

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

Bunga Fitri Rizkiyanti Ghozali<sup>1)</sup>, Hazim<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup> Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

[bungafitri06@gmail.com](mailto:bungafitri06@gmail.com) [hazim@umsida.ac.id](mailto:hazim@umsida.ac.id)

**Abstract.** *Psychological well being is the extent to which individuals are able to accept their own strengths and weaknesses, build good relationships with other individuals, have the independence to reject social demands, are able to control their environmental conditions, and make decisions in life. This study aims to determine the relationship between religiosity and social support on the psychological well being of female students. This study uses a qualitative correlational method. The population and sample of this study were 70 female students of the Islamic Boarding School X based on the total sample. The data analysis technique used was multiple linear regression. The results of the study showed:*

1. *THERE IS A RELATIONSHIP BETWEEN RELIGIOSITY AND PSYCHOLOGICAL WELL BEING WITH A VALUE OF  $P < 0.001$ .*
2. *THERE IS A RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND PSYCHOLOGICAL WELL BEING WITH A VALUE OF  $P < 0.001$ .*
3. *THE RESULTS OF THE F TEST COUNT (23.058) WITH A SIGNIFICANCE OF  $P < 0.05$ , IT CAN BE CONCLUDED THAT THE VARIABLES OF RELIGIOSITY AND SOCIAL SUPPORT SIMULTANEOUSLY HAVE A SIGNIFICANT INFLUENCE ON PSYCHOLOGICAL WELL BEING.*

**Keywords** – Religiosity; Social Support; Psychological Well Being

**Abstrak.** *Psychological well being merupakan Sejauh mana seseorang dapat menerima kelebihan dan kekurangannya sendiri, membina hubungan baik dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam menolak tekanan sosial, mampu mengendalikan keadaan lingkungannya, dan mengambil keputusan dalam hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap psychological well being santriwati. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif korelasional. Populasi dan sampel penelitian ini adalah santriwati Pondok Pesantren X yang berjumlah 70 orang berdasarkan total sampel. Untuk analisis data, metode yang diterapkan adalah regresi linier berganda. Temuan penelitian menunjukkan:*

1. *Ada keterkaitan antara religiusitas dan psychological well being dengan nilai  $p < 0,001$ .*
2. *Ada hubungan antara dukungan sosial dan psychological well being dengan nilai  $p < 0,001$ .*
3. *Hasil Uji F hitung (23,058) dengan signifikansi  $p < 0,05$ , menunjukkan bahwa variabel religiusitas dan dukungan sosial secara bersamaan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap psychological well being.*

**Kata kunci-** Religiusitas; Dukungan Sosial; Psychological Well Being

### I. PENDAHULUAN

Indonesia memiliki banyak sekali 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. Pesantren adalah intitusi pendidikan Islam yang paling tua di Indonesia, dan pesantren merupakan lembaga pendidikan yang memiliki akar (indigenous) yang kuat dalam masyarakat Islam Indonesia. Dalam prosesnya pondok pesantren menunjukkan peran besar dalam sejarah bangsa Indonesia, dimana peran tersebut ditunjukkan dengan upaya penguatan keimanan, ketakwaan, menumbuhkan rasa moral, mengembangkan rasa percaya diri masyarakat Indonesia dan berpartisipasi dalam meujudkan kehidupan yang lebih cerdas melalui pendidikan [1]. Chirsin [2] mengatakan tujuan pendidikan di pesantren adalah untuk mengembangkan umat menjadi muslim dan membekali serta melatih mereka berbagai keterampilan untuk berkembang dalam masyarakat yang semakin informasional dan dinamis.

Data dari Kementerian Agama (Kemenag) pesantren di Indonesia pada tahun 2022/2023 mencapai angka 39.043 pesantren [3]. Sedangkan di Jawa Timur sendiri tercatat sebesar 4.452 pesantren [4] Kabupaten Pasuruan tercatat memiliki 200 [5] 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 pesantren sangat berbeda dari metode pembelajaran di sekolah umum, di mana para santri diwajibkan tinggal di asrama yang telah disediakan. Pondok pesantren memiliki beragam tata tertib dan kegiatan yang ketat yang harus diikuti dan dilaksanakan oleh para santriwati. Upaya untuk menyelesaikan masalah yang

dihadapi di pesantren bagi santriwati akan menghasilkan pengalaman yang baik dan tidak baik, yang akan berpengaruh pada kesehatan mental mereka. Selain disebabkan oleh peraturan yang ketat, mereka yang melakukan hal tersebut bukan karena keinginannya sendiri, melainkan karena tuntutan orang tuanya. Tuntutan dari orang tua bisa membuat anak-anak merasa enggan dan terpaksa saat menjalani kegiatan di pesantren. Rasa terpaksa ini berpotensi memengaruhi interaksi mereka dengan orang-orang di sekitarnya. Ketika individu mempunyai masalah, mereka menyimpan perasaannya sendiri dan tidak membagikannya kepada orang lain. Hal ini dapat mempengaruhi faktor psychological well being dan dukungan sosial santriwati karena mereka sulit membuka diri, merasa dikucilkan, kurang peduli terhadap lingkungan sekitar dan mudah tersinggung. Cloninger [6] penerimaan diri merupakan langkah awal dan langkah yang paling penting untuk menjadi bahagia. Berdasarkan permasalahan di atas peneliti ingin mengetahui antara religiusitas, dukungan sosial dan psychological well being pada santriwati di Pondok Pesantren X 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 Shalat 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 [7] Psychological well being merupakan selama individu dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, menjalin interaksi yang baik dengan orang lain, memiliki kekuatan untuk menolak tekanan dari lingkungan, dapat mengatur situasi di sekelilingnya, mempunyai arah hidup, serta mampu terus-menerus mengembangkan potensi dirinya. Ryff dan Kayes [7] berpendapat, bahwa terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi psychological well being meliputi: 1). Usia, 2). Jenis kelamin, 3). Status sosial ekonomi, 4). Dukungan sosial, 5). Kepribadian dan 6). Religiusitas.

Ryff dan Singer [8] 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 situasi di mana seseorang tidak mengalami gangguan kesehatan mental (tidak mengalami depresi ataupun cemas). Huppert [9], psychological well being (kesejahteraan psikologi) adalah kehidupan individu yang berjalan dengan lancar dan beroperasi secara efisien. Dari penjelasan tersebut, penting untuk memperhatikan psychological well being (kesejahteraan psikologi). Ryff [9] 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 di 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. Diener, dkk [9] Orang yang merasa bahagia cenderung menjalani hidup yang lebih baik dibandingkan mereka yang tidak merasa bahagia. Orang yang bahagia cenderung lebih produktif dan mampu berinteraksi secara harmonis dengan lingkungannya.

Pada Pondok Pesantren X peneliti menyimpulkan bahwa banyak kegiatan yang berhubungan dengan keagamaan terjadi di pesantren. Kegiatan ini dilakukan santriwati dari pagi hingga sore hari. Religiusitas santriwati muncul dari aktivitas keagamaan yang dilakukannya sehari-hari. Berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus pondok pesantren putri kegiatan yang dilaksanakan terdiri dari Shalat tahajud bersama, dilanjutkan dengan Shalat subuh, kajian kitab klasik dan Al-Quran setelah subuh, dan kemudian pelajaran formal, kemudian pendidikan ke pesantren dilanjutkan setelah ashar, dan belajar bersama hingga malam hari. Pukul 21.00 dilanjutkan dengan istirahat.

Jalaludin (2012), religiusitas adalah kemampuan seseorang untuk mengerti, merasakan, dan menerapkan prinsip-prinsip agama yang diyakininya [10]. Ancok dan Suroso [11], yang mengutip dari pendapat Glock dan Stark menyatakan bahwa untuk menentukan tingkat religiusitas seseorang perlu mempertimbangkan beberapa aspek, antara lain yaitu: 1). Religious belief adalah aspek pemikiran yang menggambarkan cara seseorang dalam memahami hal-hal yang berhubungan dengan kepercayaannya terhadap agamanya, misalnya seorang individu yang percaya akan adanya kehidupan setelah mati, surga, neraka, dan lain-lain. 2). Religious practice adalah aspek ritual dimana individu melaksanakan kewajiban-kewajiban ibadahnya seperti Shalat, puasa, membayar zakat serta hal-hal lainnya, 3). Religious feeling adalah perasaan yang bersifat emosional yang menunjukkan pengalaman individu tentang agama, seperti kekuatan dari doa serta rasa syukur yang dirasakan nya, 4). Religious knowledge merujuk pada aspek pemahaman atau intelektual seseorang terhadap prinsip-prinsip agama yang dianut, yang berlandaskan pada kitab suci dan 5). Religious effect merupakan aspek konsekuensi yang menunjukkan bagaimana perilaku seseorang dipengaruhi oleh ajaran agamanya dalam kehidupan sehari-hari. Religious effect ini bersifat horizontal, yaitu mencakup interaksi antar manusia serta hubungan dengan lingkungan sekitarnya.

Secara garis besar, agama Islam meliputi 3 aspek yaitu akidah (keyakinan), syariah (norma atau hukum) dan akhlak (perilaku). Ada hubungan antara religiusitas dengan kesehatan mental dan psychological well being yang

dijelaskan oleh Pollner dalam [12] sebagai berikut: agama dapat menjelaskan situasi problematik dan menyediakan sumber daya untuk menyelesaikannya; agama meningkatkan rasa kekuatan dan afiksasi diri ; dan agama kemudian menjadi dasar perasaan akan makna, arah dan identitas pribadi, memastikan kemungkinan tertanamnya peristiwa-peristiwa asing yang bermakna. Sumber daya untuk menyelesaikannya.

Glock dan Stark [13], religiusitas merupakan berfungsinya seluruh jiwa individu yang termasuk dalam hal keyakinan, perasaan serta tindakan yang dapat dikendalikan secara sadar dan sungguh-sungguh dalam ajaran agama seseorang melalui komitmen terhadap lima dimensi agama antara lain 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 adalah istilah digunakan untuk menggambarkan bagaimana hubungan sosial berdampak positif terhadap psychological well being individu. Cob [14] Dukungan sosial dapat dipahami sebagai perasaan aman, perhatian, pengakuan, atau bantuan yang diterima seseorang dari individu atau kelompok lain. Seltzer & Greenberg [9] berpendapat bahwa dukungan sosial dapat mengurangi efek dari stress dan meningkatkan psychological well being seseorang. Sarafino (2011) mengemukakan bahwa dukungan sosial memiliki beberapa dimensi yaitu: 1. Dukungan emosional, 2. Dukungan penghargaan, 3. Dukungan Instrumental dan 4. Dukungan informative [15]. Dukungan sosial diharapkan dapat menjaga semangat individu dan memastikan bahwa masalah kesehatan mental yang berkepanjangan tidak mempengaruhi psychological well being seseorang.

Smet [16], Dukungan sosial mencakup berbagai jenis bantuan, baik itu emosional, finansial serta instrumental yang diterima dari lingkungan sekitar individu. Larocco [16], dukungan sosial bisa diartikan sebagai bentuk dukungan secara emosional yang sebagai penengah menyelesaikan suatu masalah. Sarason, dkk [16], Seseorang dengan dukungan sosial yang kokoh biasanya mengalami kualitas hidup yang lebih baik. Mereka umumnya memiliki rasa percaya diri dan nilai diri yang lebih tinggi serta memandang segala sesuatu di sekitar mereka dengan sudut pandang yang lebih positif dibandingkan dengan individu yang memiliki dukungan sosial yang lebih minim atau kurang mendukung.

Menurut Johnson dan Johnson [17] dukungan sosial mencakup adanya keberadaan orang lain yang bisa diandalkan untuk memberikan bantuan, dorongan, pengakuan, dan perhatian, sehingga seseorang dapat memperbaiki kualitas hidupnya.

Sarafino (2014) menyebutkan bahwa dukungan sosial berkaitan dengan rasa nyaman, perhatian, harga diri, serta dukungan yang diperoleh dari individu atau kelompok lain [18].

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh [8] dengan judul “Hubungan self-compassion dengan Psychological Well Being pada santri tahun pertama Pondok Pesantren At-Taahdzir Jombang” menggunakan pendekatan metode kuantitatif korelasional dengan subyek penelitian berjumlah 312 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling dan melibatkan 76 individu yang memenuhi kriteria yang ditetapkan. Temuan penelitian mengindikasikan adanya hubungan yang positif antara self-compassion dan Psychological Well Being di kalangan santri tahun pertama di Pondok Pesantren At-Taahdzir Jombang.

Penelitian yang telah dilakukan oleh [7] berjudul “Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well Being pada Santri di Pondok Pesantren At-Muthmainnah Desa Leseng Kab. Sumbawa” ini mengaplikasikan pendekatan kuantitatif dengan sifat deskriptif. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah cluster sampling, dan jumlah sampel ditentukan berdasarkan rumus Slovin. Sampel terdiri dari 74 santri yang berada di pondok pesantren At-Muthmainnah yang terletak di Desa Leseng. Temuan dari studi ini menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dengan psychological well being, dengan koefisien korelasi sebesar 0,598 dan nilai p yang dihasilkan mencapai 0.005 atau  $p < 0.05$ . Artinya, semakin tinggi tingkat religiusitas, semakin tinggi pula tingkat psychological well being. Sebaliknya, bila religiusitas menurun, maka psychological well being juga akan berkurang di kalangan santri di pondok pesantren At-Muthmainnah di Desa Leseng.

Penelitian yang dilakukan oleh [10] berjudul “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Penyesuaian Diri Di Sekolah Pada Siswa SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo. Metode yang dipakai dalam studi ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian ini berlangsung di SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo dan melibatkan 211 siswa yang terpilih melalui teknik sampling acak terstratifikasi secara proporsional. Hasil dari analisis data menunjukkan bahwa terdapat koefisien korelasi sebesar 0,768 dengan tingkat signifikansi 0,000 yang kurang dari 0,005. Ini mengindikasikan adanya hubungan positif antara religiusitas dan penyesuaian diri di sekolah untuk siswa SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo, yang berarti bahwa semakin tinggi religiusitas siswa, semakin baik pula penyesuaian diri mereka di sekolah. Sebaliknya, semakin rendah religiusitas siswa, semakin buruk penyesuaian diri mereka di sekolah. Koefisien determinasi dapat dilihat dari nilai R square yang mencapai 0,589, yang menjelaskan bahwa dalam penelitian ini, variabel religiusitas memberikan kontribusi yang efektif sebesar 58,9 persen terhadap penyesuaian diri siswa di SMP Negeri 1 Porong-Sidoarjo. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh [9] dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Lokus Kendali Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Santriwati Di Pesantren Darul Arafah Raya” menerapkan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Responden dalam penelitian ini meliputi 82 Dyah (santriwati) yang berasal dari Pesantren Darul Arafah Raya (PDAR) dengan

menerapkan teknik total sampling. Untuk menganalisis data, digunakan metode Regresi Berganda, dan hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. (2) terdapat hubungan positif yang signifikan antara lokus kendali dengan kesejahteraan psikologis. (3) terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dan lokus kendali dengan kesejahteraan psikologis. Dari hasil penelitian ini, hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.

Penelitian yang berjudul “Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan sosial terhadap Psychological Well Being pada santriwati” belum ada yang pernah melakukannya. Ada studi yang mendukung untuk melaksanakan penelitian ini yang telah dikerjakan oleh [7] 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 [19] menyampaikan bahwa regresi linier ganda merupakan suatu model regresi yang melibatkan berbagai variabel bebas. Analisis regresi berganda dilakukan untuk mengetahui pengaruh dan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Tujuan dari studi ini adalah untuk mengeksplorasi 1. Apakah terdapat keterkaitan antara religiusitas dan psychological well being; 2. Keterkaitan antara dukungan sosial dan psychological well being; 3. Keterkaitan antara religiusitas, dukungan sosial, dan psychological well being. 4. Dengan mengetahui hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis, diharapkan dapat memberikan wawasan atau perspektif kepada santriwati mengenai faktor-faktor yang memengaruhi psychological well being individu.

## II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain yang bersifat korelasional. Yusuf (2010) menyatakan bahwa penelitian korelasional adalah jenis studi yang meneliti hubungan antar satu atau lebih variabel [20]. Jenis penelitian ini bersifat korelasional yang dipilih karena sejalan dengan tujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat religiusitas dan dukungan sosial terhadap psychological well being pada santriwati di pondok pesantren. Menurut Kerlinger [21] menjelaskan bahwa variabel adalah konstruk atau karakteristik yang sedang diteliti. Dalam konteks yang berbeda, Kerlinger juga menyebutkan bahwa variabel bisa dianggap sebagai karakteristik yang dapat diwariskan dari sesuatu yang mengalami perubahan. Dalam penelitian ini, variabel yang digunakan meliputi religiusitas sebagai variabel independen (X1) dan dukungan sosial sebagai independen (X2), sedangkan variabel dependen (Y) adalah psychological well being. Untuk pengambilan sampel, metode yang dipakai adalah non-probability purposive sampling. Teknik non-probability purposive sampling yang digunakan dalam studi ini adalah Sampling Jenuh, yang berarti seluruh individu dalam populasi dijadikan subjek sampel. Peserta dalam penelitian ini terdiri dari 70 santriwati yang berasal dari Pondok Pesantren X di Kabupaten Pasuruan.

Untuk mengukur religiusitas menggunakan skala religiusitas yang disusun berdasarkan indikator dari Glock dan Stark yang mengadaptasi dari peneliti [10], yang terdiri dari 28 item. Nilai validitas skala berkisar antara <0,001 hingga 0,042, sementara koefisien reliabilitasnya adalah 0,691. Dukungan sosial menggunakan skala dukungan sosial mengacu pada aspek-aspek dari House (Smet, 2018) yang mengadaptasi dari peneliti [9], yang terdiri dari 40 item. Nilai validitas skala berkisar antara <0,001 hingga 0,013, semen koefisien reliabilitasnya adalah 0,744. Sementara itu, untuk mengukur psychological well being, digunakan skala psychological well being yang berlandaskan pada teori Ryff yang mengadaptasi dari peneliti [8] yang terdiri dari 19 item. Nilai validitas skala berkisar antara <0,001 hingga 0,004, sementara koefisien reliabilitasnya adalah 0,709.

Teknik yang diterapkan untuk menganalisis data dalam penelitian kuantitatif dan uji hipotesis ini adalah regresi linier berganda. Dalam hal ini, variabel pertama (variabel X1) adalah religiusitas sedangkan variabel yang kedua (variabel X2) adalah dukungan sosial, dan variabel terikat (y) adalah psychological well being. Sebelum melakukan analisis regresi linier berganda, peneliti melakukan pengujian asumsi yang mencakup uji normalitas, uji linieritas, uji multikolinieritas, dan uji hipotesis. Uji normalitas bertujuan untuk mengevaluasi apakah variabel independen dan dependen mengikuti distribusi normal. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka hipotesis diterima, menunjukkan bahwa data terdistribusi secara normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, hipotesis ditolak karena menunjukkan bahwa distribusi tidak normal. Uji linieritas dilakukan untuk memastikan bahwa rata-rata data dari sampel berada pada garis lurus. Jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data dianggap linier; jika nilainya lebih besar dari 0,05, berarti data tersebut tidak linier. Uji multikolinieritas digunakan untuk mendeteksi adanya hubungan yang kuat antara variabel tergantung dan variabel independen. Deteksi multikolinieritas dilakukan dengan memeriksa nilai VIF atau Tolerance. Menurut Sugiyono (2012), pengujian hipotesis merupakan langkah awal untuk memperoleh kebenaran, sehingga penting untuk menguji hipotesis yang telah ada [22].

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil

##### Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengevaluasi apakah variabel independen dan dependen mengikuti distribusi normal. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka hipotesis diterima, menunjukkan bahwa data terdistribusi secara normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, hipotesis ditolak karena menunjukkan bahwa distribusi tidak 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.** Hasil 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 di atas, ketiga variabel menunjukkan data yang terdistribusi 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 dilakukan untuk memastikan bahwa rata-rata data dari sampel berada pada garis lurus. Jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data dianggap linier; jika nilainya lebih besar dari 0,05, berarti data tersebut tidak linier. 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.** Hasil 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 digunakan untuk mendeteksi adanya hubungan yang kuat antara variabel tergantung dan variabel independen. Deteksi multikolinearitas dilakukan dengan memeriksa nilai VIF atau Tolerance. 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.** Hasil Uji Multikolonieritas

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

### Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan koefisien determinasi ( $R^2$ ). Koefisien determinasi ( $R^2$ ) sering dipahami sebagai kontribusi dari pengaruh yang diberikan variabel independen ( $X_1$  dan  $X_2$ ) kepada variabel dependen ( $Y$ ). Selain itu, koefisien determinasi ( $R^2$ ) juga dapat diterapkan untuk memperkirakan sejauh mana kontribusi pengaruh yang berasal dari variabel independen ( $X_1$  dan  $X_2$ ) terhadap variabel dependen ( $Y$ ).

**Tabel 4.** Hasil Uji Hipotesis

Variabel	R	R <sup>2</sup>	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  $F = 17,740$  dengan tingkat signifikansi  $p < 0,001$  ( $p < 0,05$ ), yang menandakan bahwa temuan ini signifikan atau hipotesis dapat diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis antara 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. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada santriwati di pondok pesantren X, desa Baujeng, kabupaten Pasuruan. Hipotesis ketiga berbunyi “terdapat hubungan antara religiusitas, dukungan sosial terhadap *psychological well being* pada santriwati”. Berdasarkan hasil yang disebutkan, koefisien korelasi menunjukkan  $F = 23,058$  dan tingkat signifikansi  $p < 0,001$  ( $p < 0,05$ ), yang juga menunjukkan bahwa hasilnya signifikan atau hipotesis diterima. Jadi, bisa disimpulkan bahwa ada kaitan antara religiusitas dan dukungan sosial dalam pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis santriwati.

Variabel religiusitas dan dukungan sosial secara bersamaan berkontribusi secara efektif terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) sebesar 40,8% dan nilai signifikan  $p < 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Sehingga apabila dianalisis, korelasi semua hubungan antar variabel

### B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterkaitan antara tingkat religiusitas dan dukungan sosial terhadap *psychological well being* di kalangan santriwati. Hasil dari analisa data yang dilakukan, menggunakan koefisien determinasi dalam analisis regresi berganda, mengindikasikan bahwa ada korelasi yang signifikan dan positif antara *psychological well being* dan religiusitas. Hal ini dapat dilihat dari nilai  $p$  yang signifikan yaitu  $< 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Hubungan positif ini dinyatakan dengan koefisien regresi sebesar 0,297, yang mendukung hipotesis pertama yang menyatakan bahwa “ada hubungan antara religiusitas dan *psychological well being* pada santriwati.” Keterkaitan antara religiusitas dengan *psychological well being* yang menunjukkan angka 20,7% menandakan bahwa terdapat hubungan positif. Hal ini berarti 20,7% dari variabel kesejahteraan psikologis dapat diprediksi berdasarkan religiusitas. Hubungan yang baik ini menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas yang dianut seseorang, maka semakin baik pula *psychological well being*, sementara jika religiusitas seseorang rendah, maka akan ada penurunan dalam *psychological well being* tersebut. Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian Junaidi (2023) yang menunjukkan bahwa jika religiusitas meningkat, maka kesejahteraan psikologis juga meningkat, dan sebaliknya, jika religiusitas menurun, maka kesejahteraan psikologis juga akan rendah pada santriwati.

Spranger [6] individu yang mempunyai nilai religiusitas mampu untuk menempatkan kesatuan menjadi nilai tertinggi pada hidupnya. Nilai-nilai religiusitas dapat memberikan panduan bagi seseorang dalam cara berpikir, menilai diri, dan menjalani hidup. Seseorang yang telah mencapai *psychological well being* yang baik dapat menerima semua keadaan yang dimilikinya, baik yang berhubungan dengan masa lalu, sekarang, maupun yang akan datang, serta selalu menyerahkan semuanya kepada Tuhan Yang Maha Esa. Sejalan dengan pendapat Ryff [9] yang menyatakan bahwa *psychological well being* mencerminkan seberapa baik seseorang dapat menerima kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya, mampu membangun hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki kemandirian saat menghadapi stres sosial, dapat mengatur lingkungan di sekelilingnya, memiliki tujuan hidup, serta mampu terus meningkatkan kemampuannya.

Hurlock [6] berpendapat bahwa remaja menjadi tertarik pada agama karena mereka mulai percaya bahwa agama memegang peranan penting dalam kehidupan mereka. Piaget menjelaskan bahwa masa remaja merupakan masa perubahan dimana seseorang menjadi matang secara emosional, sosial dan fisik, dan seseorang harus mampu

menyesuaikan diri dan mengembangkan sikap, nilai dan minat yang baru. Salah satu hal yang berubah pada masa remaja adalah minat terhadap agama yang dianutnya. Masa remaja mulai mengkritisi ajaran agama yang dianutnya dan mengapresiasi segala sesuatu yang terjadi disekitarnya. Kehidupan dan lingkungan keagamaan dapat mendorong remaja menuju kehidupan yang lebih religius.

Berdasarkan hasil uji analisis data melalui metode analisis koefisien determinasi regresi berganda, hipotesis kedua yang menyatakan “ada hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well being santriwati” juga diterima. Psychological well being berkorelasi positif dengan dukungan sosial, seperti yang ditunjukkan dengan nilai  $p$  yang signifikan sebesar  $<0,001$  ( $p <0,05$ ). Korelasi antara dukungan sosial dan psychological well being menunjukkan nilai 40,1% yang bersifat positif, yang berarti bahwa 40,1% dari variabel psychological well being dapat diprediksi berdasarkan dukungan sosial. Hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin banyak dukungan sosial yang diterima, semakin tinggi tingkat psychological well being, dan sebaliknya, semakin sedikit dukungan yang diperoleh, maka psychological well being akan semakin rendah. Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian yang telah oleh [9] artinya semakin tinggi dukungan sosial santriwati maka semakin tinggi pula psychological well being. Hal sebaliknya juga terjadi. Ketika dukungan rendah, penerimaan sosial juga rendah, dan psychological well being juga rendah. Santriwati yang mengalami dukungan sosial yang baik kemungkinan besar akan merasakan kegembiraan, rasa aman, penghargaan, perhatian, dan dukungan dari orang lain dan lingkungannya. Ketika santriwati mendapat dukungan sosial atas permasalahan yang dihadapinya dan perubahan yang dialaminya dalam hidupnya, maka ia akan menikmati psychological well being. Namun, jika mereka tidak mendapat dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya, kehidupan menjadi sulit.

Cohen dan Wills [9] dukungan sosial merujuk pada bantuan dan bantuan yang diterima oleh seseorang melalui interaksi dengan orang lain. Bentuk dukungan sosial muncul dari keyakinan adanya individu yang bersedia memberikan pertolongan ketika menghadapi situasi atau kejadian yang dianggap sulit, serta bantuan tersebut dapat dirasakan dan meningkatkan perasaan bahagia serta rasa percaya diri. Jhonson mengungkapkan bahwa dukungan sosial dapat dipahami sebagai kondisi di mana ada orang lain yang dapat diandalkan, yang menawarkan bantuan, semangat, penerimaan, dan perhatian untuk meningkatkan kesejahteraan individu.

Hipotesis ketiga yang menyatakan ada hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap psychological well being pada santriwati” juga diterima. Hasil dari koefisien korelasi menunjukkan  $F= 23,058$  dan nilai signifikan  $p=<0,001$  ( $p<0,05$ ) yang menunjukkan adanya signifikansi. Artinya, variabel religiusitas dan dukungan sosial secara bersamaan memiliki pengaruh yang kuat terhadap psychological well being. Hasil koefisien determinasi yang mencapai 40,8% yang menunjukkan bahwa dalam penelitian ini, religiusitas dan dukungan sosial memiliki kontribusi yang efektif sebesar 40,8% terhadap psychological well being. Dalam pengertian lain, religiusitas dan dukungan sosial saling berperan dalam mendukung psychological well being. Santriwati yang memiliki tingkat religiusitas tinggi biasanya menunjukkan keinginan yang kuat untuk mengikuti ajaran agama. Melaksanakan praktik keagamaan seperti ritual, puasa, membayar zakat, dan pengalaman religius lainnya, didukung oleh dukungan sosial yang dirasakan melalui perhatian, apresiasi, kenyamanan, atau bantuan dari orang atau kelompok lain. Hal ini dapat meningkatkan psychological well being santriwati yang tercermin dalam perasaan penerimaan diri, kemandirian, otonomi, hubungan sosial yang sehat, tujuan hidup yang jelas, dan kemampuan untuk mengembangkan potensi diri. Selain itu, kesejahteraan psikologis juga mendorong orang untuk lebih menyadari pentingnya kesehatan, yang tidak hanya terbatas pada aspek fisik tetapi juga mental, sehingga individu dapat merasakan kebahagiaan dalam diri mereka dan menjalani hidup yang lebih baik.

#### IV. SIMPULAN

Ada keterkaitan antara religiusitas dan psychological well being dengan  $p$  value sebesar  $<0,001$  atau ( $p<0,05$ ). Dengan nilai  $R$  sebesar 0,455, ini menandakan adanya hubungan positif antara religiusitas dan psychological well being. Koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 20,7% yang berarti dalam penelitian ini religiusitas memberikan kontribusi yang berarti terhadap psychological well being.

Ada kaitan antara dukungan sosial dan psychological well being dengan nilai  $p<0,001$ . Nilai  $R$  yang mencapai 0,633 menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan psychological well being. Koefisien determinasi yang sebesar 40,1% menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi yang berarti terhadap psychological well being.

Ada hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial terhadap psychological well being, yang terlihat dari koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,408. Ini menunjukkan bahwa religiusitas dan dukungan sosial secara bersamaan memiliki kontribusi yang efektif sebesar 40,8% terhadap psychological well being. Hasil Uji  $F$  atau uji simultan dalam regresi linier berganda menunjukkan bahwa jika  $p$  value  $< 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa religiusitas dan dukungan sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis (psychological well being)..

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada pihak pondok pesantren yang telah memberikan izin serta terima kasih kepada para santriwati yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

## REFERENSI

- [1] R. Fitri and S. Ondeng, "Pesantren Di Indonesia: Lembaga Pembentukan Karakter," *J. Al-Urwatul Wutsqa*, vol. 2, no. 1, pp. 42–54, 2022, [Online]. Available: <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/alurwatul>
- [2] S. A. Saputri, Hardjono, and N. A. Karyanta, "Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Psychological Well-being pada Santri," *J. Ilm. Psikol.*, 2013.
- [3] M. A. Rizaty, "Selain Al Zaytun, Berapa Jumlah Pesantren di Indonesia?," *Data Indonesia.Id*, 2023. <https://dataindonesia.id/ragam/detail/selain-al-zaitun-berapa-jumlah-pesantren-di-indonesia>
- [4] Redaksi, "Kabupaten Mana di Jawa Timur yang Paling Banyak Santrinya? Kita Tidak akan Menduganya," *Damarinfo*, 2022. <https://damarinfo.com/kabupaten-mana-di-jawa-timur-yang-paling-banyak-santrinya-kita-tidak-akan-menduganya/>
- [5] T. Nama, "Daftar Pondok Pesantren Di Kabupaten Pasuruan," *Bincang Santri.*, 2021. <https://bincangsantri.blogspot.com/2018/08/pondok-pesantren-di-pasuruan.html?m=1>
- [6] R. D. Anggraeni, "Hubungan Antara Religiusitas Dan Stres Dengan Psychological Well Being Pada Remaja Pondok Pesantren," *J. Psikol. Teor. dan Terap.*, vol. 2, no. 1, p. 29, 2011, doi: 10.26740/jptt.v2n1.p29-45.
- [7] J. Junaidi, "Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Santri di Pondok Pesantren Al-Mutmainnah Desa Leseng Kab. Sumbawa," *J. Educ.*, vol. 5, no. 2, pp. 3808–3816, 2023, doi: 10.31004/joe.v5i2.1064.
- [8] R. A. Wahdati, "HUBUNGAN SELF COMPASSION DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA SANTRI TAHUN PERTAMA PONDOK PESANTREN AT-TAHDZIR JOMBANG," *Skripsi, Fak. Psikol. Univ. Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*, p. 1=114, 2022.
- [9] S. Aisyah, "Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Lokus Kendali dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Santriwati di Pesantren Darul Arafah Raya," *Tesis, Progr. Stud. Magister Fak. Psikol. Progr. Pascasarj. Univ. Medan Area Medan*, pp. 1–174, 2022.
- [10] A. Lutfiah, "Hubungan antara religiusitas dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa SMP Negeri 1 Porong Sidoarjo," *Skripsi, Fak. Psikol. Univ. Muhammadiyah Sidoarjo*, pp. 1–148, 2018.
- [11] N. S. Asih, I. Yuliadi, and N. A. Karyanta, "Hubungan antara konsep diri dan religiusitas dengan kepuasan hidup pada lansia di desa Rendeng Kabupaten Kudus," *J. Fak. Kedokt. UNS*, vol. 4, no. 1, pp. 28–39, 2015.
- [12] S. A. G. Amawidyati and M. S. Utami, "Religiusitas dan Psychological Well-Being Pada Korban Gempa," *J. Psikol. Univ. GADAH MADA*, vol. 34, no. 2, pp. 164–176, 2015, doi: 10.22146/PSI.7095.
- [13] A. D. Utami, "Pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap subjective well-being pada pensiunan PNS," *Skripsi, Fak. Psikol. Univ. Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*, pp. 1–84, 2018, [Online]. Available: [http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/44761%0Ahttp://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/44761/1/AULIA DEVIRA UTAMI-FPSI.pdf](http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/44761%0Ahttp://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/44761/1/AULIA%20DEVIRA%20UTAMI-FPSI.pdf)
- [14] H. Hasanuddin and K. Khairuddin, "Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 2 Binjai," *Analitika*, vol. 13, no. 2, pp.

- 148–155, 2021, doi: 10.31289/analitika.v13i2.5906.
- [15] H. Hamonangan, N. I. P. Simarmata, and F. Butarbutar, “Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Psychological Well-Being Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19,” *J. Psikol. Univ. Hkbp Nommensen*, vol. 8, no. 1, pp. 3–4, 2022.
- [16] K. Rahama and U. A. Izzati, “Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada karyawan,” *J. Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 7, pp. 94–106, 2021.
- [17] M. A. W. Saputri and E. S. Indrawati, “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Depresi pada Lanjut Usia yang Tinggal di Panti Wreda Wening Wardoyo Jawa Tengah,” *J. Psikol. Undip*, vol. 9, no. 1, pp. 65–72, 2011.
- [18] M. Muthmainah, “Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Anak di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta,” *Diklus J. Pendidik. Luar Sekol.*, vol. 6, no. 1, pp. 78–88, 2022, doi: 10.21831/diklus.v6i1.48875.
- [19] T. Nama, “Memahami Analisis Regresi Linier Berganda.,” *Accounting Binus.*, 2021. <https://accounting.binus.ac.id/2021/08/12/memahami-analisis-regresi-linear-berganda/>
- [20] A. Lestari and N. Hartati, “Hubungan self efficacy dengan subjective well being pada lansia yang tinggal di rumahnyasendiri,” *Rap Unp*, vol. 7, no. 1, pp. 12–23, 2016.
- [21] Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, 19th ed. Bandung: Alfabeta Bandung, 2013.
- [22] S. H. Sahir, *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*, I. jawa Timur: KBM Indonesia, 2022.

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*