

Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Terhadap *Psychological Well Being* Pada Santriwati

Bunga Fitri Rizkiyanti Ghozali¹, Hazim²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia²

E-mail: bungafitri06@gmail.com¹, hazim@umsida.ac.id²

Correspondent Author: Bunga Fitri Rizkiyanti Ghozali, bungafitri06@gmail.com

Doi: [10.31316/g-couns.v9i2.6122](https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6122)

Abstrak

Psychological well being merupakan seberapa jauh individu dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang ia miliki, mampu membangun hubungan baik dengan individu lainnya, mempunyai kemandirian untuk menentang tuntutan sosial, dapat mengendalikan keadaan sekitar, memiliki tujuan hidup dan mampu meningkatkan kapasitas secara terus menerus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap *Psychological Well Being* pada santriwati. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif korelasional. Populasi dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 70 santriwati yang berada di Pondok Pesantren X dengan menggunakan total sampling. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan: (1) Terdapat hubungan antara religiusitas dan *psychological well being* dengan nilai $p < 0,001$. (2) Terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well being* dengan nilai $p < 0,001$. (3) Hasil Uji F hitung (23,058) dengan signifikansi $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan jika variabel religiusitas dan dukungan sosial secara simultan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well being*.

Kata kunci: religiusitas, dukungan sosial, *psychological well being*

Abstract

Psychological well-being is the extent to which an individual can accept the advantages and disadvantages he has, is able to build good relationships with other individuals, has the independence to oppose social demands, can control surrounding circumstances, has a purpose in life and is able to increase capacity continuously. This research aims to determine the relationship between Religiosity and Social Support on Psychological Well Being in female students. This research uses correlational qualitative methods. The population and sample in this study were 70 female students at the Islamic Boarding School X using total sampling. The data analysis technique used is multiple linear regression. The research results show that the hypothesis is accepted, namely: (1) There is a relationship between religiosity and psychological well being with a p value of < 0.001 or ($p < 0.05$). (2) There is a relationship between social support and psychological well being with a p value of < 0.001 or ($p < 0.05$). (3) F test results calculated (23.058) with a significance of $p < 0.05$, so it can be concluded that the variables religiosity and social support simultaneously have a significant influence on psychological well being.

Keywords: religiosity, social support, *psychological well being*

Info Artikel

Diterima April 2024, disetujui Februari 2025, diterbitkan April 2025



PENDAHULUAN

Indonesia mempunyai berbagai macam instansi pembelajaran yang memungkinkan orang tua untuk memutuskan tempat dimana anaknya akan menuntut ilmu. Salah satu instansi pembelajaran yang ada di Indonesia yang berbasis pembelajaran agama yaitu pondok pesantren. Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan islam tertua di Indonesia dimana pondok pesantren sebagai lembaga pendidikan yang memiliki akar kuat (*indigenous*) pada masyarakat muslim Indonesia, dalam perjalanannya mampu menjaga dan mempertahankan keberlangsungan dirinya (*survival system*) yang dimana pondok pesantren memiliki model pendidikan yang multiaspek, sejarah bangsa indonesia mencatat bahwa pondok pesantren telah memainkan peranan yang besar dalam usaha memperkuat iman, meningkatkan ketaqwaan, membina akhlaq mulia, mengembangkan swadya masyarakat Indonesia serta ikut mencerdaskan kehidupan bangsa melalui pendidikan formal, non-formal dan informal (Fitri & Ondeng, 2022). Chirsin (S. A. Saputri et al., 2013) mengatakan bahwa pendidikan di pondok pesantren diarahkan kepada pembinaan manusia sebagai insan muslim yang berebkal iman dan berbagai kecakapan yang diajarkan yang diajarkan serta dilatihkan untuk mampu mengembangkan diri dalam masyarakat yang selalu pengetahuan dan dinamis.

Data dari Kementerian Agama (Kemenag) pesantren di Indonesia pada tahun 2022/2023 mencapai angka 39.043 pesantren (Rizaty, 2023). Sedangkan di Jawa Timur sendiri tercatat sebesar 4.452 pesantren (Redaksi, 2022) Kabupaten Pasuruan tercatat memiliki 200 (Tanpa Nama, 2021) pondok pesantren yang terbagi dalam beberapa wilayah salah satunya yang berada di wilayah kecamatan Beji Desa Baujeng. Desa Baujeng memiliki 3 pondok pesantren salah satunya di Pondok Pesantren X.

Kehidupan di dalam pondok pesantren sangat berbeda dengan kehidupan pendidikan di sekolah umum, santri diwajibkan untuk menetap di dalam asrama yang telah disediakan. Di Dalam pondok pesantren terdapat beberapa aturan-aturan yang ketat dan kegiatan yang harus ditaati serta dilaksanakan oleh para santriwati. Usaha dalam menghadapi persoalan yang ada di dalam pondok pesantren santriwati akan mendapatkan pengalaman yang menyenangkan ataupun pengalaman yang tidak menyenangkan yang selanjutnya akan mempengaruhi kesejahteraan psikologi atau *psychological well being* para santriwati. Selain aturan-aturan yang ketat, mereka yang tinggal di pondok pesantren bukan karena keinginan mereka sendiri melainkan tuntutan dari orang tua. Tuntutan dari orang tua tersebut dapat membuat mereka merasa tidak nyaman serta terpaksa dalam melakukan segala aktivitas yang berada di pondok pesantren tersebut. Keterpaksaan tersebut dapat mempengaruhi hubungan mereka dengan lingkungan sekitar.

Ketika individu mengalami suatu permasalahan maka mereka akan memendam perasaan tersebut sendiri tanpa berbagi ke orang lain. Mereka sulit untuk terbuka, merasa asing kurang peduli dengan lingkungan sekitar dan frustrasi, sehingga dapat mempengaruhi *psychological well being* santriwati pada faktor dukungan sosial. Cloninger (Anggraeni, 2011) penerimaan diri merupakan langka awal dan langka yang paling penting untuk menjadi bahagia. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti ingin mengetahui antara religiusitas, dukungan sosial dan *psychological well being* pada santriwati di Pondok Pesantren Minhajut Thullab Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan. Dalam hasil wawancara yang telah dilakukan dengan pengurus pondok pesantren putri, dalam faktor religiusitas terdapat 5 santri yang terkadang melanggar aturan yang sudah ditetapkan misal seperti membolos saat diniyah dan tidak mengikuti sholat berjamaah. Dalam faktor dukungan sosial dimana santriwati yang kurang mendapatkan dukungan



sosial dari keluarga maupun teman sebayanya memiliki kesejahteraan yang kurang baik sehingga dapat berpengaruh terhadap prestasi belajarnya (Umi, wawancara 3/7/2023).

Ryff (Junaidi, 2023) *Psychological well being* merupakan seberapa jauh individu dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang ia miliki, mampu membangun hubungan baik dengan individu lainnya, mempunyai kemandirian untuk menentang tuntutan sosial, dapat mengendalikan keadaan sekitar, memiliki tujuan hidup dan mampu meningkatkan kapasitas secara terus menerus. Ryff dan Kayes (Junaidi, 2023) berpendapat, bahwa terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well being* antara lain: 1). Usia, 2). Jenis kelamin, 3). Status sosial ekonomi, 4). Dukungan sosial, 5). Kepribadian dan 6). Religiusitas.

Ryff dan Singer (Wahdati, 2022) *psychological well being* memiliki beberapa aspek diantaranya: 1. *Self-acceptance*, 2. *Positive relations with others*, 3. *Autonomy*, 4. *Environmental mastery*, 5. *Purpose of life* dan 6. *Personal growth*. Ryff (Aisyah, 2022), *psychological well being* (kesejahteraan psikologi) merupakan suatu kondisi dimana individu tidak memiliki penyakit dari kesehatan mental (tidak depresi ataupun cemas). Huppert (Aisyah, 2022), *psychological well being* (kesejahteraan psikologi) merupakan kehidupan individu yang berjalan dengan baik dan berfungsi secara efektif. Berdasarkan uraian diatas maka *psychological well being* (kesejahteraan psikologi) perlu diperhatikan. Ryff (Aisyah, 2022) berpendapat, ketika individu memiliki kesejahteraan psikologi yang baik/positif sehingga diharapkan individu mampu untuk memiliki rasa penerimaan diri, kemandirian, otonomi, hubungan sosial yang baik, memiliki tujuan hidup, dan mampu untuk mengembangkan potensi didalam dirinya. Kesejahteraan psikologi juga diharapkan mampu untuk manusia bisa lebih menyadari pentingnya kesehatan (*Wellnesss*) dimana kesehatan bukan hanya tentang fisik tetapi juga secara mental sehingga terciptanya suatu perasaan bahagia pada diri individu sehingga individu dapat menjalani kehidupannya yang lebih baik. Diener, dkk (Aisyah, 2022), orang yang bahagia cenderung lebih baik dalam menjalani kehidupannya dibandingkan dengan orang yang kurang bahagia. Orang yang bahagia cenderung lebih produktif dan mampu untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial secara harmonis.

Pada Pondok Pesantren X peneliti memperoleh gambaran bahwa lingkungan ponpes banyak memiliki kegiatan yang berhubungan dengan keagamaan. Kegiatan tersebut dilaksanakan oleh para santri dari pagi hingga malam hari. Sehingga religiusitas dari para santri didapatkan dari kegiatan keagamaan yang mereka lakukan setiap hari. Berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus pondok pesantren putri kegiatan yang dilakukan adalah sholat tahajud bersama yang dilanjutkan dengan sholat subuh, setelah subuh dilakukan dengan kajian-kajian kitab klasik dan Al-Qur'an, lalu dilanjutkan dengan pendidikan formal hingga siang hari kemudian pendidikan kepesantrenan dilanjutkan setelah ashar, dan belajar bersama hingga malam hari. Pukul 21.00 dilanjutkan dengan istirahat.

Jalaludin (2012), religiusitas merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai agama yang dianutnya (Lutfiah, 2018). Ancok dan Suroso (Asih et al., 2015), yang mengutip dari pendapat Glock dan Stark mengemukakan bahwa terdapat beberapa aspek yang perlu diperhatikan untuk melihat tingkatan kadar religiusitas seseorang, antara lain yaitu: 1). *Religious belief* adalah aspek ideologis yang memberikan suatu gambaran seseorang dalam penerimaan hal-hal yang berhubungan dengan kepercayaan dari agamanya, misalkan seperti seseorang percaya akan adanya hari akhir, surga dan neraka dan lain-lainnya, 2). *Religious practice* adalah aspek ritual dimana seseorang melakukan kewajiban ritual-ritual agamanya seperti sholat, puasa, membayar zakat dan lain-lainnya, 3). *Religious feeling* adalah aspek perasaan dimana menggambarkan perasaan seseorang tentang keagamaan yang telah dialaminya, seperti



kekuatan doa dan perasaan bersyukur, 4). *Religious knowledge* adalah aspek pengetahuan atau intelektual seseorang terhadap ajaran agama yang dianutnya dengan berpedoman pada kitab suci dan 5). *Religious effect* adalah aspek konsekuensial yang mengungkap tentang perilaku seseorang yang termotivasi dari ajaran agamanya dalam kehidupan sehari-hari. *Religious effect* ini bersifat hubungan horizontal yaitu hubungan manusia dengan manusia dan lingkungan sekitarnya.

Secara garis besar, agama islam mencakup dalam 3 hal yaitu akidah (keyakinan), syariah (norma atau hukum) dan akhlak (perilaku). Terdapat pengaruh antara religiusitas dengan kesehatan mental dan *psychological well being* yang diterangkan oleh Pollner dalam (Amawidyati & Utami, 2015) sebagai berikut: agama dapat menyediakan sumber-sumber untuk menjelaskan dan menyelesaikan situasi problematik; agama meningkatkan perasaan berdaya dan mampu (efikasi) pada diri seseorang; dan agama menjadi landasan persaan bermakna, memiliki arah, dan identitas personal serta secure potensial menanamkan peristiwa asing yang berarti.

Glock dan Stark (Utami, 2018), religiusitas merupakan fungsi dari keseluruhan jiwa individu yang mencakup hal keyakinan, perasaan serta perilaku yang dapat diarahkan secara sadar dan sungguh-sungguh dalam ajaran agamanya dengan mengerjakan lima dimensi keagamaan yang didalamnya mencakup tentang bagaimana tata cara seseorang menjalankan ibadah wajibnya, pengalaman dan pengetahuan tentang agama yang dianutnya. Selain faktor religiusitas, faktor dukungan sosial juga dapat berpengaruh terhadap *psychological well being* (kesejahteraan psikologis) individu.

Dukungan sosial merupakan salah satu istilah yang dapat digunakan untuk menerangkan bagaimana hubungan sosial dapat memberikan manfaat terhadap *psychological well being* individu. Cob (Hasanuddin & Khairuddin, 2021) dukungan sosial dapat diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang dirasakan oleh individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Seltzer & Greenberg (Aisyah, 2022) berpendapat bahwa dukungan sosial dapat mengurangi efek dari stress sehingga *psychological well being* individu meningkat. Sarafino (2011) mengemukakan bahwa terdapat beberapa aspek dukungan sosial yaitu: 1. Dukungan emosional, 2. Dukungan penghargaan, 3. Dukungan Instrumental dan 4. Dukungan informatif (Hamonangan et al., 2022). Dengan adanya dukungan sosial diharapkan dapat membuat individu tetap semangat dalam menjalani kehidupannya sehingga individu tidak mengalami permasalahan secara mental apabila dibiarkan terjadi secara terus menerus maka berdampak pada *psychological well being* individu itu sendiri.

Smet (Rahama & Izzati, 2021), dukungan sosial merujuk pada bantuan secure emosional, finansial serta instrumental yang diterima dari lingkungan sekitar individu. Larocco (Rahama & Izzati, 2021), dukungan sosial dapat diartikan sebagai bentuk dukungan secara emosional yang dapat menjadi penengah untuk menyelesaikan suatu masalah. Sarason, dkk (Rahama & Izzati, 2021), seseorang yang memiliki dukungan sosial yang baik disekitarnya maka, mereka akan mempunyai pengalaman hidup yang lebih baik, mereka juga memiliki tingkat kepercayaan diri dan harga diri yang tinggi serta mereka sanggup untuk memandang hal sekitarnya jauh lebih positif dibandingkan sebagian lain yang memiliki dukungan sosial yang kurang baik atau lebih rendah.

Menurut Johnson dan Johnson (Saputri & Indrawati, 2011) dukungan sosial merupakan keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian sehingga bisa meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan.

Sarafino (2014) menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada kenyamanan



yang dirasakan, kepedulian, harga diri serta bantuan yang diterima oleh seseorang dari individu maupun dari kelompok lainnya (Muthmainah, 2022).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wahdati (2022) menggunakan pendekatan metode kuantitatif korelasional dengan populasi penelitian berjumlah 312 orang. Pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling dengan sampel yang digunakan sesuai kriteria dengan jumlah 76 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-compassion* dengan *Psychological Well Being* pada santri tahun pertama Pondok Pesantren At-Taahdzib Jombang

Penelitian yang dilakukan oleh Junaidi (2023) dengan menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dan menggunakan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik cluster sampling dengan penentuan jumlah sampel menggunakan rumus slovin. Sampel pada penelitian ini terdiri dari 74 santri di pondok pesantren At-Muthmainnah Desa Leseng. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas dengan psychological well being dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,598 dengan nilai p hitung = 0.005 atau $p < 0,05$ yang berarti semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi pula psychological well being begitu juga sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin rendah pula psychological well being pada santri di pondok pesantren At-Muthmainnah Desa Leseng.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Lutfiah (2018) dengan menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo dengan jumlah sampel 211 siswa yang diambil dengan menggunakan teknik sampling proportionate stratified random sampling. Hasil analisis data penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,768 dengan signifikansi $0,000 < 0,005$. Terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo yang artinya semakin tinggi religiusitas siswa maka semakin tinggi penyesuaian diri di sekolah, dan semakin rendah religiusitas siswa maka semakin rendah tingkat penyesuaian diri di sekolah. Koefisien determinasi ditunjukkan oleh R square adalah 0,589, angka tersebut menjelaskan bahwa pada penelitian ini variabel religiusitas memberikan sumbangan efektif sebesar 58,9% terhadap penyesuaian diri di sekolah pada siswa SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo.

Penelitian yang dilakukan oleh Aisyah (2022) dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional. Sampel penelitian ini berjumlah 82 Dyah (santriwati) Pesantren Darul Arafah Raya (PDAR) dengan menggunakan teknik total sampling. Analisis data menggunakan Regresi Berganda, dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) Ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial (social support) dengan kesejahteraan psikologis (psychological well-being). (2) Ada hubungan positif yang signifikan antara locus kendali (locus of control) dengan kesejahteraan psikologis (psychological well being). (3) Ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial (social support) dan locus kendali (locus of control) dengan kesejahteraan psikologis (psychological Well-being) dari hasil penelitian Ini, maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.

Terdapat penelitian yang mendukung untuk melakukan penelitian ini yang telah dilakukan oleh Junaidi (2023) yang berjudul "Hubungan Antara Religiusitas dengan Psychological Well Being pada Santri di Pondok Pesantren Al-Muthmainnah Desa Leseng Kab. Sumbawa. Kebaruan dalam penelitian ini antara lain menambahkan variabel X yaitu dukungan sosial, jumlah responden, lokasi penelitian teknik pengambilan sampel dan uji hipotesis menggunakan regresi linier berganda. Ghazali (Tanpa Nama, 2021) menjelaskan bahwa regresi linier berganda merupakan model



regresi yang melibatkan lebih dari satu variabel independen. Analisis linier berganda dilakukan untuk mengetahui arah dan seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui 1. adakah hubungan antara religiusitas dengan *psychological well being*; 2. Hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well being*; 3. Hubungan antara religiusitas, dukungan sosial dengan *psychological well being*. 4. Dengan mengidentifikasi tentang hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap *psychological well being* diharapkan dapat memberikan pemahaman atau pandangan terhadap santriwati tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well being* seseorang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Yusuf (2010) menjelaskan bahwa korelasi merupakan suatu jenis penelitian yang melihat hubungan antara satu atau beberapa variabel (Lestari & Hartati, 2016). Jenis penelitian korelasional ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada santriwati yang berada dalam pondok. Kerlinger (Sugiyono, 2013) variabel adalah konstruk atau sifat yang dipelajari. Di bagian lain juga Kerlinger menyatakan bahwa variabel dapat dikatakan sebagai suatu sifat yang dapat diambil dari suatu yang bervariasi. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *religiusitas* sebagai variabel bebas (X1) dan dukungan sosial sebagai variabel bebas (X2), sedangkan variabel terikat (Y) *psychological well being*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non-probability purposive sampling*. Teknik *non-probability purposive sampling* yang dipilih dalam penelitian ini yaitu *Sampling Jenuh*, dimana metode penarikan sampel apabila semua anggota populasi dijadikan sampel. Subjek dalam penelitian ini merupakan 70 santriwati yang berada di Pondok Pesantren Minhajut X yang berada di Kabupaten Pasuruan.

Untuk mengukur religiusitas menggunakan skala religiusitas yang disusun berdasarkan indikator dari Glock dan Stark yang mengadaptasi dari peneliti Lutfiah (2018), yang terdiri dari 28 aitem. Nilai validitas skala bergerak dari $<0,001$ sampai dengan 0,042 dan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,691. Dukungan sosial menggunakan skala dukungan sosial mengacu pada aspek-aspek dari House (Smet, 2018) yang mengadaptasi dari peneliti Aisyah (2022), yang terdiri dari 40 aitem. Nilai validitas skala bergerak dari $<0,001$ sampai dengan 0,013 dan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,744. Sementara itu, untuk mengukur *psychological well being*, menggunakan skala *psychological well being* yang mengacu pada teori Ryff yang mengadaptasi dari peneliti Wahdati (2022) yang terdiri dari 19 aitem. Nilai validitas skala bergerak dari $<0,001$ sampai dengan 0,004 dan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,709.

Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif dan uji hipotesis ini menggunakan regresi linier berganda dimana variabel pertama (variabel X1) adalah religiusitas dan variabel kedua (variabel X2) adalah dukungan sosial, sedangkan variabel terikat (y) adalah *psychological well being*. Sebelum data dianalisis menggunakan regresi linier berganda, maka terlebih dahulu peneliti menguji asumsi tentang uji normalitas, uji linieritas, uji multikolinieritas dan uji hipotesis. Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah variabel independen dan variabel dependen berdistribusi normal atau tidak. Apabila nilai signifikansi $>0,05$ maka hipotesis diterima karena data berdistribusi normal. Sedangkan jika nilai signifikansi $<0,05$ maka hipotesis ditolak



karena tidak berdistribusi normal. Uji linieritas bertujuan untuk memperlihatkan bahwa rata-rata data yang diperoleh dari kelompok data sampel terletak dalam garis-garis lurus. Apabila nilai signifikansi $<0,05$ maka data dapat dikatakan linier, sedangkan jika nilai $>0,05$ data tidak linier. Uji multikolinearitas digunakan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan yang tinggi antara variabel terikat dengan variabel bebas. Untuk mendeteksi adanya multikolinearitas atau tidak dengan menggunakan nilai VIF atau *Tolerance*. Sugiyono (2012), menjelaskan bahwa uji hipotesis merupakan dugaan sementara untuk mengetahui kebenaran maka diperlukan pengujian hipotesis yang ada (Sahir, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal. Uji normalitas ini dilakukan dengan bantuan program komputer JASP versi 0.16.0 *for windows*. Data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila nilai *p value* $>0,05$.

Tabel 1.

Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov Smirnov (p Value)	Keterangan
Religiusitas	0,137	Normal
Dukungan Sosial	0,679	Normal
<i>Psychological Well Being</i>	0,467	Normal

Berdasarkan tabel diatas, ketiga variabel menunjukkan data yang berdistribusi normal dengan nilai *p value* $>0,05$ yaitu variabel religiusitas 0,137, dukungan sosial 0,679 dan *psychological well being* 0,467.

Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat. Uji linieritas hubungan digunakan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat serta untuk mengetahui signifikansi penyimpangan dari linieritas tersebut. Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan statistik uji signifikansi dengan bantuan program SPSS 22 *for windows*. Data dapat dikatakan linier apabila nilai sig. *Linearity* $<0,05$.

Tabel 2.

Uji Linieritas

<i>Psychological Well Being</i>	F <i>Linearity</i>	Signifikansi	Keterangan
Religiusitas	10,221	0,002	Linier
Dukungan Sosial	40,159	0,000	Linier

Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dalam suatu model regresi ditemukan adanya korelasi yang tinggi atau sempurna antar variabel. Pengujian ini dapat diketahui dengan melihat nilai toleransi Dan *variance inflation factor* (VIF).



Uji multikolinearitas dilakukan dengan bantuan program komputer JASP versi 0.16.0 *for windows*. Data dapat dikatakan tidak adanya multikolinearitas apabila nilai VIF <10 atau nilai Tolerance >0,01.

Tabel 3.
 Uji Multikolonieritas

Model		Collinearity statistic	
		Tolerance	VIF
H ₀	(Intercept)		
H ₁	(Intercept)		
	Religiusitas	0,623	1,606
	Dukungan Sosial	0,623	1,606

Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan koefisien determinasi (R^2). Koefisien determinasi (R^2). sering dimaknai sebagai sumbangan dari pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas (X1 dan X2) terhadap variabel terikat (Y). Koefisien determinasi (R^2) juga dapat dipakai untuk memprediksi seberapa besar kontribusi pengaruh yang diberikan oleh variabel bebas (X1 dan X2) terhadap variabel terikat (Y).

Tabel 4.
 Hasil Uji Hipotesis

Variabel	R	R ²	F	P
Religiusitas	0,455	0,207	17,740	<0,001
Dukungan Sosial	0,633	0,401	45,460	<0,001
Religiusitas, dukungan sosial dan <i>psychological well being</i>	0,639	0,408	23,058	<0,001

Hipotesis pertama berbunyi “terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well being* pada santriwati”. Berdasarkan tabel diatas koefisien korelasi $F= 17,740$ dan nilai signifikan $p = <0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti signifikan atau hipotesis diterima. Sehingga disimpulkan terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well being* pada santriwati. Hipotesis kedua berbunyi “terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well being* pada santriwati”. Berdasarkan hasil analisis yang menguji hubungan dukungan sosial dengan *psychological well being* koefisien korelasi $F=45,460$ dan nilai signifikan $p = <0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti signifikan atau hipotesis diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well being* pada santriwati di pondok pesantren Minhajut Thullab desa Baujeng kabupaten Pasuruan. Hipotesis ketiga berbunyi “terdapat hubungan antara religiusitas, dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada santriwati”. Berdasarkan hasil diatas koefisien korelasi $F= 23,058$ dan nilai signifikan $p = <0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti signifikan atau hipotesis diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada santriwati.

Variabel religiusitas, dukungan sosial secara bersama-sama memberikan sumbangan



efektif terhadap *psychological well being* sebesar 40,8% dan nilai signifikan $p < 0,001$ ($p < 0,05$). Sehingga apabila dianalisis, korelasi semua hubungan antar variabel secara bersama-sama mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well being*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada santriwati. Berdasarkan hasil uji analisis data yang telah dilakukan dengan menggunakan nilai koefisien determinasi dalam teknik analisis regresi berganda diketahui bahwa *psychological well being* berhubungan secara signifikan dan bersifat positif dengan religiusitas yang dapat dilihat dari nilai p signifikan sebesar $< 0,001$ ($p < 0,05$). Arah hubungan yang bersifat positif dengan koefisien regresi sebesar 0,297, sehingga hipotesis pertama yang berbunyi “terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well being* pada santriwati diterima. Hubungan antara religiusitas dengan *psychological well being* yang bernilai 20,7% menunjukkan arah yang positif, artinya sebesar 20,7% dari variabel *psychological well being* dapat diprediksi melalui religiusitas. Arah hubungan positif artinya semakin tinggi religiusitas seseorang maka semakin tinggi pula *psychological well being* nya, begitu pula sebaliknya apabila religiusitas seseorang rendah maka semakin rendah pula *psychological well being* nya. Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Junaidi (2023) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi pula *psychological well being* begitu juga sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin rendah pula *psychological well being* pada santriwati.

Spranger (Anggraeni, 2011) individu yang memiliki nilai religiusitas mampu untuk menempatkan kesatuan sebagai nilai tertinggi dalam hidupnya. Nilai-nilai religiusitas mampu memberikan kerangka yang menjadi acuan bagi individu dalam berfikir, memandang diri dan kehidupannya. Individu yang telah mencapai *psychological well being* yang baik mampu untuk menerima segala kondisi yang ada pada dirinya baik dari masa lalu, masa kini maupun masa depan serta selalu berserah diri kepada Tuhan Yang Maha Esa. Sejalan dengan pendapat Ryff (Aisyah, 2022) yang mengatakan bahwa *psychological well being* merupakan seberapa jauh individu dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang ia miliki, mampu membangun hubungan baik dengan individu lainnya, mempunyai kemandirian untuk menentang tuntutan sosial, dapat mengendalikan keadaan sekitar, memiliki tujuan hidup dan mampu meningkatkan kapasitas secara terus menerus.

Hurlock (Anggraeni, 2011) berpendapat bahwa minat remaja pada agama disebabkan karena remaja mulai menganggap bahwa agama berperan penting bagi kehidupan. Piaget menyatakan bahwa remaja merupakan masa dimana kematangan emosi, sosial dan fisik mengalami perubahan dimana mereka harus bisa menyesuaikan diri dan mental dalam pembetulan sikap, nilai dan minat baru. Pada masa remaja ini salah satu minat yang berubah adalah minat terhadap agama yang dianutnya. Remaja mulai kritis terhadap ajaran agama yang dianutnya, remaja menghayati setiap hal yang terjadi dalam lingkungan sekitarnya. Kehidupan dan lingkungan yang religius mampu mendorong remaja untuk lebih dekat kearah hidup yang lebih religius.

Hipotesis kedua yang berbunyi “terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well being* pada santriwati juga diterima. Berdasarkan hasil uji analisis data menggunakan nilai koefisien determinasi dalam teknik analisis regresi linier berganda diketahui bahwa *psychological well being* berhubungan secara signifikan dan bersifat positif dengan dukungan sosial yang dapat dilihat dari nilai p signifikan sebesar $< 0,001$ ($p < 0,05$). Hubungan antara dukungan sosial terhadap *psychological well being* yang bernilai 40,1% menunjukkan arah yang positif, artinya sebesar 40,1% dari variabel



psychological well being dapat diprediksi melalui dukungan sosial. Arah hubungan yang positif artinya semakin tinggi dukungan sosial seseorang maka semakin tinggi pula *psychological well being* nya, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan yang diterima maka semakin rendah pula *psychological well being* nya. Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Aisyah (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well being* yang artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh santriwati maka semakin tinggi pula *psychological well being*, juga sebaliknya apabila dukungan sosial yang diterima rendah maka semakin rendah pula *psychological well being* nya. Santri yang mendapatkan dukungan sosial yang baik akan merasakan kesenangan, rasa aman, penghargaan, perhatian dan bantuan yang diterima oleh seseorang dari orang lain ataupun dari lingkungan sekitarnya. Apabila santri mendapatkan dukungan sosial dalam masalah yang dihadapinya dan perubahan yang dialami dalam kehidupannya, maka santri tersebut akan menikmati kondisi *psychological well being* nya. Namun sebaliknya, apabila seorang santri tidak mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya maka santri akan mendapatkan kesulitan-kesulitan dalam menjalani kehidupannya

Cohen dan Wills (Aisyah, 2022) dukungan sosial merupakan pertolongan dan dukungan yang diperoleh oleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain. Dukungan sosial timbul adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang yang akan menimbulkan suatu masalah dan bantuan tersebut dapat dirasakan dan dapat menaikkan perasaan positif serta dapat mengangkat harga dirinya. Menurut Jhonson dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai keadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan bagi individu yang bersangkutan.

Hipotesis ketiga “terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada santriwati” juga diterima. Berdasarkan hasil koefisien korelasi $F = 23,058$ dan nilai signifikan $p = < 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel religiusitas dan dukungan sosial secara simultan atau bersama-sama mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well being*. Hasil koefisien determinasi yang bernilai 40,8% yang mengandung arti dalam penelitian ini religiusitas dan dukungan sosial memiliki sumbangan yang efektif sebesar 40,8% terhadap *psychological well being*. Dengan kata lain religiusitas dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh terhadap *psychological well being*. Santriwati yang memiliki religiusitas yang tinggi dapat ditandai dengan keinginan dirinya untuk patuh terhadap ajaran agamanya. Menjalankan ritual keagamaan, puasa, membayar zakat serta pengalaman-pengalaman keagamaan, yang ditunjang dengan dukungan sosial yang ditunjukkan dengan kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang dirasakan oleh individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Sehingga dapat meningkatkan *psychological well being* santriwati yang ditunjukkan dengan sikap memiliki rasa penerimaan diri, kemandirian, otonomi, hubungan sosial yang baik, memiliki tujuan hidup, dan mampu untuk mengembangkan potensi dalam dirinya. Kesejahteraan psikologi juga diharapkan mampu untuk manusia bisa lebih menyadari pentingnya kesehatan (Wellness) dimana kesehatan bukan hanya tentang fisik tetapi juga secara mental sehingga terciptanya suatu perasaan bahagia pada diri individu sehingga individu dapat menjalani kehidupannya yang lebih baik



KESIMPULAN

Ada hubungan antara religiusitas dan *psychological well being* dengan nilai p value sebesar $<0,001$ atau ($p<0,05$). Berdasarkan besarnya nilai R sebesar 0,455 yang menandakan bahwa hubungan antara religiusitas dan *psychological well being* tersebut bersifat positif. Koefisien determinasi (R^2) sebesar 20,7% yang mengandung arti dalam penelitian ini religiusitas memiliki sumbangan yang efektif terhadap *psychological well being*. Ada hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well being* dengan nilai $p<0,001$. Berdasarkan besarnya nilai R sebesar 0,633 yang menandakan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well being* tersebut bersifat positif. Koefisien determinasi sebesar 40,1% yang mengandung arti dalam penelitian ini dukungan sosial memiliki sumbangan yang efektif terhadap *psychological well being*. Ada hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap *psychological well being* dengan koefisien determinasi religiusitas dan dukungan sosial terhadap *psychological well being* yang ditunjukkan dengan (R^2) sebesar 0,408 yang mengandung arti dalam penelitian ini religiusitas dan dukungan sosial secara bersama-sama/ simultan memiliki sumbangan yang efektif sebesar 40,8% terhadap *psychological well being*. Hasil Uji F atau uji simultan dalam regresi linier berganda apabila nilai p value $< 0,05$ maka dapat disimpulkan jika variabel religiusitas dan dukungan sosial secara simultan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well being*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Lokus Kendali Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Santriwati Di Pesantren Darul Arafah Raya. Tesis, Program Studi Magister Fakultas Psikologi Program Pascasarjana Universitas Medan Area Medan, 1–174.
- Amawidyati, S. A. G., & Utami, M. S. (2015). Religiusitas Dan Psychological Well-Being Pada Korban Gempa. *JURNAL PSIKOLOGI UNIVERSITAS GADAH MADA*, 34(2), 164–176. <https://doi.org/10.22146/PSI.7095>
- 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. <https://doi.org/10.26740/Jptt.V2n1.P29-45>
- Asih, N. S., Yuliadi, I., & Karyanta, N. A. (2015). Hubungan Antara Konsep Diri Dan Religiusitas Dengan Kepuasan Hidup Pada Lansia Di Desa Rendeng Kabupaten Kudus. *Jurnal Fakultas Kedokteran UNS*, 4(1), 28–39.
- Daftar Pondok Pesantren Di Kabupaten Pasuruan. (2021). Bincang Santri. <https://Bincangsantri.Blogspot.Com/2018/08/Pondok-Pesantren-Di-Pasuruan.Html?M=1>
- Fitri, R., & Ondeng, S. (2022). Pesantren Di Indonesia: Lembaga Pembentukan Karakter. *Jurnal Al-Urwatul Wutsqa*, 2(1), 42–54. <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/alurwatul>
- Hamonangan, H., Simarmata, N. I. P., & Butarbutar, F. (2022). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Psychological Well-Being Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Universitas Hkbp Nommensen*, 8(1), 3–4.
- Hasanuddin, H., & Khairuddin, K. (2021). Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa SMA Negeri 2 Binjai. *Analitika*, 13(2), 148–155. <https://doi.org/10.31289/Analitika.V13i2.5906>
- Junaidi, J. (2023). Hubungan Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Santri Di Pondok Pesantren Al-Mutmainnah Desa Leseng Kab. Sumbawa. *Journal On*



- Education, 5(2), 3808–3816. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.1064>
- Kabupaten Mana Di Jawa Timur Yang Paling Banyak Santrinya?. Kita Tidak Akan Menduganya. Damarinfo, Com. 2022. [https://damarinfo.com/kabupaten-mana-di-jawa-timur-yang-paling-banyak-santrinya-kita-tidak-akan-menduganya/#:~:Text=Pasuruan%20dengan%20umalh%20santri%20\(Mukim,Pesantren%20sebanyak%2020189%20pondok%20pesantren](https://damarinfo.com/kabupaten-mana-di-jawa-timur-yang-paling-banyak-santrinya-kita-tidak-akan-menduganya/#:~:Text=Pasuruan%20dengan%20umalh%20santri%20(Mukim,Pesantren%20sebanyak%2020189%20pondok%20pesantren)
- Lestari, A., & Hartati, N. (2016). Hubungan Self Efficacy Dengan Subjective Well Being Pada Lansia Yang Tinggal Di Rumahnyassendiri. *Rap Unp*, 7(1), 12–23.
- Lutfiah, A. (2018). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Penyesuaian Diri Di Sekolah Pada Siswa SMP Negeri 1 Porong Sidoarjo. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, 1–148.
- Memahami Analisis Regresi Linier Berganda. (2021). Accounting Binus. <https://accounting.binus.ac.id/2021/08/12/memahami-analisis-regresi-linear-berganda/>
- Muthmainah, M. (2022). Dukungan Sosial Dan Resiliensi Pada Anak Di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 6(1), 78–88. <https://doi.org/10.21831/diklus.v6i1.48875>
- Rahama, K., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Karyawan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 94–106.
- Redaksi. (2022). Kabupaten Mana Di Jawa Timur Yang Paling Banyak Santrinya? Kita Tidak Akan Menduganya. Damarinfo. <https://damarinfo.com/kabupaten-mana-di-jawa-timur-yang-paling-banyak-santrinya-kita-tidak-akan-menduganya/>
- Rizaty, M. A. (2023). Selain Al Zaytun, Berapa Jumlah Pesantren Di Indonesia? *Data Indonesia.Id*. <https://dataindonesia.id/ragam/detail/selain-al-zaitun-berapa-jumlah-pesantren-di-indonesia>
- Sahir, S. H. (2022). Buku Ini Di Tulis Oleh Dosen Universitas Medan Area Hak Cipta Di Lindungi Oleh Undang-Undang Telah Di Deposit Ke Repository UMA Pada Tanggal 27 Januari 2022 (T. Koryati (Ed.); I). KBM Indonesia.
- Saputri, M. A. W., & Indrawati, E. S. (2011). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Yang Tinggal Di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*, 9(1), 65–72.
- Saputri, S. A., Hardjono, & Karyanta, N. A. (2013). Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Santri. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D* (19th Ed.). Alfabeta Bandung.
- Utami, A. D. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Dan Religiusitas Terhadap Subjective Well-Being Pada Pensiunan PNS. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 1–84. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/44761%0Ahttp://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/44761/1/AULIA%20UTAMI-FPSI.pdf>



Wahdati, R. A. (2022). Hubungan Self Compassion Dengan Psychological Well Being Pada Santri Tahun Pertama Pondok Pesantren At-Tahtzir Jombang. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 1=114.

