

HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA SISWA SMP MUHAMMADIYAH 7 SEMARANG

Rusda Aini Linawati, Dinie Ratri Desiningrum

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Sudarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

rusdaza@gmail.com,

Abstrak

Psychological well-being merupakan hal yang penting untuk dimiliki setiap individu, tidak terkecuali usia remaja. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being* adalah religiusitas. Religiusitas dapat mengendalikan tingkah laku anak yang beranjak pada usia remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas VII dan kelas VIII SMP Muhammadiyah 7 Semarang. Sampel penelitian berjumlah 49 siswa dengan menggunakan teknik *stratified cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua buah skala psikologi yaitu skala religiusitas (28 aitem, $\alpha = .85$) dan skala *psychological well-being* (27 aitem, $\alpha = .87$). Metode analisis data yang digunakan adalah analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy} = 0,756$ dengan $p = .000$ ($p < .001$) yang berarti terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan *psychological well-being*. Semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi pula *psychological well-being*. Religiusitas memberikan sumbangan efektif sebesar 57,2 % terhadap *psychological well-being* siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang, 42,8 % sisanya ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata kunci: religiusitas; *psychological well-being*; siswa SMP

Abstract

Psychological well-being is an important thing for every person, not least the teens. One of the factors that can affect the psychological well-being is religiosity. Religiosity can control the behavior of children who move in their teens. This study aims to determine the relationship between religiosity with psychological well-being in students of SMP Muhammadiyah 7 Semarang. The population in this study are students of class VII and class VIII SMP Muhammadiyah 7 Semarang. The sample of this research is 49 students using stratified cluster random sampling technique. The data were collected using two psychological scales: the religiosity scale (28 aitem, $\alpha = .85$) and psychological well-being scale (27 aitem, $\alpha = .87$). Data analysis method used is simple regression analysis. The results showed the correlation coefficient $r_{xy} = 0.756$ with $p = .000$ ($p < .001$) which means there is a positive relationship between religiosity and psychological well-being. The higher the religiosity the higher the psychological well-being. Religiosity contributes 57,2% to psychological well-being of SMP Muhammadiyah 7 Semarang students, 42,8% is determined by other factors not examined in this research.

Keywords: religiosity; *Psychological well-being*; junior high school students

PENDAHULUAN

Psychological well-being adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri baik positif dan negatif, memiliki keadaan psikologis yang seimbang antara dirinya dengan sosial, sehingga dapat mengembangkan kemampuan dirinya. Menurut Wells (2010) ada enam faktor yang dapat berpengaruh terhadap *psychological well-being*, yaitu: usia, jenis kelamin, status sosial, status sosial ekonomi, hubungan sosial, keadaan sosial masyarakat. Salah satu faktor yang penting adalah usia. Usia berkorelasi positif dengan *psychological well-being* karena berkaitan dengan kematangan individu. *Psychological well-being* merupakan hal yang penting untuk dimiliki setiap individu, tidak terkecuali usia remaja, siswa SMP termasuk dalam usia remaja.

Penelitian mengenai *psychological well-being* pada kalangan remaja diyakini sangat berguna sebagai pertimbangan dan pencegahan munculnya perilaku remaja yang cukup berbahaya contohnya adalah penyalahgunaan obat-obatan terlarang, seperti narkoba dan zat adiktif minuman keras, kecanduan internet, dan kenakalan remaja (Maretha&Legih, 2007). Lestari (2014) mengemukakan bahwa masa remaja merupakan masa yang paling sulit dalam tahap perkembangan individu, karena pada masa ini penuh dengan gejolak dan tekanan. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke dewasa (Hurlock, 2009).

Kondisi *psychological well-being* remaja perlu untuk diperhatikan, karena jika remaja merasa sejahtera dan bahagia akan berdampak pada kehidupan remaja. Remaja yang mampu mempersepsikan diri secara positif akan lebih mampu untuk menerima kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Sehingga remaja lebih mampu untuk memandang masa depan secara positif dan tidak terlibat dalam permasalahan seperti kenakalan remaja. Santrock (2003) mengartikan kenakalan remaja sebagai kumpulan dari berbagai perilaku, dari perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial sampai melakukan tindakan kriminal. Dari hasil wawancara dengan guru diketahui bahwa di SMP Muhammadiyah 7 Semarang ada siswa yang melakukan kenakalan remaja sekitar 30% pada kasus 2017. Kenakalan yang dilakukan dapat dilihat dari perilaku siswa yang melanggar tata tertib sekolah. Tata tertib sekolah yang dilanggar siswa bermacam-macam ada pelanggaran yang ringan sampai berat.

Seorang remaja melakukan kenakalan remaja dapat dipengaruhi dari berbagai penyebab, menurut Sarwono (2012) penyebab kenakalan remaja digolongkan sebagai berikut: (1) *Rational choice*; (2) *social disorganization*; (3) Tekanan yang besar dalam masyarakat; (4) Salah pergaulan; (5) *Labelling* (6) *Male phenomom*. Salah satu penyebab dari kenakalan remaja adalah *rational choice*, yaitu kenakalan yang dilakukan oleh remaja adalah atas pilihan, motivasi, interest, atau kemauannya sendiri. Remaja melakukan kenakalan karena remaja kurang memiliki religiusitas dalam kehidupannya.

Menurut Panuju, P & Ida U. (2005) tidak adanya religi penyebab meningkatnya kenakalan remaja di kalangan masyarakat. Sebagai manusia remaja harus dapat memenuhi kebutuhan fisik, jasmani, dan rohaninya. Untuk dapat memenuhinya kebutuhan rohani remaja harus melaksanakan perintah atau ajaran agamanya. Religiusitas merupakan bagian yang cukup penting dalam jiwa remaja. Karena religi bisa mengendalikan tingkah laku anak yang beranjak pada usia remaja. Sehingga seorang remaja tidak akan melakukan sesuatu yang dapat merugikan, bertentangan dengan kehendak, dan pandangan masyarakat atau perilaku anti sosial (Sarwono, 2012). Menurut Ghufroon & Risnawita (2014) religiusitas merujuk pada tingkat keterikatan individu terhadap agamanya. Hal ini menunjukkan bahwa individu telah menghayati dan menginternalisasikan ajaran agamanya sehingga berpengaruh dalam segala tindakan dan pandangan hidupnya.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa adanya perbedaan hasil dari penelitian satu dengan yang lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Faizah dan Ros, M (2014) pada mahasiswa IAIN Kendari ditemukan hasil bahwa *psychological well-being* dan *islamic religiosity* berkorelasi atau memiliki hubungan. Saputri, Hardjono, dan Nugraha (2013) penelitiannya pada santri kelas VIII mengenai hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Didapatkan pula hasil bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being* secara parsial, terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Dari beberapa penelitian di atas dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being*, namun ada penelitian yang mendapatkan hasil yang berbeda. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Harpan, A. (2015) kepada siswa SMUN 1 Sleman mengenai peran religiusitas dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja, menemukan bahwa tidak ada peran religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan hasil penelitian mengenai religiusitas dengan *psychological well-being*. Untuk itu peneliti ingin meneliti mengenai religiusitas dengan *psychological well-being*. Khususnya pada siswa SMP, karena pada masa ini siswa berusia remaja. Masa remaja adalah masa yang paling sulit, masa yang penuh gejolak dan tekanan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII dan VIII SMP Muhammadiyah 7 Semarang, yang berjumlah 178 siswa. Sampel merupakan bagian dari populasi, tentulah harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya. Seberapa baik suatu sampel merepresentasikan populasinya tergantung pada sejauh mana karakteristik sampel itu sama dengan karakteristik populasi (Azwar, 2013). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified cluster random sampling* yaitu kombinasi dari beberapa teknik sampling, yaitu *stratified cluster random sampling* (Bungin, 2013). *Stratified cluster random sampling* yaitu kombinasi antara teknik *stratified random sampling* dengan *cluster random sampling*.

Metode pengambilan data menggunakan dua buah skala psikologi yaitu skala religiusitas (28 item, $\alpha = .85$) yang disusun berdasarkan lima dimensi religiusitas dari Glock & Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2001), yaitu keyakinan atau ideologis, praktik agama, pengalaman, pengetahuan agama, dan pengamalan atau konsekuensi; dan skala *psychological well-being* (27 item, $\alpha = .87$) yang disusun berdasarkan enam dimensi dari Ryff dan Singer (dalam Wells, 2010), yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis hipotesis menunjukkan nilai $r_{xy} = 0,756$ ($p < .001$) yang berarti ada hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dan *psychological well-being* sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa “ada hubungan yang positif antara religiusitas dan *psychological well-being* pada siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang dapat **diterima**. Religiusitas memberikan sumbangan efektif sebesar 57,2% terhadap *psychological well-being* siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang, 42,8 % sisanya ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Analisis deskriptif dari kategorisasi religiusitas menunjukkan mayoritas siswa berada di kategori tinggi yaitu 71,4 %. Siswa yang memiliki religius tinggi akan berpegang teguh pada pandangan teologis agamanya dan mengakui kebenaran ajaran agamanya. Keyakinan atau ideologis ini mengenai harapan atau sesuatu yang ingin dicapai seseorang, ideologi yang ingin dicapai seseorang tentunya akan mempengaruhi tujuan hidup. Tujuan hidup merupakan salah satu dimensi dari *psychological well-being*. Wells (2010) menjelaskan bahwa tujuan hidup, menjelaskan kemampuan individu untuk memberi makna dari peristiwa yang telah dialami dan merencanakan tujuan individu hidup di dunia. Dengan demikian individu yang memiliki tujuan hidup sudah memiliki orientasi masa depan yang jelas.

Kondisi ini sama seperti yang ditemukan oleh Marliani, R (2013) bahwa subjek yang memiliki tingkat religiusitas tinggi, memiliki orientasi masa depan yang jelas. Kebiasaan berdisiplin dalam menjalankan ritual keagamaan mampu membentuk pribadi yang memiliki perencanaan yang matang, sehingga individu memiliki motivasi yang tinggi untuk dapat meraih cita-citanya. Hasil ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Green, M & Elliott, M (2010) menemukan bahwa orang-orang yang religius akan lebih sehat, bahagia, dan sejahtera.

Analisis deskriptif dari kategorisasi *psychological well-being* menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada di kategori tinggi yaitu 67,32 %. Tingginya *psychological well-being* yang dimiliki siswa dapat dilihat dari kemampuan siswa untuk mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki. Wujud dari pengembangan bakat dan minat adalah dengan siswa berpartisipasi dalam berbagai perlombaan. Prestasi yang siswa peroleh dalam perlombaan diantaranya adalah memenangkan lomba adzan, lomba MTQ, lomba TTG pramuka.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dan *psychological well-being* pada siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang. Religiusitas memberikan sumbangan efektif sebesar 57,2% terhadap *psychological well-being* pada siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D & Suroso, F. (2001). *Psikologi islami*. Yogyakarta: Pustaka pelajar
Azwar, S. (2013). *Penyusunan skala psikologi edisi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
Bungin, M.B. (2013). *Metodologi penelitian sosial & ekonomi*. Jakarta: Kencana.

- Faizah dan Ros Mayasari. (2014). Subjective well-being, psychological well-being, and islamic religiosity. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 4(12). Diunduh dari <http://www.ijsr.net/archive/v4i12/NOV152116.pdf>
- Green, M & Elliott, M. (2010). Religion, health, and *psychological well-being*. *Department of Sociology University of Nevada Reno*. 49: 149-163. Doi: 10.1007/s10943-009-9242-1.
- Gufron & Risnawita. (2014). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz media.
- Harpan. A. (2015) Peran religiusitas dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja. *Jurnal Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta*.3(1). Diunduh dari <http://www.journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/view/3198/1802>
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Lestari, S. (2014). Psikologi keluarga. Jakarta: Kencana prenamedia group.
- Maretha, V., & Leigh, A.R. (2007). Substance abuse and psychological well-being of South African adolescents. *South African Journal of Psychology*, 37 (12), 595-615.
- Marliani, R. (2013). Hubungan antara religiusitas dengan orientasi masa depan bidang pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi UIN Bandung* 9 (2) Diunduh dari <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/175/0>
- Panuju, P & Ida U. (2005). *Psikologi remaja*. Yogyakarta: Tiara wacana
- Santrock, J. W. (2003). *Life-span development perkembangan masa hidup (edisi 5 jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S.W. (2012). *Psikologi remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Perkasa.
- Wells, I. E. (2010). *Psychologycal Well-being*. New York: Nova Science publisher. Diunduh dari [file:///C:/Users/userPC/Downloads/\[Ingrid_E.,_Ed._Wells\]_Psychological_Well-Being\(BookZZ.org\).pdf](file:///C:/Users/userPC/Downloads/[Ingrid_E.,_Ed._Wells]_Psychological_Well-Being(BookZZ.org).pdf)