

**HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG
MENERJAKAN SKRIPSI**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun Oleh:

Imroatun Azizah

NIM : 17107010083

Dosen Pembimbing Skripsi:

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi

NIP : 19811014 200901 2 004

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2022

SURAT KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah :

Nama : Imroatun Azizah

NIM :17107010083

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya dengan judul “Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi” tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi ini adalah asli karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 5 Juli 2022

Yang menyatakan,



Imroatun Azizah
NIM. 17107010110

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI/ TUGAS AKHIR



Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-07/R0

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI/ TUGAS AKHIR

Hal : Surat Persetujuan Skripsi/ Tugas Akhir
Lamp : 1

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikumWr.Wb

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Imroatun Azizah
NIM : 17107010083
Prodi : Psikologi
Judul : Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program studi Psikologi.

Dengan ini kami berharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqosahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikumWr.Wb

Yogyakarta, 5 Juli 2022

Pembimbing

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
NIP. 198110142009012004

PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-750/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2022

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : IMROATUN AZIZAH
Nomor Induk Mahasiswa : 17107010083
Telah diujikan pada : Kamis, 28 Juli 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
SIGNED

Valid ID: 62f1e0ed509b7



Penguji I
Very Julianto, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 62ed0e90d524e



Penguji II
Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 62f071711a1a4



Yogyakarta, 28 Juli 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 62f1c471d9df5

MOTTO

Pikirkan, kerjakan, selesaikan.

If only we'd stop trying to be happy we could have a pretty good time.

-Edith Wharton-

“Dan bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya”. (Q.S. An Najm : 39)

Jangan terlalu memikirkan masa lalu karena telah pergi dan selesai, dan jangan terlalu memikirkan masa depan hingga dia datang sendiri. Karena jika melakukan yang terbaik di hari ini maka esok hari akan lebih baik.

Setiap goresan tinta ini adalah wujud persembahan dari keagungan dan kasih sayang yang telah diberikan Allah SWT kepada umatnya. Setiap detik waktu untuk menyelesaikan skripsi ini merupakan hasil getaran doa kedua orang tua, saudara, dan orang-orang terkasih yang mengalir tiada henti. Setiap pancaran semangat dalam penulisan ini merupakan dorongan dan dukungan dari orang-orang tercinta.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillaahirrohmaanirrohiim

Puji syukur kusembahkan kepada Engkau ya Allah SWT, yang telah melimpahkan segala rahmat, ni'mat, dan karunia sehingga tugas akhir skripsi ini dapat terselesaikan. Dengan penuh kasih sayang, karya sederhana ini saya

persembahkan kepada:

Diri Saya Sendiri

Imroatun Azizah, Terima kasih Im! Kamu hebat!

Almamater

Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam

Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Keluarga

Kepada kedua orang tua yang sangat saya cintai,

Bapak Masibyani dan Ibu Masluchah

Kepada Mas dan Mbak yang saya sayangi, Ahmad Fakhur Rozi, dan Shoffana

Zumrotul Munna. Juga keponakan tersayang, Shanum Meidina Ahmad.

Terima kasih atas doa, cinta, dan dukungan yang telah diberikan selama ini.

Teman-teman seperjuangan

Terima kasih untuk teman-teman Psikologi C angkatan 17 UIN Sunan Kalijaga

Yogyakarta

Responden penelitian

Terima kasih atas bantuannya teman-teman responden penelitianku

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmaanirrohiim, Alhamdulillahillobbil ‘aalamiin. Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan segala ni'mat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi”. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW, semoga kita selalu menjadi umat yang mencintai beliau dan mendapatkan syafaatnya kelak di *yaumul qiyaamah, Aamiin.*

Karya tulis ini merupakan salah satu persyaratan meraih gelar sarjana Psikologi di Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. terselesaikannya penelitian ini tidak lepas dari dukungan, bantuan, motivasi, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A.
 2. Bapak Dr. Moch. Sodik, S.Sos., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
 3. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi., selaku Kepala Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
 4. Ibu Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A., selaku Dosen Pembimbing Akademik.
- Terima kasih atas bimbingan, masukan, dan saran yang telah Ibu berikan selama menempuh perkuliahan di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

5. Ibu Sara Palila., S.Psi., M.A., Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan saran, bimbingan, dan motivasi sedari awal hingga akhir penelitian sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas waktu, tenaga, dan ilmu yang telah Ibu berikan.
6. Bapak Very Julianto, M.Psi, selaku dosen penguji I yang telah memberikan saran dan bimbingan dalam proses penyusunan penelitian skripsi ini.
7. Bapak Aditya Dedy Nugraha, S.Psi., M.Psi., Psi selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan saran dan bimbingan dalam proses penyusunan penelitian skripsi ini.
8. Seluruh Dosen Prodi Psikologi yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman yang luar biasa, serta seluruh staf bidang Tata Usaha yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi peneliti.
9. Seluruh teman-teman mahasiswa akhir penelitian skripsi yang telah bersedia menjadi partisipan dalam penelitian dan mendukung terlaksananya penelitian ini.
10. Kedua orang tua yang sangat saya cintai dan hormati, Bapak Masibyani dan Ibu Masluchah. Terima kasih atas do'a, cinta, kasih sayang, pengorbanan, dan ridho dari Ibu dan Bapak.
11. Kedua kakak saya yang sangat saya sayangi, Ahmad Fakhurur Rozi, dan Shoffana Zumrotul Munna, serta keponakan tercinta Shanum Meidina

Ahmad. Terima kasih atas do'a, kasih sayang, dukungan, dan motivasinya selama ini.

12. Mayziyadah, terima kasih untuk semangat, bantuan, dukungan, dan motivasinya sehingga skripsi ini terselesaikan.

13. Nisrina Mutia Afifah, terima kasih untuk semangat, dan dukungannya. Terima kasih juga sudah mendengarkan keluh kesah penulis baik dalam hal perkuliahan maupun kehidupan pribadi.

14. Teman-teman Psikologi C 2017 yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada penulis.

15. Keluarga besar Pondok Pesantren Al Munawwir Krapyak, terkhusus Al Munawwir komplek Q. Terima kasih kepada Ibu Nyai Khusnul Khatimah Warson yang telah memberikan doa, dan motivasinya.

16. Keluarga besar almamater Pondok Pesantren Raudlatul Ulum Guyangan Trangkil Pati yang telah memberikan pengalaman yang sangat berharga.

17. Seluruh anggota IKAMARU (Ikatan Alumni Madrasah Raudlatul Ulum) Yogyakarta yang telah memberikan pengalaman selama penulis di Yogyakarta.

18. Teman-teman Pondok Pesantren Al Munawwir Komplek Q, terkhusus anak kamar 5c yang selalu memberikan semangat.

19. Teman-teman KKN Mandiri 102 Desa Pakis, Kecamatan Sale, Kabupaten Rembang yang telah memberikan semangat baru, dan pengalaman yang sangat berkesan dari KKN masa pandemi di tahun 2020 sampai sekarang ini.

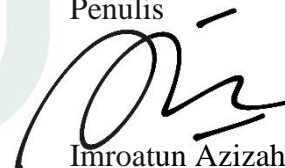
20. Terima kasih untuk semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas keikhlasan, kesabaran, dan dukungan yang diberikan, semoga Allah SWT memberikan balasan yang jauh lebih mulia.

21. Terima kasih untuk diriku sendiri.

Semoga kebaikan dan jasa-jasa yang telah diberikan senantiasa terbalas dan kembali kepada pihak-pihak yang telah disebutkan di atas maupun pihak yang tidak sempat disebutkan oleh penulis. Penulis sangat menyadari bahwa laporan ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak, semoga laporan penelitian ini dapat bermanfaat bagi akademik dan masyarakat.

Yogyakarta, 16 Juni 2022

Penulis



Imroatus Solikhah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

COVER	i
SURAT KEASLIAN PENELITIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI/ TUGAS AKHIR	iii
PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
INTISARI	xvii
ABSTRACT.....	xviii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	10
C. Manfaat Penelitian	10
D. Keaslian Penelitian.....	11
BAB II.....	18
TINJAUAN PUSTAKA	18
A. Kesejahteraan Psikologis	18
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well Being</i>)	18
2. Aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis.....	19
3. Faktor-faktor Kesejahteraan Psikologis.....	24
B. Religiusitas.....	29
1. Pengertian Religiusitas.....	30
2. Aspek-aspek Religiusitas	31
C. Dukungan Sosial	33
1. Pengertian Dukungan Sosial	33
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	34
D. Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi	36
E. Dinamika Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi.....	37
F. Hipotesis	46
1. Hipotesis mayor	46
2. Hipotesis minor.....	46
BAB III	47
METODE PENELITIAN.....	47

A. Desain Penelitian	47
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	47
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	48
D. Populasi dan Sampel Penelitian	49
1. Populasi.....	49
2. Sampel.....	49
E. Metode dan Alat Pengumpulan Data	50
1. Skala Kesejahteraan Psikologis	51
2. Skala Religiusitas.....	52
3. Skala Dukungan Sosial	53
F. Validitas, Seleksi Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur.....	55
1. Validitas	55
2. Seleksi Aitem.....	56
3. Reliabilitas	56
G. Metode Analisis Data.....	57
1. Uji Asumsi	57
2. Uji Hipotesis	58
BAB IV	60
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	60
A. Orientasi Kancan.....	60
B. Persiapan Penelitian	61
C. Pelaksanaan Penelitian.....	73
D. Hasil Penelitian	73
E. Pembahasan.....	87
BAB V	95
KESIMPULAN DAN SARAN.....	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN.....	102

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Dinamika Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi	45
---	----



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Diagram Pie Kategorisasi Pre-limenary	3
Gambar 3. 1 Penentuan besar sampel berdasarkan aplikasi G. Power.....	50



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue print Skala Kesejahteraan Psikologis	51
Tabel 3. 2 Blue print Skala Religiusitas.....	53
Tabel 3. 3 Blue print Skala Dukungan Sosial	54
Tabel 4. 1 Daftar partisipan di setiap fakultas	60
Tabel 4. 2 Tabel frekuensi partisipan berdasarkan jenis kelamin	61
Tabel 4. 3 sebaran aitem lolos dan aitem gugur Skala Kesejahteraan Psikologis.....	63
Tabel 4. 4 sebaran aitem setelah try out yang digunakan pada Skala Kesejahteraan Psikologis.....	65
Tabel 4. 5 Sebaran aitem lolos dan aitem gugur Skala Religiusitas	67
Tabel 4. 6 sebaran aitem setelah <i>try out</i> yang digunakan pada Skala Religiusitas	68
Tabel 4. 7 sebaran aitem lolos dan aitem gugur Skala Dukungan Sosial.....	69
Tabel 4. 8 sebaran aitem setelah try out yang digunakan pada Skala Dukungan Sosial... 71	
Tabel 4. 9 Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis, Skala Religiusitas, dan Skala Dukungan Sosial	72
Tabel 4. 10 Deskripsi data hasil penelitian	74
Tabel 4. 11 Rumus Kategorisasi	75
Tabel 4. 12 Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis	76
Tabel 4. 13 Kategorisasi Religiusitas.....	77
Tabel 4. 14 Kategorisasi Dukungan Sosial	77
Tabel 4. 15 Hasil Uji Normalitas	78
Tabel 4. 16 Hasil Uji Linieritas variabel Kesejahteraan Psikologis*Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis*Dukungan Sosial	79
Tabel 4. 17 Hasil Uji Multikolinearitas	80
Tabel 4. 18 Hasil Uji Heteroskedastisitas	81
Tabel 4. 19 Hasil Uji Hipotesis Mayor	81
Tabel 4. 20 Hasil korelasi pearson religiusitas*kesejahteraan psikologis	82
Tabel 4. 21 Hasil korelasi pearson dukungan sosial*kesejahteraan psikologis	82
Tabel 4. 22 Sumbangan Efektif Variabel Penelitian.....	82
Tabel 4. 23 Tabel Demografi Jenis Kelamin	84
Tabel 4. 24 Tabel Demografi Usia.....	84
Tabel 4. 25 Tabel Demografi Angkatan Kuliah.....	85
Tabel 4. 26 Tabel Demografi Fakultas.....	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Try Out Kesejahteraan Psikologis	102
Lampiran 2 Skala Try Out Religiusitas.....	107
Lampiran 3 Skala Try Out Dukungan Sosial	110
Lampiran 4 Tabulasi Try Out Kesejahteraan Psikologis	114
Lampiran 5 Tabulasi Try Out Religiusitas.....	117
Lampiran 6 Tabulasi Try Out Dukungan Sosial	119
Lampiran 7 Hasil Analisis Uji Reliabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis	121
Lampiran 8 Hasil Analisis Uji Reliabilitas Skala Religiusitas.....	126
Lampiran 9 Hasil Analisis Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial	129
Lampiran 10 Skala Kesejahteraan Psikologis	133
Lampiran 11 Skala Religiusitas	137
Lampiran 12 Skala Dukungan Sosial.....	140
Lampiran 13 Tabulasi Sampel Skala Kesejahteraan Psikologis	144
Lampiran 14 Tabulasi Data Skala Religiusitas	156
Lampiran 15 Tabulasi Data Skala Dukungan Sosial.....	162
Lampiran 16 Hasil Analisis Uji Normalitas.....	174
Lampiran 17 Hasil Analisis Uji Reliabilitas	174
Lampiran 18 Hasil Analisis Uji Multikolinieritas.....	175
Lampiran 19 Hasil Analisis Uji Heteroskedastisitas.....	176
Lampiran 20 Hasil Analisis Uji Hipotesis	177
Lampiran 21 Frekuensi Jenis Kelamin.....	179
Lampiran 22 Faktor Demografi Usia	179
Lampiran 23 Faktor Demografi Angkatan Kuliah.....	180
Lampiran 24 Faktor Demografi Fakultas.....	180

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

**HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG
MENERJAKAN SKRIPSI**

Imroatun Azizah

17107010083

INTISARI

Mahasiswa yang mengerjakan skripsi membutuhkan kesejahteraan psikologis karena untuk mengerjakan skripsi yang baik ada keseimbangan antara kemampuan kognitif dan kesejahteraan psikologis. Namun pada kenyataannya ada kondisi dimana mahasiswa mengalami keadaan psikologis yang rendah sehingga memunculkan kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang mengerjakan skripsi dengan jumlah 200 mahasiswa dengan populasi 6.833 mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Data dianalisis melalui *IBM SPSS Statistic 25*. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah teknik korelasi *pearson* dan Analisis Regresi Berganda. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis dengan R sebesar 0,633, sumbangan efektif 40%, dan taraf signifikansi 0,000 ($P < 0,05$) artinya hipotesis dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi religiusitas dan dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya dan sebaliknya. Hasil analisis *pearson* untuk religiusitas dengan kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis yaitu R sebesar 0,560, *sig.* 0,000 ($P < 0,05$) dan sumbangan efektif sebesar 31%. Selanjutnya hasil *pearson* untuk dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis yaitu R sebesar 0,538, *Sig.* 0,000 ($P < 0,05$) dan sumbangan efektif sebesar 29%. Nilai *mean* laki-laki sebesar 158.61 dan nilai *mean* perempuan sebesar 149.168, sehingga diartikan bahwa kesejahteraan psikologis laki-laki lebih tinggi daripada kesejahteraan psikologis perempuan.

Kata Kunci : Dukungan sosial, Kesejahteraan psikologis, Mahasiswa, Religiusitas, Skripsi.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

**THE RELATIONSHIP BETWEEN RELIGIUSITY AND SOCIAL SUPPORT
WITH PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN STUDENTS WHO WORKING
ON THE THESIS**

Imroatun Azizah
17107010083

ABSTRACT

Students working on theses need psychological well-being because to do a good thesis there is a balance between cognitive abilities and psychological well-being. But in reality there are conditions where students experience a low psychological state so that it creates difficulties in working on the thesis. This study aims to determine the relationship between religiosity and social support with psychological well-being in students who are working on thesis. The subjects in this study were students working on theses with a total of 200 students with a population of 6,833 students working on theses. The data was analyzed through IBM SPSS Statistic 25. The data analysis method used in this research is the Pearson correlation technique and Multiple Regression Analysis. The results of multiple regression analysis showed that there was a relationship between religiosity and social support with psychological well-being with an R of 0.633, an effective contribution of 40%, and a significance level of 0.000 ($P < 0.05$), which means that the hypothesis in this study was accepted. The higher the religiosity and social support, the higher the psychological well-being and vice versa. The results of Pearson's analysis for religiosity and psychological well-being show that there is a relationship between religiosity and psychological well-being, namely R of 0.560, sig. 0.000 ($P < 0.05$) and an effective contribution of 31%. Furthermore, Pearson's results for social support and psychological well-being show that there is a relationship between social support and psychological well-being, namely R of 0.538, Sig. 0.000 ($P < 0.05$) and an effective contribution of 29%. The mean value for men is 158.61 and the mean value for women is 149,168, which means that the psychological well-being of men is higher than the psychological well-being of women.

Keywords: Psychological well-being, Religiosity, Social support, Student, Thesis.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah identitas yang diberikan kepada individu yang sedang menjalani pendidikan lanjutan pada perguruan tinggi. Pada akhir masa studi, mahasiswa akan mengerjakan skripsi atau tugas akhir. Skripsi adalah karya ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai syarat akhir pendidikannya. Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis berdasarkan rencana penelitian ilmiah, pelaksanaan, dan hasil penelitian. Skripsi ini membuktikan seberapa jauh kemampuan akademik dari mahasiswa sekaligus sebagai syarat mendapatkan gelar sarjana.

Pembahasan dalam skripsi berkaitan dengan penelitian yang dilakukan sesuai dengan program studi. Skripsi disusun secara individu oleh setiap mahasiswa dengan berbagai judul yang berbeda. Bukan tanpa sebab, hal ini dilakukan supaya mahasiswa mandiri untuk mendapat *problem solving* berdasarkan penelitian yang dilakukan dan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar keterampilan mahasiswa yang dapat digunakan ketika mengerjakan sebuah skripsi. Mengerjakan skripsi haruslah dalam keadaan jiwa yang sehat dan tenang sehingga seseorang dapat maksimal dalam mengerjakan, sehingga pada semester 8 mahasiswa berharap studinya telah selesai.

Namun pada kenyataannya perjalanan seorang mahasiswa terganggu pada saat penyusunan skripsi sehingga membutuhkan waktu dan proses lebih lama yang

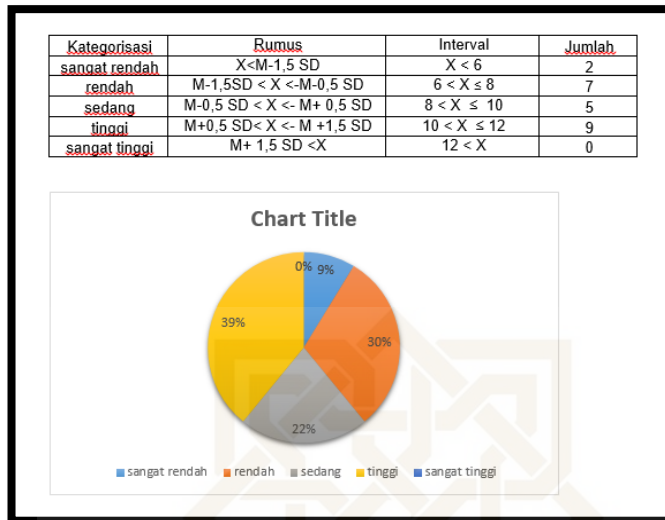
mengakibatkan mahasiswa merasa jenuh dan bosan. Orang tua dari mahasiswa juga berharap supaya anaknya segera lulus dan menjadi sarjana. Hal ini membuat mahasiswa merasa semakin tertekan dan mengakibatkan stress (Kurniasari et al., 2019).

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian dari (Aulia & Panjaitan, 2019) bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir dari fakultas ilmu keperawatan menunjukkan bahwa 77 mahasiswa (71,3%) memiliki tingkat stress sedang. 16 mahasiswa (14,8%) memiliki tingkat stress berat. (Seto et al., 2020) melakukan penelitian yang hasilnya menunjukkan bahwa motivasi mahasiswa pada bagian cukup (66%). Sedangkan stress berada pada tingkatan sedang (77%).

Berdasarkan berita Daton (2020) tentang kasus bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa karena skripsi mahasiswa tersebut kerap ditolak oleh dosen yang mengakibatkan mahasiswa tersebut terlihat murung dan diam. Selain itu berita dari Wawan (S., 2020) juga menjelaskan tentang ditemukannya mahasiswa yang meninggal dikarenakan bunuh diri. Berdasarkan berita yang didapatkan, diperkirakan korban mengambil keputusan tersebut dikarenakan depresi yang diakibatkan adanya masalah keluarga dan kesukaran dalam mengerjakan skripsi.

Peneliti melakukan uji *preliminary* dengan menyebarkan kuesioner kepada 23 mahasiswa tingkat akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang mengerjakan skripsi. Kuesioner ini berupa ungkapan kalimat dengan pilihan jawaban antara “Ya atau Tidak” yang berjumlah 12 pernyataan. Jawaban “Ya” bernilai 1 dan jawaban “Tidak” bernilai 0. Pernyataan yang diajukan tersebut berdasarkan aspek dari kesejahteraan psikologis.

Gambar 1. 1 Diagram Pie Kategorisasi *Pre-limenary*



Berikut hasil uji *preliminary*, yaitu: sejumlah 73,9% dari 100% responden pernah merasa tidak percaya diri apabila bersama dengan teman-temannya. 100% responden merasa pernah menyesali suatu hal. Sebanyak 91,3% responden terkadang merasa mudah khawatir dan bingung. Sejumlah 91,3% responden merasa takut apabila tidak dapat memenuhi harapan orang tua. 91,3% responden merasa sering *overthinking*. Sebanyak 78,3% responden merasa rendah diri. Sejumlah 56,5% kurang terbuka dengan orang lain. Sejumlah 77,3% responden merasa mudah tertekan karena beberapa masalah yang dialami. 56,5% responden sering membutuhkan bantuan dari orang lain. Sebanyak 87% responden merasa belum dapat mengembangkan diri dengan baik. Sejumlah 82,6% responden pernah merasa sensitif apabila ada orang yang bertanya mengenai skripsi. 43,5% responden belum memikirkan hal apa yang akan dilakukan ketika sudah lulus.

Berdasarkan dari studi pendahuluan di atas, diketahui bahwa dari 23 mahasiswa terdapat 2 mahasiswa yang berada pada tingkat kesejahteraan psikologis

sangat rendah dengan persentase 9%. Ada sebanyak 7 mahasiswa yang mengalami rendahnya kesejahteraan psikologis dengan persentase 30%. Mahasiswa yang mengalami kesejahteraan psikologis sedang sebanyak 5 mahasiswa dengan persentase 22%. Sedangkan mahasiswa yang mengalami kesejahteraan psikologis tinggi sebanyak 9 mahasiswa dengan persentase 39%. Dan tidak ada mahasiswa yang mengalami kesejahteraan psikologis sangat tinggi.

Walaupun ada beberapa mahasiswa yang mengalami kesejahteraan psikologis sedang dan tinggi, dari kuesioner yang telah diisi oleh responden didapatkan hasil bahwa mahasiswa mengalami indikator kesejahteraan psikologis yang rendah. Alhasil, didapatkan kesimpulan bahwa beberapa mahasiswa yang mengerjakan skripsi mengalami masalah kesejahteraan psikologis.

Ketika kondisi tersebut dibiarkan maka akan mengarah pada dampak dalam bentuk stress. Stress ini berefek psikologis seperti kesehatan mental yang terganggu, emosi yang tidak stabil, mudah marah, dan dapat menyebabkan depresi. Kesulitan dalam pengerjaan skripsi bisa disebabkan karena proses revisi yang berkali-kali, sulitnya mendapatkan referensi, lamanya revisi dari dosen, waktu yang terbatas, dan sulitnya menemui dosen pembimbing.

Adanya gejala seperti kesulitan tidur, gangguan pada konsentrasi dan daya ingat, perubahan mood, sering gugup dan tersinggung. Selain kondisi fisik dan psikologis stress juga dapat mengganggu akademik sehingga mengakibatkan performa dan hasil kurang maksimal saat ujian atau menyelesaikan tugas akademik (Aulia & Panjaitan, 2019). Mahasiswa berharap dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu tapi kemudian muncul permasalahan yang mengakibatkan

kesejahteraan psikologis menurun sehingga menyebabkan kesulitan tidur. Mahasiswa memiliki harapan menyelesaikan skripsi secepatnya, namun sampai sekarang masih banyak yang belum menyelesaikan studinya. Hal ini dapat menjadi tekanan yang dapat menimbulkan stress.

Selain itu, masalah yang dihadapi mahasiswa berakibat pada psikologisnya. Beberapa masalah psikologis yang dapat muncul, misalkan kecemasan, stress, depresi, dan munculnya keinginan bunuh diri. Dampak lain yang bisa saja terjadi, misalnya: kinerja akademik yang buruk dan kualitas tidur yang kurang baik, penyalahgunaan zat dan penggunaan alkohol, kurangnya kualitas dan kepuasan hidup, hilangnya rasa percaya diri dan resiko gangguan jiwa hingga memicu upaya bunuh diri. Dalam sebuah penelitian terhadap lebih dari 15.000 mahasiswa sarjana, 18% mengatakan mereka berpikir untuk bunuh diri, dan 8% lainnya mengatakan mereka melakukan bunuh diri setidaknya sekali (Aulia & Panjaitan, 2019).

Kesulitan-kesulitan yang dihadapi dapat menyebabkan timbulnya afek negatif, namun juga terdapat kebahagiaan yang didapat oleh individu sebagai afek positif. Efek positifnya adalah perasaan senang, bersemangat, dan berpikir positif. Emosi negatif adalah suatu ketegangan yang merespon emosi yang tidak menyenangkan seperti marah, ketakutan, kecemasan, rasa bersalah, dan penghinaan. Mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah dicirikan dengan sikap ragu, bimbang, bergantung kepada orang lain, mengalami kesulitan membangun hubungan yang baik dengan orang lain, tidak memiliki tujuan hidup, dan kesulitan membuka pengalaman baru. Hal-hal seperti yang telah disebutkan

tadi berdampak pada menurunnya kesejahteraan psikologis mahasiswa (Kurniasari et al., 2019).

Oleh karena itu, pada dasarnya mahasiswa yang mengerjakan skripsi harusnya tidak stress maupun depresi karena akan menghambat proses berpikirnya. Namun tidak sedikit mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri sehingga mampu bangkit untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Kesejahteraan psikologis individu ini membuat seseorang mampu bertahan melawan kesulitan yang dihadapinya.

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan suatu pencapaian terbaik dari potensi yang dimiliki individu. Ryff (1995) bahwa kesejahteraan psikologis ini bersifat multidimensi. Kesejahteraan psikologis mencakup beberapa aspek, diantaranya: 1). Penerimaan diri, 2). Otonomi, 3). Hubungan positif dengan orang lain, 4). Penguasaan lingkungan, 5). Tujuan hidup, dan 6). Pertumbuhan diri (Ramadhani et al., 2016). Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor: internal dan eksternal. Faktor internal, seperti usia, jenis kelamin, kepribadian, dan religiusitas, dll. Sedangkan faktor eksternal meliputi: status sosial ekonomi, budaya, dan dukungan sosial. Selain itu, Ryff dan Singer (Ghonyah & Savira, 2015) Usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan pekerjaan juga merupakan faktor berpengaruh pada kesejahteraan psikologis. Latar belakang budaya, kelas sosial, tingkat ekonomi dan tingkat pendidikan, pernikahan, anak-anak, pola asuh keluarga, kesehatan dan fungsi fisik, serta kepercayaan dan emosi juga menjadi faktor yang mempengaruhi namun dari luar (Amawidyati, 2015).

Teori *Iceberg Model of Health and Illness* dari Travis & Ryan (2004) mengatakan bahwa spiritualitas mempengaruhi perilaku individu, dimana perilaku individu tersebut mempengaruhi kesehatan mental. Salah satu bentuk dari spiritualitas ialah religiusitas (Eva et al., 2020). Religiusitas merupakan suatu penginternalisasian dari nilai agama ke dalam diri seseorang individu. Internalisasi ini meliputi kepercayaan ajaran agama ke dalam hati dan ucapan, kemudian diwujudkan dalam tindakan dan perilaku sehari-hari. Menurut Glock dan Stark (Farid, 2014) terdapat beberapa dimensi religiusitas, diantaranya: dimensi keyakinan ideologis, dimensi praktik agama, dimensi pengalaman religius, dimensi pengetahuan agama, dan dimensi konsekuensi.

Penelitian (Aini Linawati & Ratri Desiningrum, 2017) melakukan penelitian yang hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis. Ketika nilai religiusitas tinggi maka nilai kesejahteraan psikologis juga tinggi. Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara religiusitas, kesejahteraan psikologis, dan kesehatan mental. Ketentuan agama sebagai pembimbing dan pedoman kepada Tuhan dan sesamanya kehidupan sehari-hari. Individu memiliki keyakinan bahwa semua kejadian yang terjadi dalam kehidupan adalah ketentuan yang Tuhan gariskan dan pastinya memiliki makna untuk kehidupan individu tersebut. Tuhan telah memberikan kekuatan, pengetahuan, kelebihan, dan penghayatan agama sebagai pembimbing individu untuk selalu tawakkal dan percaya pada kekuatan diri dengan semua kelebihan dan kekurangan diri. Dengan kesadaran tersebut, individu dengan

religiusitas tinggi akan berikhtiar untuk belajar dan mengembangkan kemampuan yang dimilikinya (Atikasari, 2020).

Aini Linawati & Ratri Desiningrum (2017) melakukan penelitian yang hasilnya adalah religiusitas memiliki dampak langsung terhadap kesejahteraan psikologis. Selaras dengan penelitian dari Harpan (2015) bahwa religiusitas memiliki pengaruh yang penting dalam peningkatan kesejahteraan psikologis pada remaja. Indrawati, (2019) menyatakan bahwa religiusitas berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis pada guru PAUD rawan bencana rob di Pekalongan. Religiusitas ini memberikan efek bahagia terhadap individu. Individu yang rutin melakukan ritual agama berdampak positif bagi kesehatan mentalnya. Orang-orang dengan tingkat agama yang tinggi memiliki pengetahuan dan pengalaman agama yang baik, sehingga mereka selalu memaknai secara positif semua bencana yang mereka alami.

Faktor lain yang sangat penting untuk seorang individu agar terhindar dari stress adalah dukungan sosial. Menurut Cohen & Wills, 1985 (Kurniawan & Eva, 2020) dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang paling mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan berperan menjadi penengah antara individu dengan *stressor*. Sarafino, 2002 (Indriani & Sugiasih, 2016). Dukungan sosial yaitu suatu keadaan nyaman, kehormatan, perhatian, dan pertolongan yang diterima dari individu maupun kelompok dalam bentuk apapun. Dukungan sosial ini menjadi salah satu proses dalam psikologi untuk menjaga perilaku sehat sebagai sebuah kekuatan dari relasi terdekat. Penelitian dari Millisani & Handayani (2019) menunjukkan bahwa antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada

guru honorer SD di UPT DISDIKPORA Pamotan Rembang memiliki hubungan yang positif. Tuhan menciptakan manusia sebagai makhluk sosial. Perhatian, cinta, tenang, damai, dan bantuan dari orang lain sangat dibutuhkan oleh manusia. Ketika dukungan sosial yang didapat tinggi, seseorang akan menjalani hidupnya dengan terampil dan mengatasi sesuatu dengan optimis.

Abdillah et al., (2021) melakukan penelitian yang hasilnya membuktikan adanya hubungan yang substansial antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis. Kurniawan & Eva, (2020) melakukan penelitian yang hasilnya menjelaskan bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau. Dukungan sosial dapat memperbaiki kesejahteraan psikologis. Dalam kaitannya dengan mahasiswa, mahasiswa yang mengalami stress akan merasakan mental yang sehat apabila menerima dukungan sosial. Dukungan sosial pada mahasiswa memiliki manfaat sebagai berikut: membantu menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, meningkatkan adaptasi diri, dan mengatasi masalah. Mahasiswa lebih mendapatkan dukungan sosial dari teman-temannya daripada keluarga. Namun mahasiswa tetap mendapatkan dukungan dari keluarganya. Dukungan sosial yang diterima dari keluarga ini biasanya berupa keuangan dan motivasi (Kurniawan & Eva, 2020).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti mengajukan rumusan masalah “Apakah terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi?”. Mengingat bahwa kedua variabel tersebut memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Ketika mahasiswa memiliki religiusitas yang baik maka dia akan

memiliki ketenangan lebih dalam menghadapi setiap permasalahan yang dihadapi. Mahasiswa yang mengerjakan skripsi juga membutuhkan dukungan sosial yang cukup. Hal tersebut dikarenakan individu merasa dicintai, dihargai, nyaman, dan merasa tidak sendirian. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang membuktikan bahwa religiusitas dan dukungan sosial memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu:

- a. Memperluas dan memperdalam pengetahuan dalam bidang ilmu psikologi tentang hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis.
- b. Memberikan ide-ide di bidang psikologi khususnya tentang kesejahteraan psikologis.
- c. Menjadi bahan referensi dan bahan komparatif bagi civitas akademika khususnya dalam pengembangan psikologi positif dan ilmu lain pada umumnya.

2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini, sebagai berikut:

- a. Bagi mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sehingga dapat digunakan untuk mengembangkan religiusitas dalam diri, saling memberikan dukungan sosial pada sesama, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

- b. Instansi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada institusi pendidikan tentang pentingnya religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

- c. Peneliti dan praktisi psikologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dengan topik yang sama, terutama untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis.

D. Keaslian Penelitian

Berikut beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian mengenai variabel religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis, diantaranya sebagai berikut:

Amawidyati dan Muhana Sofiati (2015) meneliti tentang “Religiusitas dan *Psychological Well-Being* pada Korban Gempa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada korban gempa. Subjeknya ialah korban gempa bumi di desa Timbulharjo, Kecamatan Sewon, Bantul, Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta yang berjumlah 66 orang. 33 laki-laki dan 33 perempuan dengan kisaran usia antara 20-50 tahun. Metode yang digunakan ialah kuantitatif dengan teknik korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dengan *psychological well-being*, yang berarti semakin tinggi skor religiusitas maka semakin tinggi pula *psychological well-being* korban gempa (Amawidyati, 2015).

Aulia dan Ria (2019) melakukan penelitian dengan judul “Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. 108 mahasiswa tingkat akhir FIK UI menjadi subjek penelitian dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Metode analisisnya ialah uji korelasigamma. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan tingkat stress. Apabila kesejahteraan psikologis tinggi, maka tingkat stress mahasiswa tingkat akhir akan rendah. Sebaliknya, apabila kesejahteraan psikologis rendah maka tingkat stress akan tinggi (Aulia & Panjaitan, 2019).

Atikasari (2021) meneliti tentang “Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Dimediasi oleh Kebahagiaan Siswa”. Ada tiga skala yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu *Psychological Well Being Scale (PWBS)*, *The Centrality*

of Religiosity Scale (CRS), dan Oxford Happiness Questionnaire (OHQ). Subjek penelitian berjumlah 235 siswa dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Analisisnya menggunakan teknik *Mediated Multiple Regression (MMRS)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebahagiaan memediasi hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis (Atikasari, 2020).

Setiawan, Nur Eva, dan Sri Andayani (2021) melakukan penelitian “Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Pengajar Bimbingan Belajar Al-Qur’an di Universitas Negeri Malang”. Subjek penelitian berjumlah 88 mahasiswa yang menjadi pengajar bimbingan Al-Qur’an. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis datanya menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana. Data tersebut menjelaskan bahwa ada pengaruh antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang berprofesi sebagai pengajar bimbingan Al-Qur’an dengan sumbangan efektif sebesar 9% (Setiawan et al., 2021).

Hidayati dan Tika (2021) melakukan penelitian dengan judul “Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa”. Sejumlah 100 mahasiswa menjadi sampel pada penelitian ini. Analisis datanya menggunakan teknik regresi linier sederhana. Berdasarkan data yang didapat, ada pengaruh antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa (Malia et al., 2021).

Harpan (2015) melakukan penelitian “Peran Religiusitas dan Optimisme terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja”. Subjek penelitian sejumlah 152 siswa SMUN 1 Turi Sleman. Variabel bebasnya religiusitas dan optimisme. Variabel tergantungnya kesejahteraan psikologis. Teknik pengambilan sampelnya

menggunakan teknik *incidental sampling*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode statistik *Structural Equation Modelling (SEM)* dengan jalur (*paths analysis*). Data penelitian mengungkapkan bahwa terdapat peran langsung antara optimisme dengan kesejahteraan psikologis. Namun tidak ada peran langsung antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. Selain itu, diketahui bahwa optimisme ini tidak bisa memediasi antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis (Harpan, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Dinie Ratri Desiningrum (2015) tentang “Kesejahteraan Psikologis Lansia Janda/Duda Ditinjau dari persepsi terhadap Dukungan Sosial dan Gender” menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara persepsi terhadap dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada lansia. Selain itu, ditemukan juga perbedaan antara persepsi terhadap dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis antara lansia janda dan duda. Lansia janda memiliki persepsi terhadap dukungan sosial dan memiliki kesejahteraan yang lebih tinggi daripada lansia duda. Subjek penelitian berjumlah 112 lansia yang terdiri dari 78 janda dan 34 duda yang merupakan anggota Paguyuban Lansia Sehat PMI Cabang Kota Semarang. Teknik analisisnya menggunakan analisis regresi sederhana dan uji t. (Desiningrum, 2015).

Eva dan Muhammad Bisri (2018) meneliti tentang “Dukungan Sosial, Religiusitas, dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Cerdas Istimewa”. 80 orang menjadi subjek pada penelitian ini. Teknik analisis datanya menggunakan analisis regresi. Data menjelaskan bahwa dukungan sosial tidak berkorelasi dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa cerdas istimewa dikarenakan siswa memiliki

karakter mandiri. Hal tersebut memberikan efek mandiri untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya sendiri. Sedangkan religiusitas memiliki peranan terhadap kesejahteraan psikologis untuk mengatasi masalah yang dihadapinya (Eva & Bisri, 2018).

Vania & Kartika (2014) meneliti tentang “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being Caregiver* Penderita Gangguan Skizofrenia”. 60 orang menjadi subjek dengan teknik *quota sampling* dalam pengambilannya. Teknik analisisnya menggunakan analisis regresi linier sederhana. Data menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada *caregiver* penderita gangguan skizofrenia. Pengaruhnya sebesar 33,5% dibanding dengan dukungan informasional, emosional, dan penghargaan, serta dukungan instrumental (Vania, 2014).

Triana Indrawati (2017) melakukan penelitian “Peranan Kecerdasan Emosi dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMP Terbuka di Cirebon”. Subjeknya ialah 100 siswa SMP Terbuka di Cirebon. Analisis datanya menggunakan analisis regresi ganda. Data pada penelitian ini menjelaskan adanya hubungan positif dari kecerdasan emosi dan dukungan sosial dengan peningkatan kesejahteraan psikologis pada siswa SMP Terbuka dengan persentase 58,6% (Indrawati, 2017).

Hardjo & Eryanti Novita (2015) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-Being* pada Remaja Korban *Sexual Abuse*”. Subjek berjumlah 32 orang. Variabel bebasnya ialah dukungan sosial dan variabel tergantungnya ialah kesejahteraan psikologis. Teknik analisa yang digunakan ialah

korelasi *pearson product moment*. Data menunjukkan adanya hubungan positif dari dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada remaja korban kekerasan seksual (Hardjo & Novita, 2015).

Berdasarkan pembahasan beberapa penelitian di atas, ada beberapa perbedaan dari penelitian yang akan dilakukan. Perbedaan tersebut dapat dilihat pada topik penelitian, variabel penelitian, teori penelitian, alat ukur, dan subjek penelitian. Di bawah ini akan dijelaskan lebih detail tentang perbedaan pada penelitian ini dengan beberapa penelitian sebelumnya, diantaranya sebagai berikut:

1. Keaslian Topik Penelitian

Penelitian ini menggunakan tiga variabel yaitu religiusitas, dukungan sosial, dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, ada satu penelitian yang dilakukan oleh Nur Eva et al., 2020. Variabel yang digunakan sama, namun ada perbedaan yaitu pada penelitian yang dilakukan oleh Nur Eva et al., 2020 religiusitas berperan sebagai variabel moderator.

2. Keaslian Teori Penelitian

Ada tiga teori yang digunakan, teori religiusitas mengacu pada teori religiusitas dari Hill & Hodd, teori dukungan sosial mengacu pada teori dukungan sosial dari Sarafino & Smith (2011) dan teori kesejahteraan sosial mengacu pada teori dari teori kesejahteraan psikologis dari Ryff (1989). Teori-teori tersebut sudah pernah digunakan pada penelitian sebelumnya.

3. Keaslian Alat Ukur Penelitian

Alat ukur penelitian disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang dipaparkan oleh Ryff, dan aspek-aspek religiusitas dijabarkan oleh Hill dan Hodd, sedangkan aspek-aspek dukungan sosial menggunakan teori yang dijelaskan oleh Sarafino.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir UIN Sunan Kalijaga yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, belum ada yang menggunakan subjek mahasiswa tingkat akhir UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan ketiga variabel tersebut.

Berdasarkan penjabaran di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, kredibilitas penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima dengan nilai korelasi 0,633 dan nilai *sig.* 0,000 ($p < 0,05$) kontribusi efektif sebesar 40%. Kedua hipotesis minor dalam penelitian ini diterima dengan nilai korelasi (r) antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis sebesar 0,560 dan nilai *sig.* 0,000 ($p < 0,05$). Kontribusi efektif sebesar 31,3%. Nilai korelasi (r) antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis sebesar 0,538 yang merupakan nilai *sig.* 0,000 ($p < 0,05$). Kontribusi efektif sebesar 29%. Nilai rata-rata untuk pria adalah 158.61 dan nilai rata-rata wanita sebesar 149.168, sehingga diartikan bahwa kesejahteraan psikologis laki-laki lebih tinggi daripada kesejahteraan psikologis perempuan. Pada faktor demografi usia, nilai *mean* tertinggi (161.63) didapat oleh mahasiswa dengan usia 25 tahun dan nilai *mean* terendah (121.00) didapat oleh mahasiswa dengan usia 26 tahun. Pada angkatan kuliah juga ditemukan nilai tertinggi ada pada angkatan kuliah 2016 sebesar 158.40, dan nilai terendah ada pada angkatan kuliah 2015 sebesar 149.50. Sedangkan pada faktor demografi, didapatkan hasil bahwa nilai kesejahteraan psikologis tertinggi ada pada mahasiswa FUPI (158.58) dan nilai kesejahteraan terendah (144.81) didapatkan pada mahasiswa fakultas FADIB (144.81).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan di atas, maka peneliti menyarankan beberapa saran , antara lain:

1. Bagi Mahasiswa yang mengerjakan skripsi

Diharapkan mahasiswa untuk lebih meningkatkan religiusitas yang akan berpengaruh pada peningkatan kesejahteraan psikologis yang ada. Selain meningkatkan religiusitas, mahasiswa juga perlu mempererat komunikasi dan interaksi dengan keluarga, sahabat, maupun rekan kerja yang akan meningkatkan dukungan sosial dan berdampak pada kesejahteraan psikologis.

2. Pihak instansi pendidikan

Diharapkan pihak instansi pendidikan untuk mengadakan kegiatan keagamaan guna meningkatkan religiusitas pada diri mahasiswa, khususnya untuk mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Pihak Universitas, maupun Fakultas untuk mengadakan kegiatan kebersamaan guna meningkatkan rasa solidaritas dan dukungan terhadap para mahasiswa.

3. Penelitian selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti berikutnya yang tertarik dengan topik yang sama untuk meneliti lebih lanjut faktor-faktor lain dari variabel tergantung dan menambahkan faktor-faktor demografi untuk memperkaya hasil penelitian, serta memperhatikan kekurangan dari penulis agar dapat dijadikan evaluasi untuk kedepan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, M., Prihartanti, N., & Purwandari, E. (2021). Model Hubungan Religiositas dan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Melalui Mediasi Strategi Koping. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 12(2), 139–155. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v12i2.2205>
- Adhyatman Prabowo. (2016). Kesejahteraan Psikologis Remaja di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(2)(2301–8267), 246–260.
- Aini Linawati, R., & Ratri Desiningrum, D. (2017). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Siswa Smp Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati, Agustus*, 7(3), 105–109.
- Aisyah, A., & Chisol, R. (2020). Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Sekolah Dasar. *Proyeksi*, 13(2), 109. <https://doi.org/10.30659/jp.13.2.109-122>
- Amawidyati, S. A. G. (2015). Religiusitas dan Psychological Well-Being pada Korban Gempa. *Psikologi*, 34(0215–8884), 164–176.
- Amir ac, Y., Rini Lesmawati Psikologi, D., Psikologi, F., & Muhammadiyah Hamka Kementerian Sosial, U. R. (2016). Religiusitas Dan Spiritualitas: Konsep Yang Sama Atau Berbeda? *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 2(2), 67–73.
- Ancok, D., & Suroso, F. N. (2011). *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Atikasari, F. et al. (2020). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Dimediasi Oleh Kebahagiaan Siswa. *Jurnal Ilmiah Psikomuda Connectedness*, 1(Tis 14), 15–27.
- Augustinus Supratiknya. (2014). *Pengukuran Psikologis*. Universitas Sanata Dharma. <http://repository.usd.ac.id/id/eprint/12882>
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134>
- Azalia, L., Muna, L. N., & Rusdi, A. (2018). Kesejahteraan Psikologis Pada Jemaah Pengajian Ditinjau Dari Religiusitas dan Hubbun Dunya. *Psikologis Islami*, 4 (1), 35–44.
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strength*. Bronner Routledge.
- Damar Aditama. (2017). Hubungan Antara Spiritualitas dan Stres Pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Pendidikan Islam El Tarbawi*, 10

- (2)(1979998–5), 39–62.
<https://doi.org/https://doi.org/10.20885/tarbawi.vol10.iss2.art4>
- Daton, Z. D. (2020). *Mahasiswa Gantung Diri di Samarinda, Diduga Depresi Kuliah 7 Tahun Tak Lulus, Skripsi Sering Ditolak Dosen*.
<https://regional.kompas.com/read/2020/07/12/19122501/mahasiswa-gantung-diri-di-samarinda-diduga-depresi-kuliah-7-tahun-tak-lulus?page=all>
- Desiningrum, D. R. (2015). Kesejahteraan Psikologis Lansia Janda/Duda Ditinjau dari Persepsi Terhadap Dukungan Sosial dan Gender. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 102–106. <https://doi.org/10.14710/jpu.13.2.102-201>
- Eva, N., & Bisri, M. (2018). Dukungan sosial, Religiusitas, dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Cerdas Istimewa. *Proseding Seminar Nasional Klinis, 1996*, 101. <http://fppsi.um.ac.id/wp-content/uploads/2018/12/12.-Nur-eva.pdf>
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 122–131. <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Farid, M. (2014). *Religiusitas , Kontrol Diri Dan Kenakalan Remaja*. 3(02), 126–129.
- Ghonyah, Z., & Savira, S. I. (2015). Gambaran Psychological Well Being pada Perempuan yang Memiliki Anak Down Syndrome Gambaran Psychological Well Being pada Perempuan yang Memiliki Anak Down Syndrome Siti Ina Savira. *Character*, 3(2), 1–8.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. UNDIP.
- Hardjo, S., & Novita, E. (2015). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Remaja Korban Sexual Abuse. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 7(1), 12–19.
- Harpan, A. (2015). Peran Religiusitas dan Optimisme terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 1–18. <http://journal.uad.ac.id/index.php/EMPATHY/article/view/3198>
- Hauser, R. M., Springer, K. W., & Pudrovskaya, T. (2005). *Temporal Structures of Psychological Well-Being: Continuity or Change?*
https://www.researchgate.net/publication/251607608_Temporal_Structures_of_Psychological_Well-Being_Continuity_or_Change
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>

- Indrawati, T. (2017). Peranan Kecerdasan Emosi dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMP Terbuka di Cirebon. *Edukasia Islamika*, 2(1), 70.
- Indrawati, T. (2019). Pengaruh Resiliensi dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Guru di PAUD Rawan Bencana ROB. *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 71–82.
<https://doi.org/10.24042/ajipaud.v2i2.5226>
- Indriani, D., & Sugiasih, I. (2016). Dukungan Sosial Dan Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawati Pt . Sc Enterprises Semarang. *Jurnal Proyeksi*, 11(1), 46–54.
- Johana Purba, Aries Yulianto, E. W. (2007). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pada Guru. *Psikologi*, 5 (1), 77–87.
- Kumalasari, F., Pengajar, S., & Psikologi, F. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan Latifah Nur Ahyani*. 1(1).
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58.
- Kurniawan, S. R., & Eva, N. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call Paper*, 152–162.
- Kusumoardhani, R. P. A., Suseno, M. N., Muslimin, Z. I., Izzah, I., & Julianto, V. (2019). *Panduan Penyusunan Skripsi Prodi Psikologi* (E. S. Kusumaputri & D. Apriliawati (eds.); p. 76). Fakultas Ilmu Sosial dan humaniora.
- Leslie, S. G., Aaker, J., & Robin, C. (2010). The Psychology of Happiness. *E-Journal of Stanford*, 1–14.
- Loewenthal, K. (2006). *Religion, Culture and Mental Health*. Cambridge University Press.
- Malia, B., Hidayati, R., & Fadhilah, T. N. (2021). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa. *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences*, 2(3), 197–210. <https://ejournal.iai-tribakti.ac.id/index.php/IJHSS>
- Margono. (2004). *Metode Penelitian Pendidikan*. Rineka Cipta.
- Maslihah, S. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa Smpit Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 103–114.
<https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.103-114>

- Miftahun Ni"mah Suseno. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi Untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Ash-Shaff.
- Millisani, F., & Handayani, A. (2019). Hubungan antara Rasa Syukur dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Guru Honorer Sekolah Dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pamotan Kabupaten Rembang. *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula 2*, 045, 267–276.
- Nasikhah, D., & Prihastuti, D. (2013). Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Perilaku Kenakalan Remaja Pada Masa Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 2(2), 69–72.
- Paisak, T. F. (2012). *Tuhan dalam Otak Manusia: Mewujudkan Kesehatan Spiritual Berdasarkan Neurosains*. Mizan.
- Prasetyanti, A., & Indriana, Y. (2016). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kecenderungan Post Power Syndrome. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*, 5(2), 241–245.
- Ramadhani, T., Djunaedi, & S, A. S. (2016). Hubungan Kepuasan Kerja Dengan Kesejahtere. *Mediapsi*, 12(1), 1–10.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719–727.
- S., J. H. W. (2020). *Diduga Stres Skripsi, Mahasiswa Yogya Tewas Bunuh Diri dalam Kos*. <https://news.detik.com/berita-jawa-tengah/d-4880262/diduga-stres-skripsi-mahasiswa-yogya-tewas-bunuh-diri-dalam-kos>
- Saifuddin Azwar. (2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Belajar.
- Setiawan, M. S., Eva, N., & Andayani, S. (2021). Religiusitas Dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Pengajar Bimbingan Belajar Al-Qur'an Di Universitas Negeri Malang. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 6(1), 94. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v6i1.8999>
- Seto, S. B., Wondo, M. T. S., & Mei, M. F. (2020). Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi). *Jurnal Basicedu*, 4(3), 733–739. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.431>
- Shinta Kumala Samputri, H. S. (2015). Dukungan Sosial dan Subjective Well-Being Pada Tenaga Kerja Wanita PT. Arni Family Ungaran. *Empati*, 4(4), 208–216. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2015.14321>
- Sugiono. (2013). *Metode Penelitian Manajemen*. Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. PT Rineka Cipta.

- Tanujaya, W. (2014). Hubungan Kepuasan Kerja Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being): Studi Pada Karyawan Cleaner yang Menerima Gaji Tidak Sesuai Standar UMP di PT. Sinergi Integra Services, Jakarta. *Psikologi Media Ilmiah Psikologi*, 12 (2), 67–79.
- Vania, I. W. (2014). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well Being Caregiver Penderita Gangguan Skizofrenia. *Empati*, 3(4), 266–278.
<https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2014.7580>
- Wahidmurni. (2017). *Pemaparan Metode Penelitian Kuantitatif*.

