351**	.543**
	Sig. (2-tailed)		0,000	0,000
	N	291	291	291
Religiusitas	Pearson Correlation	.351**	1	.295**
	Sig. (2-tailed)	0,000		0,000
	N	291	291	291
Psychological Well-Being	Pearson Correlation	.543**	.295**	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	
	N	291	291	291

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan *f* simultan diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 (< 0,05) dan nilai *F* sebesar 63,899, sehingga dapat dikatakan bahwa adanya hubungan positif secara simultan antara resiliensi dan religiusitas terhadap *psychological well-being*. Artinya, hipotesis minor diterima yang ditunjukkan pada tabel 7.





**Tabel 7.**  
 Hasil Uji Hipotesis

Anova <sup>a</sup>						
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
1	Regression	3346,700	2	1673,350	63,899	,000 <sup>b</sup>
	Residual	7541,925	288	26,187		
	Total	10888,625	290			

a. *Dependent Variable: Psychological Well-Being*

b. Predictors: (Constant), Religiusitas, Resiliensi

Hasil koefisien determinasi antara resiliensi dan religiusitas terhadap *psychological well-being* diperoleh nilai R Square sebesar 0,307. Hasil nilai R Square menunjukkan bahwa resiliensi dan religiusitas memberikan kontribusi sebesar 30,7% terhadap *psychological well-being* yang dapat dilihat pada tabel 8. Maka, sekitar 69,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini seperti : dukungan sosial, optimisme, social support, kebermaknaan hidup dan lain sebagainya.

**Tabel 8.**  
 Hasil Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,554 <sup>a</sup>	,307	,303	5,117

a. Predictors: (Constant), Religiusitas, Resiliensi

Berdasarkan 5 kategorisasi pada variabel *psychological well-being* menunjukkan bahwa terdapat 22 santri (8%) memiliki pwb sangat rendah, 60 santri (21%) memiliki pwb rendah, 117 santri (40%) berada pada tingkat pwb sedang, 71 santri (24%) berada pada tingkat pwb yang tinggi dan 21 santri (7%) lainnya memiliki tingkat pwb yang sangat tinggi yang tercantum pada tabel 9. Jadi, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki *psychological well-being* yang sedang kearah tinggi.

**Tabel 9.**  
 5 Kategorisasi

Kategori	Psychological Well-Being	
	Frekuensi	%
Sangat Rendah	22	8%
Rendah	60	21%
Sedang	117	40%
Tinggi	71	24%
Sangat Tinggi	21	7%
Total	291	100%

Serangkaian kegiatan pengujian data dalam penelitian ini diawali dengan melakukan uji normalitas, uji linieritas dan scatter plot. Hasil uji normalitas menandakan bahwa data terdistribusi normal. Kemudian, hasil uji linieritas menerangkan bahwa data linier serta scatter plot menunjukkan adanya garis lurus yang bergerak dari kiri bawah ke kanan atas pada masing-masing variabel independen dengan variabel dependen.



Selanjutnya, peneliti juga melakukan uji multikolinieritas yang menunjukkan hasil bahwa tidak terjadi gejala multikolinieritas pada variabel resiliensi dan religiusitas.

Uji hipotesis yang dilakukan oleh peneliti juga menunjukkan bahwa adanya hubungan positif secara simultan antara resiliensi dan religiusitas terhadap *psychological well-being* santri dengan 30,7% besaran sumbangsi yang diberikan. Sehingga hipotesis minor diterima. Artinya, semakin tinggi resiliensi dan religiusitas santri maka semakin tinggi pula *psychological well-being* santri. Sebaliknya, semakin rendah tingkat resiliensi dan religiusitas santri maka semakin rendah pula *psychological well-being* yang dimilikinya.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh hasil penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa adanya pengaruh secara simultan antara religiusitas dan stress akademik terhadap *psychological well-being* santri dengan besaran sumbangsi sebesar 59,2% (Rohayati et al., 2022). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hertinjung et al., 2022) menunjukkan adanya hubungan positif antara resiliensi dan rasa syukur terhadap kesejahteraan psikologis remaja SMA/SMK di Surakarta selama pandemi Covid-19, dengan memberikan kontribusi sebesar 56,6%.

Berdasarkan teori Kohlberg, remaja berada pada tahap perkembangan moral konvensional yang mencakup pada pengenalan konsep-konsep moral seperti : kedisiplinan, kesopanan, kejujuran dan sebagainya. Idealnya, remaja sudah memiliki kemampuan untuk menentukan prinsip-prinsip moral berdasarkan pertimbangan dan penalarannya secara mandiri (Yunita et al., 2023). Pada penelitian ini kategorisasi *psychological well-being* pada santri berada pada tingkatan sedang kearah tinggi (40% - 71%) dari jumlah responden. Banyaknya responden yang berada pada kategori sedang ke tinggi menunjukkan bahwa mayoritas santri memiliki *psychological well-being* yang cukup kuat. Hasil kategorisasi tersebut bisa dikaitkan dengan jenjang kelas dan lamanya santri tinggal di pondok pesantren sehingga dapat mempengaruhi tingkat *psychological well-being* yang dimilikinya. Sebagian besar responden penelitian merupakan santri lama terhitung dari kelas VIII – XII, sehingga dapat dikatakan bahwa santri sudah melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan di pondok pesantren. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mariyati et al., 2023) yang menyatakan bahwa *subjective well-being* dipengaruhi oleh faktor jenjang kelas dan lamanya santri di pondok pesantren, sehingga semakin lama santri tinggal di pondok pesantren maka tingkat *subjective well-being* santri cenderung meningkat.

Resiliensi dan religiusitas secara simultan memberikan sumbangsi sebesar 30,7% terhadap *psychological well-being* santri di pondok pesantren Fadlillah dan 69,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh (Purwaradietya & Chusairi, 2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 25% pada kesejahteraan psikologis remaja. Selanjutnya, pada penelitian (Ilhamuddin et al., 2017) diperoleh hasil bahwa religiusitas, optimisme dan *social support* secara simultan dapat memberikan sumbangsi sebesar 54,3% terhadap *psychological well-being* pada peserta didik MAN se-kota Malang tahun ajaran 2015/2016. Selain itu, pada penelitian lain juga menunjukkan bahwa adanya kebermaknaan hidup yang tinggi pada *psychological well-being* remaja di SMA Negeri 5 Halmahera Utara yang memberikan sumbangsi sebesar 26,21% (Hiborang, 2014).

Adapun karakteristik remaja yang resilien antara lain : mendapat dukungan dari orang dewasa, bersikap ramah dengan orang lain, memiliki keterampilan sosial, memiliki talenta, percaya diri dan memiliki keyakinan agama yang kuat (Yuliani et al., 2018). Ciri – ciri religiusitas pada remaja berdasarkan teori Glock dan Stark pada penelitian Fatimah,



(2020) seperti : memiliki keyakinan yang kuat, melakukan praktik ritual sesuai ajaran agamanya, menunjukkan perilaku positif, mengetahui dan memahami ajaran agamanya, mengalami pengalaman yang istimewa yang datang dari Allah dan lain sebagainya. Kemudian, karakteristik *psychological well-being* berdasarkan teori Ryff menyebutkan antara lain : mampu menerima diri, memiliki hubungan positif dengan orang lain, mandiri, memiliki kemampuan untuk mengatur lingkungan sekitar, memiliki tujuan hidup dan terbuka dengan hal-hal baru (Irsyad, 2022).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah menjawab hipotesis yang diajukan yakni adanya hubungan positif secara simultan antara resiliensi dan religiusitas terhadap *psychological well-being* santri di pondok pesantren Fadlillah Sidoarjo. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa resiliensi dan religiusitas secara terpisah memiliki korelasi terhadap *psychological well-being*. Hubungan antara resiliensi dan *psychological well-being* lebih kuat dibandingkan dengan religiusitas dan *psychological well-being*. Hasil kategorisasi pada santri diperoleh bahwa *psychological well-being* mengarah pada tingkatan sedang ke tinggi. Sehingga, secara simultan resiliensi dan religiusitas secara signifikan dapat mempengaruhi *psychological well-being*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N. (2016). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Psychological Well-Being Santri di Pesantren Mambaul Ulum Karang Anom Pamekasan* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim ]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/3689>
- Anggraeni, R. D. (2011). Hubungan antara Religiusitas dan Stres dengan Psychological Well Being pada Remaja Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 2(1), 29–45. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jptt.v2n1.p29-45>
- Ardiansyah, A. V. (2022). *Hubungan antara Efikasi Diri dengan Resiliensi Remaja Santri Penghafal Qur'an* [Universitas Islam Negeri Raden Mas Said]. <http://eprints.iain-surakarta.ac.id/4522/>
- Bestari, W. A. (2016). Pengaruh Kecenderungan Ekstraversi dengan Dimoderatori oleh Religiusitas terhadap Psychological Well-Being pada Remaja. *Seminar Asean Psychology & Humanity*, 499–505. <https://mpsi.umm.ac.id/files/file/499-505%20WINDA%20AYU%20BESTARI.pdf>
- Dayyana, N. R. (2021). *Pengaruh Penyesuaian Diri terhadap Psychological Well-Being Santri di Pondok Pesantren Sabilurrosyad Gasek Malang* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/25883/>
- Fadhillah, E. P. A. (2016). Hubungan antara Psychological Well-Being dan Happiness pada Remaja di Pondok Pesantren. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 69–79. <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/1545>
- Fathih, M. A., & Muhlis, N. K. (2023). Problematika Penerapan Manajemen Pendidikan di Lembaga Pendidikan Islam. *DIRASAH*, 6(1), 20–29. <https://ejournal.iaifa.ac.id/index.php/dirasah>
- Fatimah, A. (2020). *Religiusitas Remaja (Studi Kasus Mts Assalafiyah Sitanggal, Kecamatan Larangan, Kabupaten Brebes)* [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah ]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/49782/1/FATIMAH%20Br.pdf>



- Febrina, I. D. (2022). *Hubungan antara Spiritual Well-Being dengan Resiliensi pada Santri di Pekan Baru* [Universitas Islam Riau ]. <http://repository.uir.ac.id/id/eprint/17281>
- Fitriyani, N. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial dan Psychological Well Being terhadap Prestasi Belajar Santri Kelas X (Studi Kasus di MBS Sleman dan Ibnul Qoyyim Putri). *Literasi : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 10(1), 34–46. [www.ejournal.almaata.ac.id/literasi](http://www.ejournal.almaata.ac.id/literasi)
- Gumilang, R., & Nurcholis, A. (2018). Peran Pondok Pesantren dalam Pembentukan Karakter Santri. *Jurnal Comm-Edu*, 1(3), 42–53. <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/comm-edu/article/view/2113/0>
- Hertinjung, W. S., Ardiani, D., Ilhami, N. N., & Octiawati, T. (2022). Hubungan Rasa Syukur dan Resiliensi dengan Kesejahteraan Psikologis Remaja Selama Pandemi. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 9(2), 159–177. <https://doi.org/10.35891/jip.v9i2>
- Hiborang, E. S. (2014). *Hubungan antara Kebermaknaan Hidup dengan Psychological Well-Being (PWB) pada Siswa SMA Negeri 5 Halmahera Utara* [Universitas Kristen Satya Wacana]. <https://repository.uksw.edu/handle/123456789/9343>
- Husnussaadah. (2020). Upaya Pondok Pesantren dalam Meningkatkan Mutu Akademik dan Non-Akademik Pendidikan Islam. *Jurnal El-Idarah*, 5(1), 5–19. <http://journal.parahikma.ac.id/el-idarah/article/view/255>
- Ikrimasari, E. F. (2023). *Hubungan Regulasi Diri dan Efikasi Diri dengan Psychological Well-Being Santri di Pondok Pesantren PPAI Darun Najah Malang* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/50334>
- Ilhamuddin, M. F., Muslihati, & Handarini, D. M. (2017). Hubungan Religiusitas, Optimism, Social Support dan Psychological Well-Being Peserta Didik MAN Se-Kota Malang. *Jurnal Pendidikan : Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 2(3), 350–355. <https://doi.org/10.31311/jk>
- Irsyad. (2022). *Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren* [Universitas Muhammadiyah Malang]. <https://eprints.umm.ac.id/85202/>
- Kemenag. (2022, August 24). *Jumlah Pondok Pesantren, Guru dan Santri Menurut Provinsi*. <https://www.bing.com/ck/a?!&&p=5bf6879036685c1bJmltdHM9MTY5MDC2MTYwMCZpZ3VpZD0yMDAxNzQ1YS05MzExLTYxMjQtMWE5OC02Njg1OTI0NzYwMTAmaW5zaWQ9NTE3OA&pfn=3&hsh=3&fclid=2001745a-9311-6124-1a98-668592476010&psq=kemenag+satu+data&u=a1aHR0cHM6Ly9zYXR1ZGF0YS5rZW1lbnFnLmdvLmlkLW&ntb=1>
- Kosasih, I., Kosasih, E., & Farhan, Z. (2022). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Wel-Being). *Jurnal Psikologi Insight*, 6(2), 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/insight.v6i2.53812>
- Maghfiroh, W. P. (2018). *Hubungan resiliensi dengan psychological well-being pada kepala keluarga dengan katarak di wilayah kerja Puskesmas Tempurejo Kabupaten Jember*. Universitas Jember .
- Mariyati, L. I., Partontari, R. A., & Kusuma, M. K. I. (2023). Peranan Regulasi Emosi terhadap Subjective Well-Being pada Santri di Sidoarjo. *JICOP (Journal of Islamic*



- and Contemporary Psychology*, 3(1), 100–110.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12349>
- Novianti, L. D., & Alfian, I. N. (2022). Pengaruh Resiliensi terhadap Psychological Well-Being dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator pada Mahasiswa. *BRPKM (Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental)*, 1–7. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=3052607&val=27780&title=Pengaruh%20Resiliensi%20terhadap%20Psychological%20Well-Being%20dengan%20Dukungan%20Sosial%20sebagai%20Variabel%20Mediator%20pada%20Mahasiswa>
- Purwaradietya, M. D., & Chusairi, D. A. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Selama Pandemi Covid-19. *BRPKM (Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental)*, 1–10. <https://repository.unair.ac.id/113284/>
- Puspitasari, P., Maslihah, S., & Wulandari, A. (2020). Pengaruh Kelekatan terhadap Kesejahteraan Psikologis yang dimediasi oleh Resiliensi pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(1), 32–44. <https://www.academia.edu/download/81359553/11886.pdf>
- Revelia, M. (2016). Pengaruh Big Five Personality dan Adversity Quotient terhadap Psychological Well-Being Santri Pondok Pesantren Darul Muttaqien. *Tazkiya Journal of Psychology*, 4(2), 4–16. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1587048&val=4974&title=Pengaruh%20big%20five%20personality%20dan%20adversity%20quotient%20terhadap%20psychological%20well-being%20santri%20pondok%20pesantren%20darul%20muttaqien>
- Rohayati, N., Anwar, A. S., & Hajijah, N. (2022). Stres Akademik, Religiusitas dan Psychological Well-Being pada Remaja di Pesantren Raudhatul Irfan. *Psychophedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 7(1), 46–56. <https://journal.ubpkarawang.ac.id/index.php/Psikologi/article/view/2367/1558>
- Suprpto, S. A. P. (2020). Pengaruh Religiusitas terhadap Resiliensi pada Santri Pondok Pesantren. *Cognicia*, 8(1), 69–78. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia/article/view/11738>
- Tasnim, Z., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara Persepsi Agresi dengan Psychological Well-Being pada Santri Putra Pondok Pesantren X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(07), 11–22. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41590>
- Ubaidillah, F. A., Suryanto, & Santi, D. E. (2022). Efek Mediasi Dukungan Sosial terhadap Religiusitas dan Resiliensi Mahasiswa Santri selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 5(2), 85–94. <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i2.17251>
- Wahdati, R. A. (2022). *Hubungan Self Compassion dengan Psychological Well-Being pada Santri Tahun Pertama Pondok Pesantren At-Tahdzib Jombang* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/42273>
- Windu Gumati, R., & Susanti, Y. (2021). Hubungan Dimensi Religiusitas dengan Kedisiplinan Belajar Mahasiswa STIT At-Taqwa Ciparay Bandung. *Jurnal Syntax Imperatif*, 1(6), 2721–2246. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.36418/syntax-imperatif.v1i6.151>



- Yuliani, S., Widiyanti, E., & Sari, S. P. (2018). Resiliensi Remaja dalam Menghadapi Perilaku Bullying. *Jurnal Keperawatan BSI*, VI(1), 77–86. <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Yunita, K., Hasanuddin, & Khairina. (2023). Hubungan Religiusitas dan Dukungan Sosial Peer-Group dengan Kesejahteraan Subjektif pada Siswa SMA Swasta Al-Ulum Terpadu Medan. *JiIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 6(4), 2768–2779. <http://jiip.stkipyapisdampu.ac.id/jiip/index.php/JiIP/article/view/1891>

