

**HUBUNGAN HARAPAN DAN RELIGIUSITAS PADA KESEJAHTERAAN
SUBJEKTIF MAHASISWA SANTRI DI YOGYAKARTA**



Oleh:

Rizma Kumala Dewi

NIM: 22200011131

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
TESIS
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Master of Arts (M.A.)

Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam

YOGYAKARTA

2024



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-697/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2024

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Harapan dan Religiusitas pada Kesejahteraan Subjektif Mahasiswasantri di Yogyakarta

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RIZMA KUMALA DEWI, S.Psi
 Nomor Induk Mahasiswa : 22200011131
 Telah diujikan pada : Rabu, 26 Juni 2024
 Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Suhadi, S.Ag., M.A.
SIGNED

Valid ID: 66b4b64e6c7f0



Penguji II

Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 66ac8b49eb573



Penguji III

Prof. Dr. Hj. Nurjannah, M.Si.
SIGNED

Valid ID: 66a6fdbec68edd



Yogyakarta, 26 Juni 2024
 UIN Sunan Kalijaga
 Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 66b5bb15cd6fb

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Rizma Kumala Dewi
NIM : 22200011131
Jenjang : Magister (S2)
Prodi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian – bagian yang dirujuk sumbernya

Yogyakarta, 31 Mei 2024

Saya yang menyatakan,



Rizma Kumala Dewi

NIM. 22200011131

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Rizma Kumala Dewi
NIM : 22200011131
Jenjang : Magister (S2)
Prodi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar – benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku

Yogyakarta, 31 Mei 2024

Saya yang menyatakan

STATE ISLAMIC U
SUNAN KA
YOGYAKARTA



Rizma Kumala Dewi

NIM. 2200011131

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kpd Yth
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamualiikum wr.wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul

HUBUNGAN HARAPAN DAN RELIGIUSITAS PADA KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF MAHASISWA SANTRI DI YOGYAKARTA

Studi di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Prodi Psikologi Pendidikan Islam
Yang ditulis oleh

Nama : Rizma Kumala Dewi
NIM : 22200011131
Jenjang : Magister (S2)
Prodi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Master of Arts.

Wassalamualikum wr.wb

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 31 Mei 2024

Pembimbing,



Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi.,M,Si

NIP 19750514 200501 2 004

ABSTRAK

Harapan dan religiusitas pada mahasiswa santri menjadi faktor penting dan berpengaruh bagi kesejahteraan hidup mereka. Harapan dapat memotivasi mahasiswa untuk fokus pada tujuan yang ingin mereka capai, dan religiusitas dapat menumbuhkan keyakinan pada Tuhan serta mengarahkan pada perilaku positif yang keduanya dapat berpengaruh pada kesejahteraan subjektif mereka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan hubungan harapan dan religiusitas pada kesejahteraan subjektif mahasiswa santri.

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif, dengan jumlah sampel sebanyak 334 orang. Sampel dipilih melalui *cluster random sampling* dengan kriteria dewasa awal atau berusia 18 – 25 tahun, berstatus sebagai mahasiswa sekaligus santri di Daerah Istimewa Yogyakarta. Instrumen yang digunakan adalah skala harapan dan religiusitas yang dikembangkan oleh peneliti, sedangkan skala kesejahteraan subjektif, yaitu *life satisfaction* dan *positive and negative affect scale* (PANAS) menggunakan skala asli yang telah diterjemahkan oleh peneliti. Pengambilan data dilakukan dengan bantuan *Google Form* melalui *WhatsApp* dan dilakukan secara offline dengan membagikan angket secara langsung. Pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis regresi linier berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara harapan dan religiusitas pada kesejahteraan subjektif mahasiswa santri. Variabel independen secara bersamaan memberikan pengaruh sebesar 40,2% pada variabel dependen. Hasil hipotesis selanjutnya menunjukkan bahwa kedua variabel independen secara parsial (individu) memberikan pengaruh pada variabel dependen, yaitu adanya hubungan antara harapan dan kesejahteraan subjektif serta adanya hubungan religiusitas dengan kesejahteraan subjektif. Harapan memiliki dua aspek penting dalam hal pencapaian tujuan yang tidak dimiliki oleh religiusitas, yaitu pengembangan perencanaan dan kemampuan memotivasi diri, yang mana membuat harapan lebih besar dalam memberikan pengaruh pada kesejahteraan subjektif.

Kata Kunci : *Harapan, Religiusitas, Kesejahteraan Subjektif*

ABSTRACT

Hope and religiosity in santri students are important and influential factors for their well-being. Hope can motivate santri students to focus on the goals they want to achieve, and religiosity can foster belief in God and direct positive behavior, both of which can affect their subjective well-being. The purpose of this research is to describe the relationship between hope and religiosity on the subjective well-being of santri students.

The research was conducted using quantitative methods, with a total sample of 334 people. The samples were selected through cluster random sampling with the criteria of early adulthood or aged 18-25 years, status as students as well as santri in the Special Region of Yogyakarta. The instruments used were the hope and religiosity scales developed by the researcher. In contrast, the subjective well-being scale, namely life satisfaction and positive and negative affect scale (PANAS) used the original scale that had been translated by the researcher. Data was collected with the help of Google Forms via WhatsApp and carried out online by distributing questionnaires directly. Hypothesis testing is done with multiple linear regression analysis.

The results showed that there is a significant and positive relationship between hope and religiosity on the subjective well-being of santri students. The independent variables simultaneously exert an influence of 40.2% on the dependent variable. The results of the next hypothesis show that the two independent variables partially (individually) influence the dependent variable, namely the relationship between hope and subjective well-being and the relationship between religiosity with subjective well-being. Hope has two important aspects in terms of achieving goals that religiosity does not have, namely the development of planning and the ability to motivate oneself, which makes hope greater in influencing subjective well-being.

Keywords: Hope, Religiosity, Subjective Well-being

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrahim. Segala puji bagi Allah SWT atas segala berkah, rahmat dan hidayah-Nya, yang telah memberikan kasih sayang, kesehatan serta kekuatan kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan tugas akhir tesis yang berjudul “Hubungan Harapan dan Religiusitas pada Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Santri” sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Magister (S2) Program Pascasarjana Prodi *Interdisciplinary Islamic Studies* Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kaljaga, Yogyakarta

Selama pengerjaan tesis tentu terdapat beberapa hambatan dan juga kendala yang pada akhirnya tetap dapat dilalui oleh penulis dengan bantuan dan bimbingan dari banyak pihak baik secara moral atau spiritual. Untuk itu pada kesempatan ini penulis hendak mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu penyusunan tesis ini:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag, selaku Direktur Pascasarjana
3. Dr. Nina Mariani Noor, M.A. selaku ketua Prodi Magister *Interdisciplinary Islamic Studies*, Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si. Selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia membimbing, mendorong, memberikan motivasi dan meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dari awal hingga penyelesaian penelitian ini

5. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji Utama yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Bapak Idham Supama dan Ibu Maslakahatuddiniyah, orangtuaku yang tidak pernah berhenti mendoakan, memotivasi dan memberikan kasih sayang di setiap waktu, akan kelancaran segala proses dan memberikan dukungan moral dan finansial selama melakukan Tugas Akhir Tesis ini
7. Teman-teman kelas PsiPi 20222 tercinta, dan khususnya Ayu, Faid dan Hasna yang telah memberikan semangat dan dukungan selama proses penyusunan Tugas Akhir Tesis
8. Seluruh responden yang telah bersedia terlibat pada penelitian ini

Akhir kata, semoga Tugas Akhir Tesis ini dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi pendidikan islam dan memberikan manfaat bagi seluruh pihak yang membaca

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 31 Mei 2024
Penulis,

Rizma Kumala Dewi
NIM. 222000111

DAFTAR ISI

SURAT PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakanag	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian	12
D. Kajian Pustaka.....	13
E. Kerangka Teoretis	17
F. Hipotesis	45
G. Metode Penelitian	46
H. Sistematika Pembahasan	65
BAB II GAMBARAN UMUM SUBJEK PENELITIAN	67
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	67
B. Deskripsi Subjek Penelitian.....	70
BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN.....	73
A. Keabsahan Data	73
B. Analisis Deskriptif	81
C. Uji Asumsi Klasik	85
D. Uji Hipotesis	88
E. Pembahasan	93

BAB IV PENUTUP	110
A. Kesimpulan	110
B. Saran	111
DAFTAR PUSTAKA.....	113
LAMPIRAN – LAMPIRAN	121
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	145



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Perbedaan dengan Penelitian Terdahulu	17
Tabel 1. 2 Populasi Penelitian	48
Tabel 1. 3 Sempel Penelitian	49
Tabel 1. 4 Jenis Pernyataan Kuesioner	51
Tabel 1. 5 Kisi – Kisi Skala Harapan.....	52
Tabel 1. 6 Kisi – Kisi Skala Religiusitas	54
Tabel 1. 7 Kisi – Kisi Skala Life Satisfaction	55
Tabel 1. 8 Kisi – Kisi Skala Panas	56
Tabel 1. 9 Hasil Nilai Cronbach’s Alpha.....	58
 Tabel 2. 1 Jenis Kelamin.....	 71
Tabel 2. 2 Usia Subjek	71
Tabel 2. 3 Jumlah Santri dan Jumlah Subjek.....	72
 Tabel 3. 1 Hasil Aiken V Skala Harapan.....	 74
Tabel 3. 2 Hasil Aiken V Skala Religiusitas	75
Tabel 3. 3 Hasil Aiken V Skala SWLS.....	75
Tabel 3. 4 Hasil Aiken V Skala Panas	76
Tabel 3. 5 Hasil Reliabilitas Skala Harapan.....	79
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Religiusitas	79
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala SWLS	80
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Skala PANAS	80

Tabel 3. 9 Pengkatagorian Tingkat Skala	81
Tabel 3. 10 Hasil Uji Normalitas.....	85
Tabel 3. 11 Hasil Uji Multikolinearitas	86
Tabel 3. 12 Hasil Uji Heteroskedastisitas	87
Tabel 3. 13 Hasil Koefisien Determinasi.....	88
Tabel 3.14 Hasil Anova Uji F.....	89
Tabel 3.15 Hasil Koefisien Uji t.....	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 1 Bagan kerangka berfikir.....	45
Gambar 3. 1 Kategor Skalai Harapan	82
Gambar 3. 2 Kategori Skala Religiusitas.....	83
Gambar 3. 3 Kategori Skala Kesejahteraan Subjektif.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Keabsahan Data	122
Lampiran 2 Skala Penelitian.....	128
Lampiran 3 Data Hasil Penelitian	136
Lampiran 4 Hasil Uji Deskriptif.....	139
Lampiran 5 Uji Asumsi Klasik	142
Lampiran 6 Uji Regresi Linier Berganda.....	144



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
 YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Semua manusia yang berkehidupan pasti menginginkan hidup yang baik, sehat serta bahagia. Salah satu komponen dari hidup yang baik termuat dalam kesejahteraan subjektif. Dijelaskan oleh Park bahwa kesejahteraan subjektif telah lama dianggap sebagai komponen inti dari sebuah hidup yang baik (*good of life*).¹ Artinya konsep kesejahteraan subjektif ini akan memberikan kontribusi yang baik pada individu yang menjalani hidup. Kesejahteraan subjektif atau dalam bahasa Inggris disebut dengan *subjektif well-being* (SWB) adalah konsep yang mencakup tingginya kepuasan hidup, rendahnya perasaan negatif dan tingginya perasaan positif.²

Meskipun menjalani hidup yang baik menjadi keinginan semua orang, pada kenyataannya tingkat kesejahteraan subjektif pada tiap individu akan berbeda-beda. Ada yang memiliki kesejahteraan subjektif tinggi dan ada juga sebaliknya yang memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah. Adanya hal tersebut dikarenakan kesejahteraan subjektif memiliki beberapa faktor-faktor

¹ Nansoon Park, "The role subjective well-being in positive youth development", *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, vol 591, no 1 (2004): 25

² Ed Diener & Chan, "Happy people live longer; subjective well-being contributes to health and longevity", *Applied Psychology: Health and WellBeing*. No 3/ 1 (2011): 1- 43

yang dapat mempengaruhinya. Antara lain: harga diri, kognitif, harapan, kepribadian, makna hidup, dan relasi positif dengan orang lain.³

Pada teori yang dijelaskan oleh Myers & Diener, Individu dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif tinggi apabila mereka memiliki perasaan yang penuh bahagia, sangat puas dengan hidupnya dan memiliki tingkat penyakit yang rendah. Sedangkan individu dengan kesejahteraan subjektif yang rendah cenderung menganggap rendah hidupnya, serta memandang suatu peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan, sehingga memunculkan emosi-emosi yang tidak menyenangkan seperti marah, cemas, stress hingga depresi.⁴ Dari hal tersebut maka kesejahteraan subjektif penting untuk dimiliki setiap individu agar tercipta kebahagiaan, kepuasan akan hidup dan sehat fisik maupun mental.

Salah satunya kesejahteraan subjektif yang harus dimiliki oleh mahasiswa santri. Secara dialektika mahasiswa santri atau mahasantri adalah penggambaran makna entitas yang berbeda yaitu sebagai mahasiswa disatu pihak dan dipihak lain sebagai santri di pesantren.⁵ Pada umumnya mahasiswa santri berusia 18 – 25 tahun, atau setara dengan masa dewasa awal. Sebagaimana dikatakan oleh Arnett bahwa kemunculan dewasa awal sebagai periode

³ Compton & Hoffman, *Positive psychology: The science of happiness and flourishing*, (2nd ed), (Belmont CA: Wadsworth, 2013).

⁴ David Myers & Ed Diener. "Who is happy?." *Psychological science* 6.1 (1995): 10-19.

⁵ Suhermanto, "Ambivalensi Perilaku Mahasiswa Santri Dalam Era Globalisasi", *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, vol 4, no 2 (2017)

perkembangan antara remaja dan dewasa yang berada direntang usia 18 – 25 tahun, dan ditandai dengan meningkatnya individualisasi.⁶ Dalam periode ini individu dihadapkan pada berbagai macam perubahan yang terjadi dalam hidupnya, seperti mulai menerima tanggung jawab untuk diri sendiri atau membuat keputusan secara *independent*.⁷ Perubahan – perubahan yang terjadi ini akan akan mengganggu mereka dalam memahami situasi sehingga menyebabkan perubahan dalam bagaimana mereka membangun serta mencapai tujuan hidupnya.

Secara umum mahasiswa yang merantau lebih banyak memilih bertempat tinggal dengan sedikit aturan, seperti di kos-kosan atau kontrakan. Tidak semua mahasiswa ingin dan sanggup tinggal di pesantren karena kewajiban dan kegiatannya yang tidak bisa dianggap ringan, serta masih terikatnya dengan kegiatan dan kewajiban studinya di kampus. Mahasantri juga memiliki tekanan yang lebih banyak karena menjalani dua peran sekaligus. Hal ini dapat menjadi stressor bagi mahasantri, yang mengakibatkan mereka rawan mengalami emosi – emosi negatif atau sakit secara fisik. Kondisi tersebut dapat mengakibatkan mahasantri kehilangan semangatnya untuk mencapai tujuan dan menyebabkan perasaan tidak puas dan tidak bahagia atas hidupnya. Dari hal tersebut maka

⁶ Arnett, *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the Twenties*, 2nd ed, (NewYork: Oxford, 2014).

⁷ Alandete, Joaquín., Martínez, Eva Rosa., Nohales, Pilar Sellés., & Lozano, Beatriz Soucase, “Meaning in Life and Psychological Well-Being in Spanish Emerging Adults,” *Acta colomb psicolog*, vol 21, no 1, (2018): 196-205

perlunya kesejahteraan subjektif yang harus mereka miliki agar tercipta hidup yang bahagia, dan sejahtera.

Namun, pada kenyataannya masih ditemukan mahasiswa santri (yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif rendah. Sebagaimana penelitian rendahnya kesejahteraan subjektif oleh Ehrlich dan Isaacowitz, menyebutkan bahwa terdapat kecenderungan rendahnya tingkat kepuasan hidup pada orang – orang muda.⁸ Diperkuat juga oleh penelitian Vaez, Kristenson, & Laflamme⁹ dan Khairani, bahwa mahasiswa memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah daripada orang dewasa pada populasi umum.¹⁰ Pada ranah pesantren masih dijumpai juga permasalahan psikologis yang terjadi pada santri, yaitu pada penelitian Wuri & Dini menemukan bahwa mahasiswa santri mengalami beberapa perasaan/ emosi negatif seperti merasa tidak bahagia, takut, khawatir, cemas , serta merasa lelah dan jenuh yang dapat memicu stres pada santri.¹¹

Penelitiannya menunjukan sebuah presentase bahwa, hampir setengah mahasiswa yang tinggal di Pondok Pesantren mengalami masalah kesehatan jiwa (46,1%). Adapun masalah kesehatan jiwa tertinggi yang dialami

⁸ Hrllich & Isaacowitz 2002 “Does subjektif well-being increase with age?” <http://www.bespin.stwing.upenn.edu/~upsych/perspective/2002/ehrllich.pdf>, Diakses tanggal 29 November 2023

⁹ Vaez, Marjan, Margareta Kristenson, and Lucie Laflamme. "Perceived quality of life and self-rated health among first-year university students." *Social indicators research* 68 (2004): 221-234.

¹⁰ Ayu Khairani, *Hubungan dukungan sosial dengan subjective well being pada mahasiswa yang bekerja*. Universitas Islam Negeri Sultan Sarif Kasim Riau, 2014.

¹¹ Wuri Emi, dan Dini. "Gambaran Masalah Kesehatan Jiwa Mahasiswi Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Al Husna Summersari Jember."

mahasiswa santri adalah gejala penurunan energi seperti mudah lelah, pada gejala cemas yaitu merasa cemas, tegang, khawatir, pada gejala kognitif yaitu sulit untuk berpikir jernih, pada gejala somatik yaitu mengalami rasa tidak enak diperut; dan pada gejala depresi yaitu kehilangan minat pada berbagai hal.¹² Permasalahan dan kondisi yang dialami tersebut merupakan karakteristik/ ciri – diri individu yang memiliki kesejahteraan subjektif rendah. Dengan begitu diketahui bahwa terdapat adanya permasalahan terkait rendahnya tingkat kesejahteraan subjektif yang dimiliki oleh mahasiswa santri.

Meskipun pada penelitian Wuri & Dini menunjukkan adanya permasalahan pada mahasantri, ia menunjukan sebuah presentase bahwa pada sebagian mahasiswa santri tidak mengalami masalah kesehatan jiwa (53,9%).¹³ Artinya beberapa mahasantri mampu dan berhasil mengatasi permasalahan - permasalahan dalam hidupnya serta dapat berupaya meningkatkan kesejahteraan subjektif yang mereka miliki. Untuk mengatasi permasalahan terkait rendahnya kesejahteraan subjektif yang dimiliki mahasantri, diperlukan adanya aspek positif yang dapat memicu tumbuhnya kesejahteraan subjektif.

Salah satu aspek yang berperan dalam meningkatkan kesehatan dan memiliki hubungan positif terhadap kesejahteraan psikologis dan kesehatan fisik adalah harapan.¹⁴ Ia juga mengungkapkan bahwa harapan merupakan

¹² Wuri W, Emi, dan K. Dini. "Gambaran Masalah...

¹³ Ibid,,,

¹⁴ William Compton, and Edward Hoffman. *Positive psychology: The science of happiness and flourishing*. (Sage Publications, 2019).

salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif. Penelitian Kirmani, dkk¹⁵; sulistiowati & Izzaty¹⁶ menyebutkan bahwa adanya hubungan positif antara harapan dengan kesejahteraan subjektif. Dikuatkan oleh E, Oishi S, & Lucas RE, bahwa harapan merupakan konstruk penting yang memprediksi beberapa aspek kesejahteraan subjektif.¹⁷ Dipastikan juga bahwa harapan merupakan faktor pelindung yang penting bagi kesejahteraan subjektif.¹⁸

Harapan atau dalam bahasa inggris *Hope*, merupakan kemampuan untuk merencanakan jalan keluar dalam mencapai tujuan meskipun terdapat rintangan didalamnya, serta menjadikan motivasi sebagai cara dalam mencapai tujuan.¹⁹ Teori *hope* ini dimulai dengan melihat tujuan sebagai komponen utama yang mendorong perilaku manusia.²⁰ Harapan memiliki dua aspek penting yaitu, agensi (*agency*) suatu proses pemikiran disertai motivasi untuk mendapatkan tujuan, dan pathways cara - cara yang dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut. Penelitian Arnett; Schmid, Phelps dan Lerner menjelaskan bahwa individu yang memiliki harapan positif pada masa depannya, secara optimal

¹⁵ Kirmani, Mustafa Nadeem, et al. "Hope, resilience and subjective well-being among college going adolescent girls." *International Journal of Humanities & Social Science Studies* 2.1 (2015): 262-270.

¹⁶ Nabhillah Diah Sulistyowati, and Rita Eka Izzaty. "Hope dan Subjective Well-Being pada Remaja yang Pernah Menjadi Korban Bullying." *Acta Psychologia* 3.2 (2021): 105-110.

¹⁷ Diener, Shigehiro Oishi, and Richard E. Lucas. "Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life." *Annual review of psychology* 54.1 (2003): 403-425.

¹⁸ Quan, Peng, et al. "Mediation role of hope between self-efficacy and subjective well-being." (2016): 390-391.

¹⁹ Charles Richard Snyder & Lopez, *Positive psychology in scientific and practical exploration of human strength*, (London: Sage Publication, 2007).

²⁰ Snyder & Richard. *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. (Academic press, 2000).

akan berkembang dan dapat melewati masa transisi yang baik ke tahap dewasa, sehingga seseorang akan terus berusaha dengan sebaik mungkin untuk terus meraih harapannya.^{21 22}

Harapan penting dimiliki oleh mahasiswa mengingat mereka memiliki tugas ganda yang harus diselesaikan yaitu sebagai mahasiswa di kampus dan sebagai santri di pondok pesantren, yang mana pasti menginginkan keduanya berhasil, tercapai tujuan menjadi mahasiswa dan tujuan menjadi santri. Jika *hope* tidak muncul pada diri mereka maka akan terjadi *hopeless* pada mahasiswa, dimana salah satu atau kedua tujuannya tidak akan tercapai, yaitu seperti keluar dari pesantren atau tidak menyelesaikan perkuliahannya.

Selain Harapan, salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif adalah religiusitas.²³ Beberapa penelitian yang telah melihat adanya hubungan positif antara religiusitas dengan kesejahteraan subjektif adalah penelitian Diener, Tay & Myers,²⁴; Harley & Hunn,²⁵; Lucette dkk,²⁶; Khairudin

²¹ Arnett, J.J., "Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties", *American Psychologist*, Vol 55 no 5 (2000): 469-480.

²² Schmid, Kristina L., Erin Phelps, and Richard M. Lerner. "Constructing positive futures: Modeling the relationship between adolescents' hopeful future expectations and intentional self regulation in predicting positive youth development." *Journal of adolescence* 34.6 (2011): 1127-1135

²³ Diener, Ed, and Katherine Ryan. "Subjective well-being: A general overview." *South African journal of psychology* 39.4 (2009): 391-406.

²⁴ Diener, Ed, Louis Tay, and David G. Myers. "The religion paradox: If religion makes people happy, why are so many dropping out?." *Journal of personality and social psychology* 101.6 (2011): 1278.

²⁵ Harley, Dana, and Vanessa Hunn. "Utilization of photovoice to explore hope and spirituality among low-income African American adolescents." *Child and Adolescent Social Work Journal* 32 (2015): 3-15.

²⁶ Lucette, Aurelie, et al. "Spirituality and religiousness are associated with fewer depressive symptoms in individuals with medical conditions." *Psychosomatics* 57.5 (2016): 505-513.

& Mukhlis,²⁷; dan penelitian Depi.²⁸ Religiusitas merujuk pada pemikiran dan keyakinan seseorang dalam memandang dunia sehingga menghasilkan perilaku dan pengalaman yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Keyakinan dan praktik perilaku tersebut biasanya terdapat dalam suatu kelembagaan dan terfokus pada komunitas agama.²⁹ Sebagaimana yang terjadi dalam pondok pesantren, sehingga adanya religiusitas ini dipilih salah satu halnya karena berhubungan dengan peranan anggota yang terlibat didalamnya (pondok pesantren yang merupakan salah satu lembaga dengan ajaran, praktik keagamaan) yaitu santri.

Religiusitas ini erat kaitannya dengan keyakinan dan penghormatan pada Tuhan, serta keikutsertaannya dalam kegiatan yang berkaitan dengan keimanan seperti menjalankan ibadah dan ikut dalam kegiatan sosial dalam komunitas agama.³⁰ Religiusitas dalam islam menekankan dua hal penting, yaitu keyakinan terhadap agama dan perilaku yang menggambarkan agama tersebut.³¹ Keyakinan agama terbukti mempunyai implikasi penting terhadap kemampuan individu dalam mengatasi kesulitan, yang pada masanya

²⁷ Khairudin dan Mukhlis "Peran religiusitas dan dukungan sosial terhadap subjective well-being pada remaja." *Jurnal Psikologi* 15.1 (2019): 85-96.

²⁸ Rifa Ulva Depi. *Hubungan Religiusitas Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Santri Pondok Pesantren Di Madrasah Aliyah Swasta Darul Ulum Banda Aceh*. Diss. UIN AR-RANIRY, 2020.

²⁹ Del Rio, Carlos M., and Lyle J. White. "Separating spirituality from religiosity: A hylomorphic attitudinal perspective." *Psychology of Religion and Spirituality* 4.2 (2012): 123.

³⁰ Santrock, John W. *Essentials of Life-span Development: PSYCH 112 Padgett*. McGraw-Hill Education, 2015.

³¹ Abdel-Khalek, Ahmed M. "Quality of life, subjective well-being, and religiosity in Muslim college students." *Quality of life research* 19 (2010): 1133-1143.

mempunyai kaitan positif terhadap kesehatan fisik dan mental.³² Begitupula dengan keaktifan dalam kegiatan religiusitas, seperti pada keikutsertaan individu dalam kegiatan keagamaan akan memberikan pengaruh pada kesejahteraannya.³³ Kegiatan religius ini menjadi strategi kedua untuk mempertahankan dan mendukung sebuah harapan.³⁴ Harapan juga menjadi salah satu faktor yang sangat menonjol dalam konteks agama, dimana harapan ini merupakan komponen integral dari keimanan manusia. Agama telah terbukti memfasilitasi peranan harapan terhadap masa depan.³⁵

Tidak ada keraguan bahwa religiusitas mempengaruhi kesejahteraan dan kesehatan mental, serta mempengaruhi kesehatan fisik individu dan kemampuan mereka untuk mengatasi permasalahan sehari-hari. Dari beberapa pernyataan diatas disimpulkan bahwa religiusitas dipilih dalam penelitian ini karena berkaitan positif dengan kesehatan fisik dan psikis, kebahagiaan, kepuasan hidup dan mampu mengatasi kesulitan/masalah, yang mana komponen tersebut akan memberikan kesejahteraan subjektif bagi individu.

Telah dipaparkan bahwa harapan dan religiusitas merupakan faktor penting dan berpengaruh bagi perjalanan hidup mahasantri dalam mencapai

³² McGill, J. S., and P. B. Paul. "Functional status and hope in elderly people with and without cancer." *Oncology Nursing Forum*. Vol. 20. No. 8. 1993.

³³ Abdel-Khalek, Ahmed M. "Quality of life, subjective well-being...,1133-1143

³⁴ Weil, Coleen M. "Exploring hope in patients with end stage renal disease on chronic hemodialysis." *Nephrology Nursing Journal* 27.2 (2000): 219.

³⁵ DiPierro, Moneika, Paula J. Fite, and Michelle Johnson-Motoyama. "The role of religion and spirituality in the association between hope and anxiety in a sample of Latino youth." *Child & Youth Care Forum*. Vol. 47. Springer US, 2018.

tujuan dan masa depannya. Harapan dapat memunculkan motivasi untuk meraih cita-cita dan masa depan yang baik, sehingga akan terbentuk pola pikir untuk merencanakan apa saja yang akan dilakukan dalam mencapai tujuan. Harapan juga dapat membantu mahasantri dalam mengatasi stres akademik maupun stress akibat tugas dari pesantren. Begitupula dengan adanya religiusitas, mahasantri dapat terhindar dari berbagai tindakan-tindakan negatif yang cenderung keluar dari norma kehidupan sehari-hari, yang mana akan membuat mahasantri lebih banyak melakukan kegiatan – kegiatan positif yang nantinya berdampak baik bagi kesejahteraan hidupnya.

Oleh karena itu penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara harapan dan religiusitas terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa santri. Dimana nantinya dapat memberi gambaran pada mahasantri bahwa meskipun mereka memiliki kewajiban, tugas, tanggung jawab, dan kesibukan yang padat sebagai mahasiswa dan juga santri, religiusitas, harapan dan kesejahteraan subjektif masih dapat dimiliki/ diraih sekalipun sedang dalam kondisi yang sulit dan tertekan.

Fokus penelitian ini adalah religiusitas dan harapan dari mahasantri karena ketika seorang mahasantri memiliki harapan dan religiusitas maka akan mempengaruhi kesejahteraan subjektifnya. Hal ini sejalan dengan penelitian Ciarrocchi, Dy-Liacco, & Deneke bahwa harapan, religiusitas dan kesejahteraan subjektif mengacu pada kepuasan hidup, kebahagiaan dan sejauh mana seseorang merasakan hal positif, serta ditandai dengan rendahnya tingkat

neurotisme atau pengalaman negatif.³⁶ Namun, hingga saat ini masih sangat sedikit studi-studi yang mengaitkan antara harapan religiusitas dan kesejahteraan subjektif mahasiswa santri.

Berdasarkan peranan mahasiswa santri yang berpotensi menimbulkan masalah fisik maupun psikologis, serta memunculkan *hopeless* pada salah satu atau kedua tujuannya (menjadi santri dan mahasiswa), harapan dan religiusitas menjadi faktor penting yang akan membantu permasalahan tersebut karena dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif para mahasiswa santri. Dari hal ini peneliti tertarik untuk meneliti adakah hubungan antara harapan dan religiusitas dengan kesejahteraan mahasiswa santri?

Penelitian ini juga penting untuk dikaji karena akan menjelaskan bagaimana religiusitas dan harapan menjadi salah satu faktor penting yang berpengaruh dan dibutuhkan dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa santri. Selain itu sejauh penelusuran peneliti belum ditemukan artikel penelitian yang serupa, sehingga adanya urgensi untuk melakukan penelitian dengan topik ini yang nantinya dapat menambah artikel ilmiah dengan topik harapan, religiusitas dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa santri.

³⁶ Joseph W. Ciarrocchi, Gabriel S. Dy-Liacco, and Erin Deneke. "Gods or rituals? Relational faith, spiritual discontent, and religious practices as predictors of hope and optimism." *The Journal of Positive Psychology* 3.2 (2008): 120-136

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah dalam penelitian ini didapatkan rumusan masalah berupa apakah terdapat hubungan antara harapan dan religiusitas pada kesejahteraan subjektif mahasiswa santri. Selain itu pada harapan dan religiusitas secara (parsial) individu apakah memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif mahasiswasantri

C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

Tujuan utama yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan harapan dan religiusitas pada kesejahteraan subjektif mahasiswa santri. Lebih rincinya penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan harapan dan religiusitas dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa santri
2. Untuk mengetahui sejauh mana hubungan harapan dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa santri
3. Untuk mengetahui sejauh mana hubungan religiusitas dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa santri.

Adapun Signifikansi dari penelitian ini adalah diharapkan hasil penelitian dapat menjadi sumber informasi, ilmu pengetahuan dan acuan dalam mengembangkan penelitian atau pengetahuan dibidang psikologi pada umumnya dan psikologi pendidikan islam pada khususnya mengenai kesejahteraan subjektif mahasantri dan faktor - faktor yang mendukungnya, khusunya terkait harapan dan

religiusitas. Penelitian juga dapat memberikan pengetahuan, informasi baru terkait besaran/ tingkat hubungan antara harapan, religiusitas dan kesejahteraan subjektif mahasiswa, mengingat masih sedikit penelitian dengan kajian ini. Sedangkan untuk para pembaca khususnya mahasiswa, Informasi dari penelitian ini dapat memberikan gambaran bahwa meskipun mahasiswa dengan peran gandanya, kesibukan serta tanggung jawabnya yang banyak, kesejahteraan subjektif masih tetap dapat diperoleh. Tentu dengan beberapa hal yang telah dijelaskan dalam penelitian. Dengan begitu tidak ada keraguan bagi mahasiswa yang ingin sekolah sambil *nyantri*.

D. Kajian Pustaka

Kajian pustaka dimaksudkan sebagai salah satu kebutuhan ilmiah untuk memberikan kejelasan terkait informasi yang digunakan melalui khazanah kepustakaan, yang relevan dengan tema yang terkait. Digunakan juga untuk menemukan posisi penulisan yang hendak dilakukan, serta dapat melengkapi temuan penelitian sebelumnya. Dengan ini penulis melakukan pencarian dan penelusuran dari berbagai penelitian terdahulu. Beberapa hasil penelitian yang relevan akan dikaji dan dijelaskan oleh peneliti dengan ringkasan sebagai berikut:

1. Penelitian Nell & Rothmann melakukan penelitian dengan judul *Hope, religiosity, and subjective well-being* pada 430 mahasiswa Afrika Selatan

dan anggota keluarga mereka.³⁷ Tujuan dari penelitian tersebut adalah untuk menguji harapan sebagai mediator antara religiusitas dan kesejahteraan subjektif. Mengeksplorasi hubungan antara religiusitas, harapan, dan kesejahteraan subjektif dengan menerapkan pemodelan persamaan struktural untuk menguji dampak langsung religiusitas terhadap harapan, serta dampak tidak langsung religiusitas terhadap kepuasan hidup, efek positif, dan efek negatif melalui harapan sebagai mediator.

Hasil penelitian menemukan harapan (aspek agensi) memediasi hubungan antara religiusitas dan kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif. Religiusitas memprediksi secara positif pada kesejahteraan subjektif melalui harapan (agensi) sehingga peningkatan harapan memprediksi tingkat kepuasan hidup dan afek positif yang lebih tinggi serta berkurangnya tingkat afek negatif. Temuan ini memberikan dukungan terhadap temuan Chang, dkk bahwa harapan memediasi hubungan antara agama dan gejala depresi, dan juga memberikan beberapa bukti bahwa harapan yang terkait dengan religiusitas dikaitkan dengan hasil kesehatan mental yang positif.³⁸

³⁷ Werner Nell, and Sebastiaan Rothmann. "Hope, religiosity, and subjective well-being." *Journal of Psychology in Africa* 28.4 (2018): 253-260.

³⁸ Chang, Edward C., et al. "Relations of religiosity and spirituality with depressive symptoms in primary care adults: Evidence for hope agency and pathway as mediators." *The Journal of Positive Psychology* 8.4 (2013): 314-321.

Temuan kedua yaitu menunjukkan bahwa religiusitas secara positif berhubungan dengan harapan (aspek jalur). Namun hal ini berbeda dengan harapan (aspek agensi) bahwa, harapan (aspek jalur) tidak bertindak kuat sebagai prediktor dari komponen apa pun yang terkait dengan kesejahteraan subjektif.

Kesimpulan ini mendukung temuan Ciarrocchi et al.,³⁹ dan Ai dkk.,⁴⁰ bahwa religiusitas merupakan prediktor yang kuat terhadap harapan agensi, namun merupakan prediktor harapan jalur yang relatif lemah.

2. Pahlevan Sharif et al., melakukan penelitian tentang *Attachment: the mediating role of hope, religiosity, and life satisfaction in older adults*.⁴¹

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif, melibatkan 504 dewasa lanjut usia asal Iran dari provinsi Qazvin. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara gaya keterikatan dan harapan, religiusitas, dan kepuasan hidup.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model mediasi yang menguji hubungan langsung antara keterikatan, harapan, religiusitas, dan kepuasan hidup menunjukkan adanya hubungan positif antara keterikatan erat dan religiusitas, hubungan negatif antara keterikatan kecemasan dan

³⁹ Joseph W. Ciarrocchi, Gabriel S. Dy-Liacco, and Erin Deneke. "Gods or rituals? Relational faith, spiritual discontent, and religious practices as predictors of hope and optimism." *The Journal of Positive Psychology* 3.2 (2008): 120-136

⁴⁰ Ai, Amy L., et al. "Faith-based and secular pathways to hope and optimism subconstructs in middle-aged and older cardiac patients." *Journal of Health Psychology* 9.3 (2004): 435-450.

⁴¹ Pahlevan Sharif, Saeed, et al. "Attachment: the mediating role of hope, religiosity, and life satisfaction in older adults." *Health and Quality of Life Outcomes* 19.1 (2021): 1-10.

religiusitas. Religiusitas berhubungan positif dengan dan harapan berhubungan dengan kepuasan hidup. Religiusitas dan harapan memediasi hubungan antara keterikatan yang erat dan keterikatan kecemasan dengan kepuasan hidup. Lebih khusus lagi, meskipun religiusitas dan harapan sepenuhnya memediasi hubungan antara keterikatan erat dan kepuasan hidup, keduanya memediasi sebagian hubungan keterikatan kecemasan dengan kepuasan hidup.

3. Khairudin & Mukhlis melakukan penelitian tentang Peran Religiusitas dan Dukungan Sosial terhadap SWB pada Remaja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial pada kesejahteraan subjektif remaja, dan melibatkan 200 responden.⁴²

Hasil menunjukkan bahwa terdapat korelasi signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan SWB pada remaja dengan sig sebesar 0,016..

Secara terpisah, religiusitas dan SWB pada remaja menunjukkan hubungan yang sig sebesar $p = 0,005$. Sementara itu, dukungan sosial dan SWB pada remaja juga menunjukkan hubungan yang sig sebesar $p = 0,022$.

4. Penelitian Sulistyowati & Izzaty meneliti tentang hubungan harapan dengan kesejahteraan subjektif pada korban perundungan. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jumlah sampel 131 orang. Pada hasil

⁴² Khairudin dan Mukhlis "Peran religiusitas dan dukungan sosial terhadap subjective well-being pada remaja." *Jurnal Psikologi* 15.1 (2019): 85-96

menjelaskan adanya korelasi positif antara *hope* dan SWB dengan sig 0.001.⁴³ Menjelaskan bahwa, jika *hope* meningkat maka SWB nya juga akan meningkat, begitupula sebaliknya.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dijelaskan, terdapat adanya perbedaan dari penelitian ini dengan penelitian sebelumnya, diantaranya :

Perbedaan	Penelitian ini	Nell & Rothmann, 2018)	(Khairudin & Mukhlis, 2019)	Ahlevan Sharif et al., (2021	Sulistyowati & Izzaty (2021)
Subjek	Mahasiswa santri	Mahasiswa & orang tuanya	Remaja	Lansia	Remaja korban perundungan
Variabel	Harapan (x1), religiusitas (x2), SWB (y)	Harapan (mediator), religiusitas (x2), SWB (y)	religiusitas (x1), dukungan sosial (x2), SWB (y)	Keterikatan (var moderat) Harapan (x1), religiusitas (x2), kepuasan hidup (x3)	Harapan (x1) SWB (y)

Tabel 1. 1 Perbedaan Dengan Penelitian Terdahulu

E. Kerangka Teoretis

1. Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Santri

a. Definisi Kesejahteraan Subjektif

Kesejahteraan subjektif atau dalam bahasa inggris disebut dengan *subjektif well-being* adalah suatu penilaian terhaap diri sendiri baik positif maupun negatif tentang kehidupan yang telah individu jalani. Penilaian

⁴³ Nabhilla Diah Sulistyowati, and Rita Eka Izzaty. "Hope dan Subjective Well-Being pada Remaja yang Pernah Menjadi Korban Bullying." *Acta Psychologia* 3.2 (2021): 105-110.

subjektif meliputi dimensi kognitif dan afektif.⁴⁴ Dijelaskan lebih lanjut bahwa SWB (*subjektif well-being*) mengacu pada bagaimana orang merasakan dan menilai kehidupan mereka, berdasarkan dua komponen: SWB kognitif (penilaian kognitif kepuasan hidup) dan SWB afektif (adanya pengaruh positif dan tidak adanya pengaruh negatif).^{45 46}

Diener dalam Snyder & Lopez mendefinisikan kesejahteraan subjektif sebagai gabungan dari afek negatif yang rendah, afek positif yang tinggi, dan kepuasan hidup secara menyeluruh.⁴⁷ Diperjelas kembali oleh Diener & Chan bahwa kesejahteraan subjektif adalah konsep yang mencakup kepuasan hidup yang tinggi, rendahnya perasaan negatif dan tingginya perasaan positif⁴⁸ Kesejahteraan subjektif merupakan perasaan subjektif dalam diri individu dari adanya perasaan bahagia, kepuasan akan hidup, rasa memiliki, prestasi tinggi dan jauh dari tekanan.

Dari pengertian diatas maka disimpulkan bahwa kesejahteraan subjektif adalah suatu penilaian oleh individu terhadap kehidupannya yang mencakup kepuasan hidup, emosi negatif dan emosi positif yang dialaminya secara

⁴⁴ Kim-Prieto, Chu, et al. "Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being." *Journal of happiness Studies* 6 (2005): 261-300.

⁴⁵ Diener, Lucas, & Smith, 'Subjective well-being: Three decades of progress', *Psychological Bulletin*, 125(2) (1999): 276-302.

⁴⁶ Wojciekoski, Carla. "A relação entre Personalidade e Eventos de Vida e as suas contribuições para o Bem-estar Subjetivo." (2012).

⁴⁷ Pendapat Diener dalam Snyder, dan Lopez, 'Positive psychology in scientific and practical exploration of human strength.' (2007).

⁴⁸ Diener, Ed, and Micaela Y. Chan. "Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity." *Applied Psychology: Health and Well-Being* 3.1 (2011): 1-43.

subjektif. Pengertian ini mengacu pada Diner & Chan sebagaimana SWB didefinisikan dengan jelas dan singkat yaitu suatu konsep dengan tingginya kepuasan hidup, rendahnya perasaan negatif dan tingginya perasaan positif.

b. Mahasiswa Santri

Secara dialektika mahasiswa santri atau mahasantri adalah penggambaran makna entitas yang berbeda yaitu sebagai mahasiswa disatu pihak dan dipihak lain sebagai santri di pesantren.⁴⁹ Mahasiswa adalah sebutan bagi individu yang sedang menempuh Pendidikan di sebuah perguruan tinggi, seperti halnya universitas, akademi, sekolah tinggi, dll. Mahasiswa santri sendiri merupakan sebutan bagi seorang mahasiswa yang memilih bertempat tinggal di pondok pesantren untuk menimba ilmu dan memperdalam agama untuk mengembangkan potensi selain di bangku perkuliahan.

Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan non formal dengan ajaran/ praktik keagamaan yang telah diakui memberikan kontribusi positif bagi perkembangan anak. Pondok pesantren khusus untuk mahasiswa, sering disebut PPM (Pondok Pesantren Mahasiswa) atau Pesma (Pesantren Mahasiswa).

Pada umumnya mahasiswa santri berusia 18 – 25 tahun, atau setara dengan masa dewasa awal. Mahasiswa santri memiliki peran ganda sekaligus yaitu sebagai mahasiswa dengan tanggung jawab dan tugas – tugasnya di

⁴⁹ Suhermanto, “Ambivalensi Perilaku Mahasiswa Santri Dalam Era Globalisasi”, *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, vol 4, no 2 (2017)

bangku perkuliahan dan sebagai santri yang mana mereka memiliki kewajiban untuk mengikuti aturan – aturan dan kegiatan – kegiatan yang ada di pesantren.

c. Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Santri

Kesejahteraan subjektif mahasiswa santri dapat merujuk pada persepsi dan pengalaman individu terkait kebahagiaan, kepuasan hidup, dan kualitas hidup yang mereka rasakan dalam konteks pendidikan dan kehidupan sehari-hari di lingkungan pesantren. Hal ini melibatkan aspek emosional, sosial, dan spiritual yang mempengaruhi bagaimana mahasiswa santri menilai keadaan hidup mereka.^{50 51} Disebutkan oleh Diener & Ryan, bahwa salah satu faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan subjektif adalah agama.⁵² Ditemui juga dalam penelitian Diener et al; Harlay & Hun; Lucette et al; dan Khairudin, bahwa religiusitas telah terbukti memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif.^{53 54 55 56}

⁵⁰ Ryff, Carol D., and Corey Lee M. Keyes. "The structure of psychological well-being revisited." *Journal of personality and social psychology* 69.4 (1995): 719.

⁵¹ Diener, Ed. "Subjective well-being." *Psychological bulletin* 95.3 (1984): 542.

⁵² Diener, Ed, ed. *The science of well-being: The collected works of Ed Diener*. Vol. 37. Springer Science & Business Media, 2009.

⁵³ Diener, Ed, Louis Tay, and David G. Myers. "The religion paradox: If religion makes people happy, why are so many dropping out?." *Journal of personality and social psychology* 101.6 (2011): 1278.

⁵⁴ Harley, Dana, and Vanessa Hunn. "Utilization of photovoice to explore hope and spirituality among low-income African American adolescents." *Child and Adolescent Social Work Journal* 32 (2015): 3-15.

⁵⁵ Lucette, Aurelie, et al. "Spirituality and religiousness are associated with fewer depressive symptoms in individuals with medical conditions." *Psychosomatics* 57.5 (2016): 505-513.

⁵⁶ Khairudin dan Mukhlis "Peran religiusitas dan dukungan sosial terhadap subjective wellbeing pada remaja." *Jurnal Psikologi* 15.1 (2019): 85-96.

Sebagaimana yang telah dipaparkan diatas terkait definisi kesejahteraan subjektif dan mahasiswa santri, peneliti daapt menyimpulkan bahwa kesejahteraan subjektif mahasiswa santri adalah penelitian mahasantri akan perjalanan hidupnya hingga saat ini yang mencakup akan kepuasan hidup, emosi positif dan negatif yang dirasakan. Argyle menyebutkan bahwa kepuasan hidup merupakan kesejahteraan subjektif karena bersifat subjektif sesuai dengan penilaian individu tersebut.⁵⁷

Pada kepuasan hidup, menurut Suryadi menyebut bahwa kepuasan hidup diperoleh ketika apa yang diharapkan dapat tercapai dan menjadi sebuah penilaian yang positif bagi individu, dan untuk mencapai suatu harapan tersebut maka dibutuhkan usaha yang tekun dan konsisten. Salah satu aspek yang berperan dalam pencapaian sebuah tujuan adalah harapan, dimana dalam harapan ini termuat komponen *agency* (energi yang mengarah pada tujuan), dan *pathway* (perencanaan/ usaha - usaha untuk mencapai tujuan. Disebutkan pula bahwa harapan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif.⁵⁸

Salah satu ciri kesejahteraan subjektif yang tinggi adalah apabila emosi positif lebih tinggi dari pada emosi negatif. Dalam hal ini tentu mahasantri perlu mengelola emosi mereka dengan baik, agar emosi positif lebih mendominasi

⁵⁷ Argyle, Michael. *The psychology of happiness*. Routledge, 2013.

⁵⁸ Compton, and Edward Hoffman, *Positive psychology: The science of happiness and flourishing*, (Sage Publications, 2019)

dan tercipta kebahagiaan dan kesejahteraan subjektif. Mahasantri yang dominan memiliki emosi positif akan lebih sehat secara fisik dan mental, mahasantri dapat mengatasi tekanan sehari-hari, stres akademik dan stressor lainnya yang terjadi di kehidupan mereka. Sebagaimana yang disampaikan oleh Barni, bahwa emosi positif dapat mengarahkan seseorang pada perilaku yang membawa kedamaian dan kesejahteraan sebagai hamba Allah.⁵⁹

d. Aspek - aspek Kesejahteraan Subjektif

Diener menyebutkan bahwa kesejahteraan subjektif memiliki dua aspek, yaitu⁶⁰:

1. Aspek Kognitif

Aspek kognitif berkaitan dengan evaluasi kognitif/ penilaian secara sadar terhadap kepuasan hidup seseorang secara khusus dan menyeluruh. Diener, dkk menyebutkan beberapa indikator dari kepuasan hidup, yaitu: kepuasan pada kehidupan di masa lalu, masa sekarang dan masa depan, kepuasan hidup yang meliputi pemikiran terhadap orang terdekat, serta keinginan untuk merubah hidup. Kepuasan hidup adalah hasil dari perbandingan pada peristiwa yang dialami seseorang dengan harapan dan keinginannya. Beberapa hal yang diukur pada kepuasan hidup, mencakup pekerjaan, kesehatan, lingkungan rumah, pengasuhan dan keuangan.

⁵⁹ Barni, Mahyuddin. "Emosi Manusia dalam Al-Qur'an Perspektif Pendidikan." Antasari Press Banjarmasin (2014): 125

⁶⁰ Diener, "Assessing subjective well-being: Progress and opportunities." *Social indicators research* 31 (1994): 103-157.

2. Aspek afektif

Aspek ini merupakan evaluasi yang diikuti dengan perasaan dan emosi, seperti frekuensi yang dirasakan seseorang pada suasana hatinya, menyenangkan atau tidak menyenangkan sebagai suatu reaksi terhadap kehidupan mereka. Aspek afektif ini terbagi menjadi dua, yaitu:

1) Afek Positif

Afek positif adalah emosi menyenangkan yang dirasakan individu sebagai respon yang muncul akibat harapan yang sesuai dengan kenyataan hidupnya. Emosi positif/ menyenangkan ini adalah bagian dari kesejahteraan subjektif karena emosi-emosi ini merefleksikan respon seseorang terhadap peristiwa-peristiwa hidup yang telah terjadi sama dengan apa yang diinginkannya. Afek positif dapat berupa perasaan senang, bahagia, puas, perasaan penuh gairah dan bangga. Pengukuran kepuasan hidup dapat diukur dengan skala *Life Satisfaction* milik Diener et.al

2) Afek Negatif

Afek negatif adalah emosi yang tidak menyenangkan yang dirasakan individu sebagai respon yang muncul akibat ketidaksesuaian harapan dengan kenyataan yang terjadi dikehidupannya. Perasaan/ emosi tidak menyenangkan ini menggambarkan respon negatif bagi seseorang sebagai reaksinya terhadap kehidupan, keadaan, kesehatan dan peristiwa yang dialami. Individu yang merasakan emosi negatif menganggap dirinya tidak menyenangkan dan tidak diinginkan. Beberapa indikator yang meliputi afek

negative adalah perasaan iri, tertekan, marah, muram, sedih, cemas, perasaan bersalah, penyesalan, dan sebagainya.⁶¹ Afek positif dan negative ini dapat diukur dengan skala PANAS (*Positif and Negative Affect Schedule*) milik Watson, Clark dan Tellegan dengan tujuan mengukur afek positif dan negatif individu dalam rentang waktu tertentu.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat dua aspek kesejahteraan subjektif, yaitu afek positif dan negatif

e. Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif

Menurut Compton & Hofman kesejahteraan subjektif dipengaruhi oleh beberapa faktor,⁶² diantaranya:

1) Harga diri

Branden mendefinisikan harga diri sebagai kecenderungan individu dalam memandang dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi rintangan dalam kehidupannya. Sifat harga diri yang dimiliki seseorang akan cenderung menetap.⁶³ Seseorang dengan harga diri yang tinggi memiliki sikap yang berani dalam mengambil resiko, rasa percaya diri yang tinggi, dan kemampuan pemecahan masalah yang baik. sedangkan seseorang dengan harga diri yang rendah lebih merasa takut akan pengalaman baru, sering khawatir, sensitive

⁶¹ Diener, Ed. "Assessing subjective well-being

⁶² Compton, and Edward Hoffman, *Positive psychology: The science of happiness and flourishing*, (Sage Publications, 2019).

⁶³ Nathaniel Branden *The power of self-esteem*. (New York: Bantam book, 1992)

terhadap kritik, ingin terus membahagiakan orang lain, sering menyembunyikan perasaan yang sebenarnya dan mudah depresi.

2) Kognitif

Tingginya kesejahteraan subjektif seseorang dipengaruhi oleh bagaimana cara seseorang dalam memahami/ mengartikan kejadian yang menimpanya. Individu yang melihat masa depan secara positif akan merasa lebih bahagia dan puas akan hidupnya, sehingga disimpulkan bahwa kebahagiaan menjadi nilai kepercayaan yang mengarahkan harapan dan interpretasi realistik.⁶⁴

3) Kepribadian

Kepribadian adalah salah satu faktor yang paling konsisten dan kuat bagi kesejahteraan subjektif. Terdapat dua sifat kepribadian yang berkaitan dengan kesejahteraan subjektif yaitu ekstreversion dan (afek positif) neuroticism (efek negatif).⁶⁵

4) Harapan

Harapan adalah faktor penting dalam meningkatkan kesehatan dan memiliki kaitan dengan kesejahteraan psikologis serta kesehatan fisik. Seseorang yang memiliki harapan di masa depannya akan merasa lebih bahagia dan mengalami kepuasan hidup.⁶⁶

⁶⁴ Robinson & Kirkeby dalam William Compton, and Edward Hoffman. *Positive psychology: The science of happiness and flourishing*. Sage Publications, 2019

⁶⁵ Diener, Ed, Shigehiro Oishi, and Richard E. Lucas. "Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life." *Annual review of psychology* 54.1 (2003): 403

⁶⁶ Pernyataan Carver dkk; Rand & Cheavens; Seligman dalam William Compton, and Edward Hoffman. *Positive psychology: The science of happiness and flourishing*. (Sage Publications, 2019).

5) Makna Hidup

Penelitian Steger, Oishi & Khasdan dalam Compton dan Hoftman menyebutkan bahwa makna hidup menjadi salah satu komponen penting bagi kesejahteraan subjektif. Seseorang yang memiliki makna hidup akan merasakan lebih banyak perasaan positif dan hidupnya lebih berarti/bermakna, yang nantinya dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan subjektif seseorang.⁶⁷

6) Hubungan Positif dengan Orang Lain

Relasi sosial yang kita bangun dengan orang lain memiliki kaitan dengan kesehatan fisik yang lebih tinggi dan lebih baik, hanya sedikit masalah psikologis, keberhasilan dalam coping, dan harga diri yang tinggi. Diener dkk; Myers dalam Compton & Hoftman menyebutkan bahwa hubungan sosial menjadi faktor yang paling konsisten berhubungan dengan kesejahteraan subjektif.⁶⁸

2. *Hope* (Harapan)

a. Definisi Harapan

Hope, diterjemahkan dalam bahasa Indonesia berarti harapan. Dalam bahasa arab, harapan memiliki arti *roja'* yang berarti berharap bahwa Tuhan

⁶⁷ Compton, and Edward Hoffman. *Positive psychology...*,

⁶⁸ Ibid,,,

Allah akan mengabulkan hal yang menjadi harapan/ tujuannya.⁶⁹ Dalam konsep tradisional, harapan dikonseptualisasikan dalam ilmu sosial dengan berbagai cara, seperti kepercayaan dasar,⁷⁰ respon terkondisi,⁷¹ dan harapan sebuah tujuan.⁷² Diperjelas oleh Vinueza-Solórzano et al., bahwa secara tradisional, harapan dicirikan sebagai emosi atau kognisi berdasarkan berbagai landasan epistemologis, seperti konstruksionisme sosial, model perilaku, atau teori emosi yang diarahkan pada tujuan yang menghubungkan keinginan dengan harapan penuh optimis.⁷³ Artinya bahwa harapan merupakan kognisi efektif yang terjadi melalui interaksi antara harapan dan keinginan yang melatarbelakanginya.

Snyder menyebutkan bahwa, teori harapan dimulai dengan melihat tujuan (*goal*) sebagai komponen utama yang mendorong perilaku manusia.⁷⁴ Kemudian mendefinisikan Harapan sebagai sikap kognitif individu yang didasarkan pada rasa keberhasilan, yang dicapai secara timbal balik dalam dua cara, yaitu melalui jalur (*pathway*) yang diciptakan oleh individu untuk mencapai tujuan, dan melalui agen (*agency*), yang mengacu pada kemampuan seseorang untuk memulai dan melakukan cara – cara dalam mencapai tujuan disepanjang jalur

⁶⁹ Nugroho Arief Setiawan, and Alfia Zahrotu Milati. "Hubungan Antara Harapan Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Yang Mengalami Toxic Relationship." *ANFUSINA: Journal of Psychology* 5.1 (2022): 13-24.

⁷⁰ Erikson, "Identity, youth and crisis. New York, WW Norton & Company, Inc." (1968).

⁷¹ Mowrer, O. "Two-Factor Learning Theory: Versions One and Two." *Learning theory and behavior*, Inc (1960): 63 -91.

⁷² Stotland, Ezra. "Exploratory investigations of empathy." *Advances in experimental social psychology*. Vol. 4. Academic Press, 1969. 271-314

⁷³ Vinueza-Solórzano, Andrea M., et al. "Adaptation and validation of the Adult Dispositional Hope Scale in the Ecuadorian context." *Psicologia: Reflexão e Crítica* 36 (2023): 3.

⁷⁴ Richard Snyder, ed. *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. (Academic press, 2000)

yang dibuat dan mempertahankan tindakan tersebut hingga tujuan tercapai.⁷⁵

Dari definisi tersebut terdapat tiga komponen yang telah dijelaskan oleh Snyder yaitu *goal*, *pathway thinking*, dan *agency*. Snyder juga menyebutkan bahwa *agency* dan *pathway* menjadi jembatan untuk mencapai tujuan. Dalam teori harapan, kombinasi komponen-komponen ini memungkinkan tercapainya tujuan yang diinginkan, namun bila salah satu atau bahkan keduanya hilang atau tidak terpenuhi maka secara signifikan akan mengurangi kemungkinan seseorang mencapai tujuannya.⁷⁶

Beberapa pengertian lain mengenai harapan diungkapkan oleh Seligman yang menyebutkan bahwa harapan adalah komponen penting dalam kehidupan seseorang sehari-hari. Ia juga mencatat bahwa harapan termasuk dalam emosi positif yang memiliki hubungan dengan masa depan individu.⁷⁷ Arfah mengungkapkan bahwa harapan mengacu pada keyakinan seseorang akan masa depan, peristiwa baik dan perasaan positif dapat memicu sebuah harapan/ tujuan menjadi tercapai.⁷⁸ Kemudian pengertian dari Kwong, harapan didefinisikan sebagai kemampuan untuk melihat hasil yang diinginkan sebagai kemungkinan

⁷⁵ Richard Charles Snyder., et al. "The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope". *Journal of Personality and Social Psychology*. 60.4 (1991): 570-585

⁷⁶ Feldman, David, and Richard Snyder. "Hope and the meaningful life: Theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning." *Journal of social and clinical psychology* 24.3 (2005): 401-421

⁷⁷ Peterson, Christopher, and Martin EP Seligman. *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Vol. 1. Oxford University Press, 2004.

⁷⁸ Arfah, & Bakar. Kontribusi Kesadaran Diri (Self-Awareness) dan Harapan (Hope) Terhadap Career Adaptability Mahasiswa. *AIJER: Algazali International Journal Of Educational Research*. 2.1 (2019): 73-80.

yang nyata. Lebih lanjut bahwa *hope* meliputi *optimism*, *future mindedness*, dan *future orientation* yang menggambarkan keadaan emosional, kognitif, dan motivasi yang mengarah pada masa depan.⁷⁹ Harapan telah dipelajari sebagai keadaan psikologis positif dan disposisional yang diwujudkan terutama melalui proses kognitif timbal balik (jalur) dan motivasi (agensi).⁸⁰

Teori *hope* juga menekankan adanya hambatan, emosi dan stressor ketika ditemui masalah yang menghambat pencapaian tujuan. Keadaan tersebut merupakan sumber stress bagi individu. Postulat dalam teori harapan menyebutkan bahwa emosi positif diperoleh dari persepsi tentang tercapainya sebuah tujuan, sebaliknya emosi negatif berperan pada kegagalan dalam pencapaian tujuan. Dari hal tersebut, maka persepsi tentang kesuksesan/ keberhasilan dalam mencapai tujuan akan memunculkan emosi positif dan negatif.⁸¹

Dari beberapa tokoh yang mendefinisikan harapan maka dapat disimpulkan bahwa harapan yang merujuk pada teori Snyder adalah suatu kondisi emosi dan motivasi positif diikuti sikap kognitif individu yang condong akan mencapai tujuan (*goal*) dengan didasari dua hal yaitu 1) *agency* (energi yang mengarah pada tujuan), dan 2) *pathway* (perencanaan untuk mencapai

⁷⁹ Kwong, Jack MC. "What is hope?." *European Journal of Philosophy* 27.1 (2019): 243-254.

⁸⁰ Merolla, Andy J., Quinten Bernhold, and Christina Peterson. "Pathways to connection: An intensive longitudinal examination of state and dispositional hope, day quality, and everyday interpersonal interaction." *Journal of Social and Personal Relationships* 38.7 (2021): 1961-1986.

⁸¹ Snyder, Douglas K., Jeffrey Ed Simpson, and Jan N. Hughes. *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health*. American Psychological Association, 2006.

tujuan. Definisi menurut Snyder dipilih karena memiliki pengertian yang jelas dan ringkas mengenai harapan.

b. Aspek- aspek Harapan

Snyder menyebutkan bahwa aspek-aspek harapan terbagi menjadi tiga, yaitu:⁸²

1) Tujuan (*goal*)

Tujuan atau *goal* merupakan suatu sasaran dari perilaku yang menghasilkan komponen kognitif. Setiap perilaku manusia memiliki arah menuju tujuan, yang mana tujuan sendiri memiliki dua pembagian, yaitu tujuan berjangka pendek dan tujuan berjangka panjang. Sebuah tujuan harus mempunyai kemungkinan tercapai, walaupun ada beberapa tujuan yang memiliki ketidakpastian akan tercapai. Kepastian mutlak adalah tujuan yang memiliki tingkat keberhasilan sepenuhnya (100%), tujuan ini biasanya tidak perlu adanya harapan. Harapan dapat berjalan dengan baik ketika berhadapan dengan tujuan yang mempunyai tingkat pencapaian atau keberhasilan sedang.⁸³ Lopez, Snyder & Pedrotti mengatakan bahwa tujuan dapat berupa *approach oriented in nature*, yaitu sesuatu yang sifatnya positif dan diharapkan terjadi, dan berupa *preventative in nature*, yaitu yang sifatnya negatif dan ingin dihentikan agar tidak terulang kembali.⁸⁴

⁸² Richard Snyder. *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. (Academic press, 2000)

⁸³ Ibid...

⁸⁴ Shane Lopez, Charles Snyder, and Jennifer Teramoto Pedrotti. "Hope: Many definitions, many measures." (2003).

2) *Pathway Thinking*

Pathway thinking merupakan proses seseorang dalam mencapai tujuan, dengan suatu kemampuan yang dimiliki untuk mengembangkan cara-cara dalam mencapai tujuan. proses ini ditandai dengan keyakinan diri untuk menemukan strategi dan mengembangkan stregeri dalam menyelesaikan masalah. Individu yang telah memiliki strategi/ peencanaan dan berhasil dalam penyelesaian masalah, nantinya akan lebh mudah ketika individu mengalami hambatan/ masalah yang muncul. Seseorang dengan harapan tang tinggi, akan merasa dirinya mampu untuk mendapatkan cara – cara baru untuk menyelesaikan masalah dan umumnya mereka dapat lebih efektif dalam menghasilkan jalan baru.⁸⁵

3. *Agency*

Harapan memiliki komponen motivasi yaitu *agency*, yang merupakan persepsi terhadap diri sendiri bahwa ia mampu dan yakin untuk mencapai tujuannya dengan cara-cara yang dipikirkannya. *Agency* juga bermakna suatu cerminan diri terhadap kemampuannya untuk bertahan ketik menemui hambatan dalam mencapai tujuan. Aspek inilah yang dapat memunculkan

⁸⁵ Penjelasan Irving, Snyder dan Crowson; Snyder, Harris, eat al., dalam Snyder, Kevin Rand, and David Sigmon. "Hope theory." *Handbook of positive psychology* 257. 276.

motivasi diri, yang mana individu menjadi lebih termotivasi atau memiliki dorongan yang kuat dalam mencapai tujuan.

c. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Harapan

Penelitian Weil menjelaskan bahwa harapan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya, yaitu:⁸⁶

1) Dukungan sosial

Adanya dukungan sosial dapat berpengaruh bagi seseorang yang sedang menghadapi masalah sehingga dapat memunculkan harapan dalam dirinya. Pada penelitian Herth, mengidentifikasi bahwa keluarga memiliki peran yang hangat dan erat sehingga penting guna meningkatkan harapan dan *coping* dalam penyelesaian masalah. Sebaliknya apabila ikatan sosialnya kurang maka akan berpengaruh pada kesehatan yang buruk.⁸⁷ Dukungan sosial ini dapat berupa verbal maupun non verbal, seperti memberi pelukan, afirmasi positif, memberi semangat, menjadi pendengar aktif untuk berkeluh kesah dan lain sebagainya.

2) Kepercayaan Religius

Kepercayaan religius merupakan suatu keyakinan dan kepercayaan individu terhadap hal-hal positif, memberikan kesadaran bagi seseorang bahwa situasi yang sedang terjadi, yang sedang dialaminya saat ini merupakan sebuah tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya. Raleigh dalam Weil menyebutkan

⁸⁶ Coleen Weil. "Exploring hope in patients with end stage renal disease on chronic hemodialysis." *Nephrology Nursing Journal* 27.2 (2000): 219.

⁸⁷ Penjelasan Herth, 1987 dalam Weil, Coleen M. "Exploring hope in patients...", 219

bahwa kegiatan religius menjadi strategi kedua dalam mempertahankan dan mendukung harapan.⁸⁸ Begitupula penelitian Reed dalam Weil, bahwa kepercayaan religius diidentifikasi sebagai sumber utama dari sebuah harapan.

3) Kontrol diri

Kontrol diri merupakan salah satu komponen penting dalam mempertahankan harapann, yang mana dapat dilakukan dengan cara menggali informasi, membatasi hal-hal yang perlu atau tidak perlu dilakukan, serta membentuk kemandirian agar tercipta perasaan dan perilaku yang kuat, tangguh untuk mencapai harapan. Kemampuan individu dalam mengontrol diri juga dipengaruhi oleh *self-efficacy*. *Self-efficacy* dapat membantu individu dalam meningkatkan persepsi akan kemampuannya dalam mengontrol diri.

3. Religiusitas

a. Pengertian Religiusitas

Religion atau agama memiliki asal kata *religio*, yang artinya suatu ikatan antara manusia dengan kekuatan yang lebih unggul, besar, dahsyat dari kekuatan manusia.⁸⁹ Dalam hal ini terdapat kekuasaan yang menaungi manusia untuk percaya/yakin, berkomitmen, merasakan adanya kekuasaan tersebut serta terdapat aktivitas (ritual) sebagai rasa hormat dan tunduk pada yang Maha

⁸⁸ Penjelasan Raleigh dalam Weil, Coleen M. "Exploring hope in patients....",221

⁸⁹ Peter Hill, et al. "Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure." *Journal for the theory of social behaviour* 30.1 (2000): 51-77.

Kuasa tersebut. Jadi kekuasaan yang dimaksud adalah merujuk pada Tuhan. Sebagaimana para ahli mengungkapkan bahwa religiusitas mempunyai dasar teologi dari suatu ajaran agama, adanya pedoman dalam melaksanakan praktek keagamaan serta sebagai pedoman hidup bagi manusia.⁹⁰

Religiusitas dalam islam menegaskan pengetahuan berupa syariah, akidah, dan akhlak atau sama halnya dengan islam, iman dan ihsan. Jika manusia memiliki ketiganya maka disitulah letak beragama yang sesungguhnya.⁹¹ Religiusitas islam menekankan pengukuran pada dua aspek yaitu keyakinan/ kepercayaan terhadap agama dan perilaku yang mencerminkan agama.⁹² Dengan adanya keterlibatan dalam aktivitas keagamaan akan berpengaruh terhadap kesejahteraan.⁹³ Sejalan dengan pernyataan Ryff bahwa religiusitas adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan.⁹⁴ Untuk itu jika individu melibatkan agama dalam perjalanan hidupnya dan meyakini sepenuhnya maka individu tersebut akan merasakan perasaan positif seutuhnya. Demikian bahwa peran religiusitas,

⁹⁰ Yulmaida Amir, and Diah Rini Lesmawati. "Religiusitas dan spiritualitas: Konsep yang sama atau berbeda." *Jurnal ilmiah penelitian psikologi: kajian empiris & non-empiris* 2.2 (2016): 67-73.

⁹¹ Effendi, Ratna Mufidha, "Hubungan Religiusitas Dengan Perilaku Agresi Remaja Madrasah Tsanawiyah Persiapan Negeri Batu", Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri, Malang (2008)

⁹² Abdel-Khalek, Ahmed M. "Quality of life, subjective well-being, and religiosity in Muslim college students." *Quality of life research* 19 (2010): 1133-1143.

⁹³ Isaac Addai, Chris Opoku-Agyeman, and Sarah K. Amanfu. "Exploring predictors of subjective well-being in Ghana: A micro-level study." *Journal of Happiness Studies* 15 (2014): 869-890.

⁹⁴ Carol Ryff, and Burton Singer. "Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research." *Psychotherapy and psychosomatics* 65.1 (1996): 14-23.

menjadikan individu dapat terhindar dari perasaan/perilaku negatif yang cenderung keluar dari norma kesehariannya.⁹⁵

Glock & Stark mengartikan religiusitas sebagai sistem nilai, sistem simbol, keyakinan dan sistem perilaku yang terorganisasikan, terpusat pada keyakinan diri/ penghayatan maknawi. Tidak hanya sebatas perilaku beribadah namun juga segala kegiatan perilaku yang didorong oleh kekuatan supranatural. Menambahkan bahwa, agama berkaitan dengan sistem keyakinan atau sistem kepercayaan terhadap ajaran agama tertentu dan dampak dari ajaran yang dianut kedalam kehidupan sehari-hari dalam kehidupan bermasyarakat.⁹⁶ Kajian religiusitas yang dikembangkannya melalui kajian sosiologi ini memiliki lima aspek religiusitas. Kelimanya adalah: keilmuan/intelektual, keimanan/ideologi. ibadah /Ritualistik, penghayatan/pengalaman/, dan konsekuensi/ pengalaman.⁹⁷ Berbeda dengan pendapat Huber, Ia berpandangan bahwa konsep yang dimiliki Glock dengan pendekatan sosiologi, dapat memunculkan persoalan pada konstruk religiusitas yang dibuatnya.⁹⁸ Oleh sebab itu, Huber melakukan

⁹⁵ Farhan Okta Yudra, Fikri Fikri, and Ahmad Hidayat. "Hubungan antara religiusitas dengan stres kerja pada anggota Brimob Polda Riau." *An-Nafs* 12.1 (2018): 12-21.

⁹⁶ Charles Young Glock & Stark, *Agama: dalam Analisa: Interpretasi Sosiologis*. (Jakarta: Rajawali, 1988)

⁹⁷ Charles Young Glock, "On The Study of Religious Commitment", *Religious Education*, 57(sup4), (1962), 98–110. <https://doi.org/10.1080/003440862057S407>

⁹⁸ Lisy Chairani¹, Supra Wimbari² dan Subandi³, Sunu Wibirama⁴ "Uji Validitas Konstruk The Centrality of Religiosity Scale (CRS-15) Pada Sampel Muslim." *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 4.2 (2023):127

pendekatan yang berbeda yaitu menggunakan pendekatan teori kepribadian yang mengacu pada teori psikologi kepribadian oleh Allport dan Kelly.^{99 100}

Huber berpendapat bahwa religiusitas adalah kepercayaan atau keyakinan yang dimiliki seseorang untuk melihat dunia, yang nantinya dapat mempengaruhi perilaku dan pengalamannya dalam kehidupan sehari – hari. Keyakinan dan pikiran dalam melihat dunia ini disebut sistem konstruksi personal (*personal construct system*).¹⁰¹ Teori kepribadian Kelly menyebutkan bahwa konstruksi personal adalah pola antisipasi pada suatu peristiwa yang akan terjadi, sehingga sistem konstruk religiusitas personal didefinisikan sebagai seluruh konstruk pribadi yang memiliki kaitan dengan bidang agama dan religiusitas serta diartikan dalam sebuah makna secara pribadi (individual). Konsep religiusitas yang didefinisikan ulang oleh Huber dapat dijelaskan melalui lima dimensi, yaitu *intellectual, ideology, public practice, privat practice, religious experience*.¹⁰² Selain mendefinisikan ulang, Huber menyusun alat ukur religiusitas, yang diberi nama *Centrality of Religious Scale*

⁹⁹ George Alexander Kelly. "The psychology of personal constructs: Volume two: Clinical diagnosis and psychotherapy". Routledge (2003)

¹⁰⁰ Allport, Gordon W., and J. Michael Ross. "Personal religious orientation and prejudice." *Journal of personality and social psychology* 5.4 (1967): 432 <https://doi.org/10.1037/h0021212>

¹⁰¹ Huber dalam Murken, S., & Namini, S. Choosing a religion on the Headscarf in Europe and their meaning for religious pluralism. In M. Pye, E. Franke, A. T. Wasim, & A. Mas'ud. Religious Harmony Berlin. Walter de Gruyter. (2006): 295

¹⁰² Huber, Stefan, and Odilo W. Huber. "The centrality of religiosity scale (CRS)." *Religions* 3.3 (2012): 710-724.

(CRS). Alat ukur ini nantinya akan digunakan peneliti untuk mengukur religiusitas pada mahasiswa santri.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian religiusitas yang merujuk pada Huber ialah Pemikiran dan kepercayaan yang dimiliki seseorang dalam memandang dunia, sehingga menghasilkan perilaku dan pengalaman yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Hasil dari perilaku dan pengalaman mereka akan membentuk pemaknaan agama secara individual.

b. Aspek - Aspek Religiusitas

Terdapat lima aspek religiusitas yang dipaparkan oleh Huber, yaitu:

1) *Intellectual* (intelektual)

Individu yang memiliki religiusitas artinya mereka mempunyai pengetahuan terkait agamanya. Dengan begitu individu dapat penjelasan dan memberikan pandangan secara pribadi terkait bagaimana agamanya, Tuhan mereka dan pengalaman agama yang telah mereka dapatkan.

2) *Ideology* (ideologi)

Ideologi mengacu pada kepercayaan dalam diri seseorang yang berkaitan dengan hubungan antara Tuhan dan manusia, keberadaan dirinya dan makna kehidupannya. Aspek ini menjelaskan adanya kepercayaan/ keyakinan yang sulit untuk dipertanyakan atau dibantah oleh orang lain. Keyakinan dalam agama islam berarti keyakinan terhadap Tuhan (Allah) sebagai landasan dari tata nilai dan norma islam. Keyakinan pada Allah ini disebut tauhid. Nabi Muhammad SAW mendapatkan wahyu ajaran islam dari Allah untuk

disebarkan pada umat manusia. Dalam hal ini meyakini Tuhan Allah berarti meyakini Nabi Muhammad sebagai utusan dan pembawa wahyu, serta meyakini Al Quran sebagai kitab suci.

3) *Public practice* (ibadah publik)

Suatu praktek ritual beribadah yang dikerjakan seseorang dalam berbagai bentuk seperti ritual, upacara dan aktivitas keagamaan lainnya. Aspek ini menjelaskan bahwa seseorang mengikuti kegiatan beragama dalam komunitas/masyarakat dan mempresentasikan tindakan dan kepekaan dalam lingkungan sosial

4) *Private practice* (ibadah pribadi)

Praktek ritual beribadah yang dikerjakan seseorang dengan cara mencurahkan diri dan mendekatkan diri pada Tuhan dalam aktivitas yang dilakukan secara personal. Praktek agama ditujukan sebagai bentuk kepercayaan terhadap Allah dan dilakukan dengan penuh pengabdian, ketundukan dan kepatuhan agar praktek agama yang dilakukan dapat bernilai “ibadah”.

5) *Religious experience* (pengalaman beragama)

Dapat dikatakan pengalaman beragama ketika pengalaman terjadi secara langsung antara seseorang dengan Tuhannya, yang memungkinkan memberikan dampak secara emosional dan melekat pada diri mereka.

c. **Faktor yang mempengaruhi Religiusitas**

Menurut Jalaludin terdapat dua faktor yang mempengaruhi religiusitas yaitu faktor internal (faktor dalam diri) dan faktor eksternal (berasal dari luar diri).¹⁰³

Adapun pemaparannya dijelaskan sebagai berikut:

a) **Faktor Internal**

Faktor internal merupakan faktor yang bersumber dari dalam diri individu.

Adapun faktor internal yang mempengaruhi religiusitas adalah keturunan, tingkat usia, kepribadian kondisi psikologis, dijelaskan sebagai berikut:

1. **Faktor keturunan**

Nilai-nilai religius/ keagamaan dalam diri manusia tidak secara langsung menjadi penyebab bawaan atau diwariskan, namun disebabkan oleh berbagai unsur kejiwaan lainnya seperti afek kognitif, afektif, dan konatif. Sebagaimana Rasulullah menganjurkan untuk memilih pasangan yang mampu membina rumah tangga, karena menurut dapat mempengaruhi keturunan. Dalam hal ini ada sebuah hubungan antara kejiwaan anak dengan orangtuanya, walaupun hal tersebut juga dapat dilihat dari kedekatan kelakataan serta hubungan emosionalnya.

2. **Tingkat usia**

Para ilmuwan psikologi agama menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kesadaran beragama dengan tingkat usia, meskipun bukan menjadi penyebab

¹⁰³ Jalaluddin" *Psikologi Agama: memahami perilaku dengan mengaplikasikan prinsip-prinsip psikologi, Revisi* (Depok: Raja Grafindo Prasada, 2012).

utama dalam kesaran beragama individu. Dalam hal ini tetap sepakat bahwa adanya perbedaan tingkat usia dan berpengaruh pada kereligiusan seseorang.

3. Kepribadian

Kepribadian merupakan identitas yang lebih banyak melekatkan atau ditonjolkan dalam diri individu, yang menjadikan berbeda dari individu satu dengan individu lain. Dari perbedaan tersebut disimpulkan dapat berpengaruh pada perkembangan aspek-aspek kejiwaan manusia, termasuk pada jiwa keagamaannya.

4. Kondisi psikologis

Keadaan psikologis memiliki kaitan dengan kepribadian yang juga merupakan faktor internal. Sigmund Freud menjelaskan bahwa gangguan kejiwaan disebabkan karena adanya konflik yang tertekan di alam bawah sadar manusia. Konflik batin yang terjadi di alam bawah sadar adalah sumber dari munculnya gejala psikologis yang abnormal. Gejala pada jiwa yang abnormal ini berasal dari saraf, kepribadian dan kejiwaan, sehingga jika kondisi psikologis/kejiwaannya terganggu maka diasumsikan dapat mengganggu perkembangan jiwa agamanya juga

b) Faktor eksternal

Faktor eksternal yaitu faktor yang terjadi dari luar individu. Adapun faktor – faktor dari luar individu yang mempengaruhi religiusitas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Lingkungan keluarga

Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama yang dikenal oleh seorang anak sehingga keluarga dianggap sebagai tempat sosialisasi pertama bagi pembentukan keagamaan anak. Freud dalam konsep *father imagenya* menjelaskan bahwa perkembangan jiwa agama anak dipengaruhi oleh citra anak terhadap ayahnya. Jika ayah bersikap dan berperilaku baik maka anak akan mengidentifikasi sikap baik tersebut, dan begitu sebaliknya.

2. Lingkungan pendidikan

Beberapa hal yang terjadi dalam lingkungan pendidikan anak seperti sikap dan perilaku guru, isi/ materi pembelajaran, kurikulum yang digunakan disekolah dan pergaulan antar teman disekolah, dapat menjadi peran penting dalam mengembangkan kebiasaan yang baik. Sikap, perilaku dan kebiasaan baik menjadi bagian dari pembentukan moral yang berkaitan dengan perkembangan jiwa keagamaan seseorang

3. Lingkungan masyarakat

Individu yang sudah memasuki masa sekolah akan dilibatkan dalam lingkungan masyarakat, dimana lingkungan ini mengandung unsur tanggung jawab. Bukan hanya sebagai pengaruh namun juga tata nilai dan norma dapat memberikan pengaruh bagi perkembangan jiwa keagamaan seseorang, baik itu berupa positif ataupun negatif.

4. Kerangka Berfikir

Kesejahteraan subjektif merupakan penilaian individu terhadap dirinya terkait kepuasan hidup yang ia miliki secara subjektif serta emosi positif dan negatif. Komponen kesejahteraan subjektif yang digunakan oleh peneliti adalah milik Diener yang terdiri dari komponen kognitif yaitu ketika individu memberikan penilaian evaluatif secara sadar tentang kepuasan hidupnya secara keseluruhan, dan komponen afektif yaitu evaluasi yang diikuti dengan emosi dan perasaan seperti frekuensi di mana orang mengalami suasana hati yang menyenangkan/tidak menyenangkan sebagai reaksi terhadap kehidupan mereka.¹⁰⁴ Tinggi rendahnya kesejahteraan subjektif dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, baik dalam diri individu maupun dari luar diri individu. Penelitian ini akan memfokuskan pada dua hal yang ada dalam diri (internal) mahasiswa santri yang diduga dapat mendorong munculnya kesejahteraan subjektif, yaitu harapan dan religiusitas.

Harapan adalah suatu keinginan dalam diri untuk mencapai tujuan dengan adanya dorongan berupa motivasi dari dalam diri maupun dari lingkungan, serta adanya kemampuan untuk memikirkan berbagai cara untuk mencapai tujuannya. Harapan menjadi faktor penting untuk dimiliki mahasiswa santri karena dapat mendorong dirinya untuk membuat perencanaan, mengambil keputusan dan tanggung jawab dalam proses pencapaian tujuan dan

¹⁰⁴ Diener, Ed. "Assessing subjective well-being: Progress and opportunities." *Social indicators research* 31 (1994): 103-157

merencanakan masa depan. Harapan juga dapat memberikan keyakinan bahwa masa depan yang diinginkan akan sukses dan tercapai. Mahasantri akan menjadi lebih positif dan terarah dalam menjalani hidup, terbebas dari perasaan – perasaan negatif yang mengganggu sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif mereka. Diperkuat oleh Seligman dalam Huang et al., bahwa harapan termasuk dalam emosi positif yang memiliki hubungan dengan masa depan individu, dan emosi ini merupakan salah satu komponen penting bagi kebahagiaan dan kesejahteraan.¹⁰⁵

Religiusitas memiliki pengertian tentang keyakinan dan pemikiran yang dimiliki seseorang untuk memandang dunia, yang nantinya akan berpengaruh pada perilaku dan pengalaman kehidupan mereka sehari – hari. Adanya keyakinan terhadap agama ini telah terbukti mempunyai implikasi terhadap kemampuan individu dalam mengatasi kesulitan serta mempunyai kaitan positif terhadap kesehatan fisik dan mental.¹⁰⁶ Begitupula dengan keaktifan perilaku beragama sehari – hari dapat memberikan pengaruh pada kesejahteraan subjektifnya.¹⁰⁷ Berdasarkan hasil survey dari berbagai bangsa, orang yang aktif secara religius memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi.¹⁰⁸ Dalam hal ini

¹⁰⁵ Quan Peng Huang, et al., "Mediation role of hope between self-efficacy and subjective well-being," (2016): 390-391.

¹⁰⁶ McGill, J. S., and P. B. Paul. "Functional status and hope in elderly people with and without cancer." *Oncology Nursing Forum*. Vol. 20. No. 8. 1993: 207 -- 213

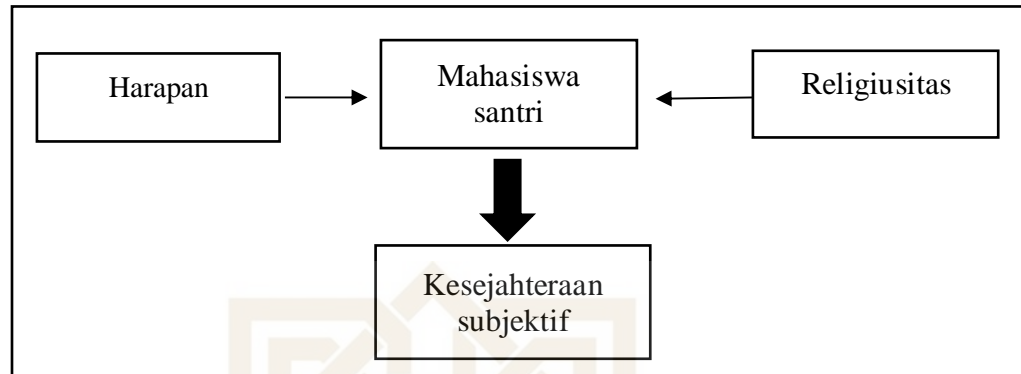
¹⁰⁷ Isaac Addai, Chris Opoku-Agyeman, and Sarah K. Amanfu. "Exploring predictors of subjective well-being in Ghana: A micro-level study." *Journal of Happiness Studies* 15 (2014): 869-890.

¹⁰⁸ Myers, D. "The funds, friends, and faith of happy people". *American Psychologists*, 55, 56-67. (2000).

kebahagiaan seseorang juga bergantung pada keyakinan pada Tuhan dan praktek/perilaku keagamaannya. Penelitian Tiliouine, dkk juga menemukan bahwa adanya hubungan yang kuat antara religiusitas islam dengan kepuasan hidup.¹⁰⁹

Dari hal tersebut disimpulkan bahwa, antara religiusitas dan harapan yang dimiliki mahasantri mempunyai kaitan dengan kesejahteraan subjektifnya. Sebagaimana religiusitas yang dimiliki mahasantri akan mendorong dirinya untuk mencari, menemukan, dan merencanakan cara-cara baru untuk mencapai tujuan yang semula diinginkan/ sesuai dengan harapan, sehingga religiusitas juga berperan dalam mempertahankan dan mendukung harapan pada mahasantri. Hal ini dikarenakan religiusitas sendiri berfokus pada keyakinan (religius) individu untuk melakukan hal-hal positif yang akan memunculkan kesadaran bagi individu bahwa kondisi yang dialaminya saat ini merupakan suatu tujuan yang telah ditentukan sebelumnya. Dengan begitu seorang mahasantri yang memiliki harapan dan religiusitas yang tinggi akan memiliki motivasi dan keyakinan yang tinggi dalam menyelesaikan persoalan – persoalan/ permasalahan hidupnya, sehingga nantinya dapat tercipta kesejahteraan yang baik. Adapun harapan dan religiusitas yang tinggi pada mahasantri, akan memunculkan kesejahteraan subjektif yang tinggi pula. Kerangka berfikir dapat dilihat pada tabel berikut:

¹⁰⁹ Habib Tiliouine, Robert Cummins, and Melanie Davern. "Islamic religiosity, subjective well-being, and health." *Mental health, religion & culture* 12.1 (2009): 55-74.



Gambar 1 1 Bagan kerangka berfikir

F. Hipotesis

Berdasarkan kajian teoritis yang telah dijelaskan dan hasil penelitian yang mendukung, maka hipotesis dari penelitian ini yaitu:

1. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara harapan dan religiusitas dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa santri
2. Ada hubungan yang positif antara harapan dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa santri
3. Ada hubungan yang positif antara religiusitas dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa santri

G. Metode Penelitian

1. Jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang menekankan pada analisis data numerik atau angka pada perilaku yang akan diolah dengan metode statistika.¹¹⁰ Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional. Sebagaimana Creswell dan Guetterman menjelaskan desain korelasional dipergunakan untuk menerangkan hubungan atau kaitan antar variabel.¹¹¹ Tujuan penelitian korelasional ini adalah untuk menjelaskan sejauh mana antar variabel memiliki hubungan, yang dilihat dari koefisien korelasi.¹¹² Peneliti memilih jenis dan pendekatan ini karena lebih sesuai dengan tujuan penelitian, dimana peneliti ingin meneliti ada tidaknya hubungan antara harapan dan religiusitas pada kesejahteraan subjektif mahasiswa santri.

2. Definisi Operasional

Variabel dependen pada penelitian ini adalah kesejahteraan subjektif, yaitu hasil penilaian seseorang terhadap kehidupannya yang meliputi kepuasan hidup, emosi menyenangkan dan emosi tidak menyenangkan yang dialaminya. Terdapat tiga aspek yang digunakan dalam pengukuran *subjective well-being* yaitu kognitif (kepuasan hidup), afek positif dan afek negatif. Dengan begitu

¹¹⁰ Azwar, (*Sikap manusia: teori dan pengukurannya*, edisi ke-2, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013): 5

¹¹¹ John W Creswell & Guetterman, Timothy. *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*, 6th Edition. (2018).

¹¹² 112 Saifuddin Azwar, *Metode penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016).

tingkat *subjective well-being* dapat dikatakan bagus apabila subjek memiliki kepuasan hidup yang tinggi dan lebih sering mengalami afek positif dibanding afek negatif.

Variabel Independen pertama dalam penelitian ini adalah harapan. Harapan adalah suatu keinginan untuk mencapai tujuan dengan adanya dorongan dan motivasi yang baik dari dalam diri maupun lingkungan, serta adanya kemampuan untuk memikirkan berbagai cara untuk mencapai tujuan tersebut. Harapan dalam penelitian ini dipaparkan dengan skala berdasarkan teori dari Snyder, dan dapat diketahui melalui sebuah skala bahwa semakin tinggi skor yang diperoleh subjek, maka harapan yang dimilikinya pun semakin tinggi. Begitupun sebaliknya, jika skor yang diperoleh rendah, maka harapan yang dimiliki subjek pun rendah.

Variabel independen kedua yaitu religiusitas, merupakan pemikiran dan kepercayaan yang dimiliki seseorang dalam memandang dunia sehingga menghasilkan perilaku dan pengalaman yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Hasil dari perilaku dan pengalaman mereka tersebut akan membentuk pemaknaan agama secara individual. Religiusitas dalam penelitian ini, dipaparkan dengan skala berdasarkan teori dari Huber. Semakin tinggi nilai yang didapat, maka semakin tinggi religiusitas subjek. Sebaliknya, semakin rendah nilai yang didapatkan, maka semakin rendah religiusitas subjek.

3. Populasi dan sampel

Populasi

Azwar berpendapat bahwa populasi adalah kelompok subjek yang dikenai generalisasi hasil penelitian.¹¹³ Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa sekaligus santri yang tinggal di pondok pesantren di wilayah Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan data dan informasi yang didapatkan dari KEMENAG (Kementrian Agama) Daerah Istimewa Yogyakarta pada tanggal 6 Februari 2024, dirincikan 12 Pondok Pesantren mahasiswa di DIY dengan jumlah mahasiswa santri sebanyak 1.594 orang. Nama PPM dapat dilihat pada tabel berikut

Kota Yogya		Kab. Sleman		Kab. Bantul		Total
Nama PP	Jumlah santri	Nama PP	Jumlah santri	Nama PP	Jumlah santri	
Ulul Albab	80	Al-Muhsin	70	Inggris Inovasi	25	
Muhajuz	38	Aswaja	95	STIKES Surya	708	
Luqmaniyah	225	Suni Darusalm	110	Baitul Hikmah	43	
Ibnu Juraini	93			Al - Hadi	97	
Robingah	10					
jumlah ; 446		jumlah : 275		jumlah : 873		1.594

Tabel 1. 2 Populasi Penelitian

¹¹³ Saifuddin Azwar, *Metode penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016): 77

Sampel

Sampel merupakan bagian dari sebuah populasi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *probability sampling* dengan teknik *cluster random sampling*. *Cluster Random* merupakan pengambilan sampel dengan membagi populasi menjadi beberapa kelompok, yang dikenal sebagai *cluster*, dan kemudian memilih sampel secara acak dari cluster tersebut. Cluster yang dilakukan berdasarkan area dari kabupaten/ kota di DIY. Selanjutnya peneliti mengambil sampel secara acak menggunakan bantuan excel dan menghasilkan 7 PPM dari total populasi 12 PPM di 3 kabupaten/ kota di DIY, dengan rincian yaitu 3 PPM di Kota Yogya: PP Ulul Albab, PP Lugmaniyah, PP Robingah. 1 PPM di Kab Sleman yaitu PP Al- Muhin dan 3 PPM di Kab Bantul: PP Inggris Inovasi Bangsa, PP Al Hadi, PP Baitul Hikmah. Sebagaimana terlihat dalam tabel di bawah ini

Kab/ Kota di DIY	Jumlah PPM	Hasil Random
Kota Yogyakarta	5	3 PPM
Kab. Sleman	3	1 PPM
Kab. Bantul	4	3 PPM
Kulon Progo	0	-
Gunung Kidul	0	-

Tabel 1. 3 Sempel Penelitian

Kemudian sampel individu diambil secara keseluruhan di 7 PPM tersebut dengan kriteria subjek yaitu mahasiswa dengan rentang usia 18-25 tahun yang juga menjadi santri/ mondok di Yogyakarta. Setelah dilakukan pengambilan data didapatkan jumlah sampel sebesar 334 mahasiswa santri.

4. Teknik pengumpulan data

Teknik untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah skala berbentuk angket (kuesioner) berupa pernyataan yang disusun dalam *Google Form* dan cetakan hard copy dengan *skala likert*.

skala harapan menggunakan alternatif jawaban penilaian 1 (sangat tidak tepat), 2 (kurang tepat), 3 (cukup tepat), 4 (tepat), 5 (sangat tepat). skala religiusitas menggunakan alternatif jawaban 1 (sangat tidak setuju), 2 (kurang setuju), 3 (kadang-kadang/yakin), 4 (sering/sangat yakin). skala kesejahteraan subjektif menggunakan alternatif jawaban 1 (tidak pernah), 2 (jarang), 3 (kadang-kadang), 4 (sering), 5 (selalu).

5. Instrument pengumpulan data

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan skala harapan, religiusitas, *Life Satisfaction* dan *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS). Dari skala tersebut, dua skala dikembangkan oleh peneliti sendiri, yaitu pada skala harapan dan religiusitas. Sedangkan pada skala yang ke tiga, yaitu skala kesejahteraan subjektif menggunakan skala asli yang telah dikembangkan oleh penemu teori. Kuesioner dapat disebar melalui *google form* dan juga *hard file*. Pernyataan yang ada dalam kuesioner penelitian mencakup dua macam, yaitu pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. *favorable* (f) menunjukkan bahwa pernyataan aitem sesuai dengan indikator perilaku yang diukur, sedangkan

unfavorable (uf) menunjukkan bahwa pernyataan aitem tersebut bertentangan dengan indikator perilaku yang diukur.

Kategori Pernyataan	STS	TS	S	SS
<i>Favorable</i>	1	2	3	4
<i>Unfavorable</i>	4	3	2	1

Tabel 1. 4 Jenis Pernyataan Kuesioner

Pada kuesioner penelitian ini terdiri dari tiga bagian, yaitu pengantar, biodata responden, dan *informed consent*, serta pernyataan untuk mengukur variabel skala.

1. Skala Harapan

Pengembangan skala harapan pada penelitian ini mengacu pada teori Snyder, yang terdiri dari 3 dimensi, yaitu (*goal, pathway dan agency*), dan 2 aspek (*pathway dan agency*).¹¹⁴ Peneliti menggunakan skala *The Adult Trait Hope Scale* (ATHS) milik Snyder sebagai acuan untuk membuat pernyataan butir aitem. Dalam skala tersebut berjumlah 12 aitem, dengan 4 aitem mengukur *pathways*, 4 aitem mengukur *agency*, dan 4 aitem mengukur *fillers*. Pengembangan skala yang dilakukan yaitu dengan menambahkan jumlah aitem

¹¹⁴ Charles Richard Snyder, et al., "The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope", *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, (1991): 570-585

menjadi 29 butir pernyataan (7 aitem mengukur dimensi *goal*, 11 aitem mengukur *pathways*, dan 11 aitem mengukur *agency*) dan 10 aitem merupakan unfavorable.

Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat harapan yang dimiliki mahasiswa santri Semakin tinggi nilai yang diperoleh, maka semakin tinggi pula harapan pada responden. Skala ini menggunakan penilaian 1 (Sangat Tidak Tepat), 2 (Kurang Tepat), 3 (Cukup Tepat), 4 (Tepat), 5 (Sangat Tepat), Adapun kisi-kisi untuk mengukur skala harapan pada mahasiswa santri, sebagai berikut:

No	Dimensi	Indikator	No aitem	
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>
1.	Goal (tujuan)	Berorientasi pada tujuan	1, 5	2, 7
		Bertujuan pada jangka panjang dan pendek	3, 6	4
2.	Pathway thinking (planning to meet goals)	Kemampuan merencanakan strategi dalam mencapai tujuan	12, 15	14, 18
		Kemampuan untuk mengembangkan perencanaan/ strategi baru dalam mencapai tujuan	9, 10, 13, 16	
		Keyakinan diri untuk menyelesaikan masalah	11, 17	8
3.	Agency Thinking (goal-directed energy)	Kemampuan memotivasi diri untuk mencapai tujuan	19, 22, 27, 28,	20, 24
		Kemampuan bertahan ketika menghadapi hambatan	21, 23, 26, 29	25
		Jumlah	20	9

Tabel 1. 5 Kisi – Kisi Skala Harapan

2. Skala Religiusitas

Pengembangan skala religiusitas dalam penelitian ini mengacu pada teori Huber & Huber, dan pada skala yang dikembangkanya yaitu the *Centrality of Religious Scale* (CRS 15). Skala tersebut memiliki 15 butir aitem. Teori religiusitas oleh Huber & Huber memiliki lima dimensi, yaitu: *intellectual, ideology, public practice, private practice, religious experience*. Pengembangan skala dalam penelitian ini dilakukan dengan menambahkan aitem dan memperbaiki kalimat, sehingga menghasilkan 31 aitem (6 aitem mengukur *intellectual*, 6 aitem mengukur *ideology*, 8 aitem mengukur *public practice*, 5 aitem mengukur *private practice*, dan 6 aitem mengukur *religious experience*.) dan 4 aitem merupakan unfavorable. Kisi – kisi skala religiusitas dapat dirincikan dalam tabel berikut:

No	Dimensi	Indikator	No aitem	
			Fav	Unfav
1	Intellectual	Pengetahuan dan pemahaman tentang agama	1, 2, 5	
		Merasa penting untuk mengetahui ajaran-ajaran dan berita – berita keagamaan	3, 4, 6	
2	Ideology	Yakin dengan Tuhan	8, 11, 13	
		Yakin akan konsep teologi keagamaan	12, 10	9
3	Public practice	Mengerjakan ritual ibadah berjamaah	14, 19, 16	
		Mengikuti kegiatan keagamaan kelompok	15, 17	18
		Ikut serta dan peka terhadap lingkungan sosial	20	14
4	Privat practice	Mengerjakan ibadah pribadi	21, 23	
		Melakukan praktek agama pribadi	24, 25	22
5	Religious experience	Mengalami kejadian batin dengan Tuhan	26, 29, 30	
		Mendapatkan pembelajaran dari pengalaman keagamaan	27, 28, 31,	
Jumlah			27	4

Tabel 1. 6 Kisi – Kisi Skala Religiusias

3. Skala Kesejahteraan subjektif

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua skala untuk mengukur kesejahteraan subjektif, yaitu skala *Life satisfaction* milik Diener., et al dan *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) milik Watson., et al. Dua skala tersebut merupakan skala asli berbahasa inggris yang kemudian dilakukan penerjemahan ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti.

Live Satisfaction

Skala pertama adalah skala kepuasan hidup. bernama *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) milik Diener., et al.¹¹⁵ Skala ini terdiri dari lima aitem untuk mengukur kognitif pada kepuasan hidup individu secara menyeluruh dan semua aitem bersifat favorabel. Penilaian dilakukan dengan angka dimulai dari: satu (tidak pernah, dua (jarang), tiga (kadang-kadang), empat (sering), lima (selalu).

Aspek	Indikator	No. aitem
a. Kognitif	Merasa puas dengan kehidupan secara menyeluruh	1
		2
		3
		4
		5

Tabel 1. 7 Kisi – Kisi Skala Life Satisfaction

Skala *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS)

Dalam penelitian ini, kesejahteraan subjektif juga akan diukur dengan skala *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) milik Watson, Clark dan Tellegen¹¹⁶ yang telah diterjemahkan oleh peneliti. Alat ukur ini bertujuan untuk mengukur afek positif dan afek negatif yang dimiliki seseorang.

¹¹⁵ David Myers and Ed Diener. "Who is happy?." *Psychological science* 6.1 (1995): 10-19.

¹¹⁶ David Watson, Lee Anna Clark, and Auke Tellegen. "Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales." *Journal of personality and social psychology* 54.6 (1988): 1063.

Jika individu mendapatkan nilai afek positif tinggi dan afek negatifnya rendah maka dapat menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif individu tergolong baik, begitu pula sebaliknya.

Alat ukur ini berjumlah 20 aitem dengan 10 aitem mengukur afek positif dan 10 aitem mengukur afek negatif. Penilaian skala dilakukan dengan angka satu (tidak pernah), dua (jarang), tiga (kadang-kadang), empat (sering), lima (selalu). Kisi-kisi dari *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) yaitu sebagai berikut:

<i>Aspek</i>	<i>No. aitem</i>	<i>Jumlah</i>
<i>Afek positif</i>	1, 3, 9, 5, 10, 12, 16, 17, 19, 14	10
<i>Afek negatif</i>	4, 2, 6, 7, 8, 11, 13, 15, 18, 20	10
<i>Jumlah</i>		20

Tabel 1. 8 Kisi – Kisi Skala Panas

6. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Validitas

Validitas berarti sejauh mana suatu alat ukur dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Alat ukur dapat dikatakan memiliki validitas tinggi, apabila alat ukur tersebut mampu mengukur apa yang seharusnya diukur, sehingga

dikatakan valid.¹¹⁷ Dalam penelitian ini, validitas dilakukan dengan jenis validitas isi. Lawrence mendefinisikan validitas isi sebagai keterwakilan pernyataan terhadap kemampuan khusus yang harus diukur. Lebih lanjut oleh Azwar, menyatakan bahwa validitas isi adalah validitas yang didapatkan melalui pengujian kelayakan atau relevansi isi tes melalui rasional dari para ahli yang berkompeten (*expert judgement*).¹¹⁸

Validasi isi ini berguna untuk mengukur isi variabel yang hendak diukur kemudian dibandingkan dengan kisi-kisi instrumen dan dikoreksi oleh ahli untuk diberi perbaikan dan masukan. Sebagaimana instrument harapan, religiusitas, dan kesejahteraan subjektif yang digunakan dalam penelitian ini telah diuji melalui *expert judgement*. Validasi isi pada skala harapan dan religiusitas dilakukan oleh 3 orang ahli yang merupakan 1 dosen studi islam dan 2 ahli dalam bidang psikologi. Sedangkan pada skala kesejahteraan subjektif penilaian dilakukan oleh 2 orang ahli bahasa

Reliabilitas

Reliabilitas merupakan derajat keajegan (*consistency*) di antara dua nilai hasil pengukuran pada objek yang sama, meskipun menggunakan alat pengukur yang berbeda dan skala yang berbeda.^{119 120} Suatu alat tes dikatakan reliabel

¹¹⁷ Azwar, *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. (Yogyakarta, Pustaka pelajar, 2022)

¹¹⁸ Ibid...

¹¹⁹ Mehrens & Lehmann. (1973). *Measurement and evaluation in education and psychology*. New York: Hold, Rinehart and Wiston, Inc

¹²⁰ Reynold, C. R., Livingstone, R. B. & Wilson. (2010). *Measuremet and Assesment in Education*. New York, NY: Pearson.

jika nilai amatan mempunyai hubungan yang tinggi dengan nilai yang sebenarnya.¹²¹ Artinya tes dapat dikatakan reliabel apabila hasil pengukuran mendekati keadaan peserta tes yang sebenarnya. Pengujian reliabilitas pada instrumen ini menggunakan rumus Cronbach Alpha dengan bantuan program SPSS 16. Suatu konstruk dikatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha > 0,70.

Reliabilitas pada skala harapan yang digunakan oleh peneliti memiliki skor 0,913, pada skala religiusitas memiliki skor 0,851, sedangkan pada skala kesejahteraan subjektif didapatkan reliabilitas sebesar 0.820 pada instrumen *Positive Affect and Negative Affect Scale* (PANAS) dan skor 0.835 pada instrumen *Life Satisfaction*. Hasil uji reliabilitas dari keempat instrument dapat dilihat pada tabel berikut:

Instrumen	Hasil <i>Cronbach's Alpha</i>	Keterangan
Hope	0,913	Reliabel
Religiusitas	0,861	Reliabel
Life saticfaction	0,820	Reliabel
PANAS	0,835	Reliabel

Tabel 1. 9 Hasil Nilai *Cronbach's Alpha*

¹²¹ Mary Allen, and Wendy Yen. "Introduction to measurement theory. Monterey, CA: Brooks." (1979): 7.

7. Teknik Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Analisis Deskriptif

Data yang akan dianalisis yaitu pada pernyataan - pernyataan yang termuat dalam setiap variabel penelitian. Pendeskripsian data dalam penelitian ini dilakukan pada jawaban dari questioner harapan dan religiusitas yang dihubungkan dengan kesejahteraan subjektif. Analisis data deskriptif berguna untuk mendeskripsikan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek penelitian.¹²²

b. Uji Prasyarat (Asumsi Klasik)

Uji asumsi klasik ini dilakukan sebelum ke tahap analisis data untuk uji hipotesis. Uji asumsi klasik dilakukan dengan menggunakan data dari hasil jawaban para responden dan yang akan digunakan untuk uji regresi berganda. Beberapa uji asumsi klasik yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah: 1) uji normalitas, 2) uji multikolinearitas, dan 3) uji heteroskedastisitas.¹²³ Adapun penjelasannya dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah nilai residual terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas data dalam penelitian ini

¹²² Saifuddin Azwar, *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. (Yogyakarta, Pustaka pelajar, 2022)

¹²³ Imam Ghozali. *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro, (2021):155.

menggunakan program SPSS 16, yaitu Kolmogorov-Smirnov untuk menguji normalitas data dengan cara data yang telah terkumpul dibandingkan dengan data ideal pada kurva normal. Suatu model regresi dapat dikatakan baik atau normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, sebaliknya jika nilai sig lebih kecil dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal.¹²⁴

2. Uji Multikolinearitas

Multikolinearitas adalah keadaan dimana antara dua variabel bebas atau lebih pada model regresi terjadi hubungan linier yang sempurna atau mendekati sempurna. Tujuan dari uji multikolinearitas ini adalah untuk melihat apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel independen. Selain itu uji ini juga untuk menghindari kebiasaan dalam proses pengambilan keputusan mengenai pengaruh pada uji parsial masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat. Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi antara variabel independen.¹²⁵ Untuk mengetahui ada tidaknya multikolinearitas, dapat dilakukan dengan melihat nilai Tolerance dan Variance Inflation Factor (VIF). Jika VIF yang dihasilkan kurang dari 10 ($VIF < 10$) dan nilai tolerance lebih dari

¹²⁴ Duwi Priyatno, *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS*. Yogyakarta: Gava Media, (2010): 58

¹²⁵ Imam Ghozali. *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro, (2021):157.

0,10 (tolerance < 0,10) maka tidak terjadi multikolinieritas.¹²⁶ Maka analisis regresi dapat dilanjutkan.

3. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas memiliki tujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varian dari residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Jika varian dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain berbeda maka disebut heteroskedastisitas.¹²⁷ Model regresi yang baik adalah tidak terjadi adanya heteroskedastisitas.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya gejala heteroskedastisitas adalah dengan melakukan uji glejser.

Uji glejser ini dilakukan dengan cara meregresikan variabel independen terhadap nilai absolute residual atau ABS_RES, apabila nilai sig lebih besar > 0,05, maka tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dan sebaliknya jika < 0,005 maka terjadi gejala heteroskedastisitas¹²⁸

c. Analisis akhir (Uji Hipotesis)

Pengujian hipotesis dilakukan dengan tujuan untuk menentukan apakah suatu hipotesis dapat diterima atau ditolak. Hipotesis merupakan asumsi atau pernyataan yang mungkin benar atau salah mengenai suatu populasi. Uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

¹²⁶ ibid... 157

¹²⁷ ibid... 178

¹²⁸ Ibid... 183

1. Analisis Regresi Linier Ganda

Analisis regresi linier berganda merupakan pengujian pada dua atau lebih variabel bebas dengan variabel terikat. Tujuannya adalah untuk melihat nilai dari variabel terikat, apabila nilai variabel bebas mengalami kenaikan atau penurunan. Uji regresi linier berganda ini juga dapat dilakukan untuk mengetahui arah hubungan, positif atau negatif dari variabel bebas dengan variabel terikat.¹²⁹

Analisis ini dilakukan dengan melibatkan dua atau lebih variabel bebas antara variabel dependen (Y) dan variabel independen (X1 dan X2). Dalam penelitian ini, analisis regresi linear berganda digunakan untuk membuktikan sejauh mana pengaruh harapan dan religiusitas terhadap kesejahteraan subjektif. Persamaan regresi ganda untuk dua variabel independen adalah sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2$$

Keterangan:

Y = var terikat (nilai yang diprediksikan)

a = konstanta (nilai Y apabila X1, X2, Xn = 0)

b1 b2 = koefisien regresi (nilai peningkatan atau penurunan)

X1 X2 = var bebas

¹²⁹ 129 Duwi Priyatno, *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS*. (Yogyakarta: Gava Media, 2010): 61

2. Koefisien Determinasi

Dalam penelitian ini analisis koefisien determinasi digunakan untuk melihat persentase sumbangan pengaruh variabel bebas secara bersamaan terhadap variabel terikat. Koefisien ini dapat menunjukkan seberapa besar presentase variasi variabel independen (bebas) yang digunakan dalam model regresi mampu menjelaskan variasi variabel dependen (terikat). Nilai koefisien determinasi adalah antara 1 – 0.

Untuk menginterpretasikan korelasi ganda dapat dilihat nilai (R^2). Jika nilai R^2 mendekati angka 0 maka korelasi lemah, sebaliknya jika semakin mendekati angka 1 maka korelasi semakin kuat, artinya variabel – variabel independen memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variabel dependen.¹³⁰ Nilai *R square* ini memiliki tiga pengelompokan/ kategori, yaitu nilai *R square* > 0,75 adalah kuat, < 0,25 berarti lemah, dan diantara keduanya termasuk kategori sedang.¹³¹

3. Uji Statistik F

Uji F merupakan analisis yang digunakan untuk mengetahui apakah variabel independen secara bersamaan memiliki pengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen. Hasil uji F dapat diketahui pada

¹³⁰ Imam Ghozali. *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro, (2021):147.

¹³¹ Hair, Joseph F., et. al. *Multivariate data analysis: An overview*. Fifth edition. New jersey: Prentice hall (2011)

output ANOVA dari hasil analisis regresi berganda dengan menggunakan program SPSS.¹³² untuk mengetahui hipotesis dengan uji F ini, maka diperlukan kriteria pengambilan keputusan yaitu, apabila nilai F hitung lebih besar dibandingkan nilai F tabel, maka H_0 ditolak H_a diterima.¹³³ Untuk dapat mengetahui F tabel untuk $\alpha = 5\%$ maka dapat dilakukan dengan rumus:

$$F_{\text{tabel}} = k; n - k$$

n = jumlah sampel

k = jumlah variabel independen

4. Uji statistik t

Uji t dilakukan untuk menilai seberapa jauh pengaruh variabel independen secara individual terhadap variabel dependen. Dalam mengambil keputusan untuk uji t ini dilakukan dengan cara membandingkan nilai t hitung dengan nilai t tabel, yaitu apabila nilai t hitung lebih besar dibandingkan nilai t tabel, maka H_0 ditolak H_a diterima.¹³⁴ Untuk dapat mengetahui t tabel maka dapat dilakukan dengan rumus:

¹³² Imam Ghozali. *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro, (2021):148

¹³³ Ibid,, 148

¹³⁴ Imam Ghozali. *Aplikasi analisis,,* 149

$$t \text{ tabel} = (a/2; n - k - 1)$$

a : derajat kesalahan (0,05%)

n = jumlah sampel

k = jumlah variabel independen

H. Sistematika Pembahasan

Sistematika penulisan tesis ini dibagi menjadi tiga bagian, yaitu bagian awal, bagian isi dan penutup. Bagian awal terdiri dari sampul, halaman judul, halaman pengajuan, halaman persetujuan dosen pembimbing, halaman pengesahan, kata pengantar, daftar isi, dan abstrak.

Bagian isi atau teks berisi empat bab pembahasan. Empat bab pembahasan ini akan diurai sebagai berikut. Bab satu pendahuluan, yang berisi latar belakang, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, serta telaah kepustakaan. Kemudian membahas kerangka teoritis terkait judul penelitian. Dalam sub bab ini dipaparkan pemahaman teori berupa pengertian harapan, religiusitas, dan kesejahteraan subjektif, dipaparkan aspek-aspek, dan faktor-faktor yang mempengaruhi dari setiap variabel. Selanjutnya membahas tentang metode penelitian yang mencakup jenis penelitian, setting penelitian, populasi dan sampel penelitian, definisi operasional dari variabel harapan, religiusitas, dan kesejahteraan subjektif. Teknik pengumpulan data, instrument pengumpulan data, validitas dan reliabilitas data,

dan tehnik analisis data. Pada bagian terakhir di bab satu ini dituliskan juga sebuah kerangka berfikir dan hipotesis dari penelitian.

Pada bab dua akan membahas terkait gambaram umum subjek penelitian, yang mencakup deskripsi lokasi penelitian, deskripsi subjek penelitian dan langkah – langkah pelaksanaan dalam melakukan penelitian.

Bab tiga yang merupakan inti penyusunan tesis. Bab ini akan memaparkan deskripsi dari hasil penelitian yang membahas tentang analisis deskriptif, meliputi kategorisasi variabel dan hasil validitas dan reliabilitas. Kemudian uji asumsi klasik sebagai prasyarat dilakukannya uji hipotesis, dan terakhir uji regresi linier berganda untuk mengetahui hubungan harapan dengan dan religiusitas pada kesejahteraan subjektif. Setelah dipaparkan hasil, peneliti menyertakan point pembahasan terkait hasil penelitian yang telah didapatkan

Selanjutnya bab empat berisi Penutup yang mencakup kesimpulan dari hasil pembahasan yang telah dituliskan dan disertai saran dari peneliti. Pada akhir penulisan tesis terdapat daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang terkait penelitian.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan dari keseluruhan hasil penelitian, maka peneliti dapat memberikan kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara harapan dan religiusitas secara bersama – sama dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa santri di DIY. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi harapan dan religiusitas, maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif yang dimiliki mahasiswa. Adapun sumbangan pengaruh X_1 dan X_2 terhadap Y sebesar 40,2% yang berarti memberikan pengaruh sedang/ cukup kuat.
2. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara harapan dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa santri di DIY. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi harapan, maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif yang dimiliki mahasiswa.
3. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa santri di DIY. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas, maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif yang dimiliki mahasiswa.

Hasil penelitian ini telah menjawab semua rumusan masalah, yang menyebutkan bahwa variabel independen secara bersamaan, dan individu berhubungan dengan kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif inilah yang kemudian dapat ditumbuhkan oleh mahasantri untuk berlangsung hidup saat ini dan selanjutnya. Dengan adanya kesejahteraan subjektif ini maka mahasantri dapat: mengendalikan emosinya, berfungsi dengan baik sesuai dengan peran mereka dalam kehidupan, memanfaatkan emosi yang dimiliki untuk memperbaiki perilaku yang kurang baik atau dapat menumbuhkan semangat dalam hidup, lebih dapat menerima, mensyukuri dan memandang hal – hal secara positif serta dapat memiliki perilaku yang dapat memberikan kedamaian, energi positif di lingkungan sekitar

B. Saran

1. Bagi Subjek (Mahasiswa Santri)

Kesejahteraan mahasantri dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya harapan dan religiusitas. Untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif, mahasantri diharapkan untuk dapat mengembangkan harapan, khususnya pada mahasantri yang masih memiliki harapan rendah. Salah satu caranya yaitu dengan mengenali kekuatan atau kemampuan diri, membangun relasi yang positif, serta lebih fokus pada tujuan yang hendak dicapai dengan dukungan yang kuat dari dalam diri atau faktor eksternal lain yang dapat membangun.

Selain itu, mahasantri diharapkan benar - benar mampu menumbuhkan religiusitasnya, meningkatkan *background* mereka adalah santri di pondok

pesantren. Religiusitas dapat ditumbuhkan dengan cara meningkatkan ketaqwaan pada Allah, salah satunya dengan sepenuhnya meyakini segala kuasaNya, mematuhi perintah Allah, menjalankan ibadah – ibadah dan syariat agama lainnya. Dapat juga dengan banyak melakukan kegiatan - kegiatan agama seperti mengikuti kajian atau menambah ilmu agama, dan tergabung dalam komunitas, serta diharapkan menjalin relasi yang positif, agar mendapatkan *support system* yang baik.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengembangkan penelitian dengan cakupan yang lebih luas, baik dari segi subjek penelitian maupun faktor – faktor lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif. Agar nantinya penelitian dapat lebih berkembang, bermanfaat secara luas dan memiliki akurasi yang tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdel-khalek, A. M. (2010). Quality of life, subjective well-being, and religiosity in Muslim college students. *Quality of Life Research*, 19(8), 1133-1143. <https://doi.org/10.1007/s11136-010-9676-7>
- Abdel-Khalek, A. M., & Lester, D. (2018). Subjective well-being and religiosity: significant associations among college students from Egypt and the United Kingdom. *International Journal of Culture and Mental Health*, 11(3), 332-337.
- Addai, I., Opaku-Agyeman, C., & Amanfu, S. K. (2014). Exploring predictors of subjective well-being in Ghana: A micro-level study. *Journal of Happiness Studies*, 15(4), 869- 890. <https://doi.org/10.1007/s10902-013- 9454-7>
- Ai, A. L., Peterson, C., Tice, T. N., Bolling, S. F., & Koenig, H. G. (2004). Faith-based and secular pathways to hope and optimism subconstructs in middle-aged and older cardiac patients. *Journal of Health Psychology*, 9(3), 435-450.
- Allen, M.J. & Yen, W.M. (1979). *Introduction to measurement theory*. Monterey, CA: Brooks/Cole Publishing Company
- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of personality and social psychology*, 5(4), 432.
- Amir, Y., & Lesmawati, D.R. (2016). Religiusitas dan spiritualitas: Konsep yang sama atau berbeda? *Jurnal Ilmiah Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 2(2), 67-73.
- Arfah, T. (2019). Kontribusi Kesadaran Diri (Self-Awareness) Dan Harapan (Hope) Terhadap Career Adaptability Mahasiswa. 2(1).
- Arnett, J.J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*. Vol 55(5), 469–480. doi:10.1037/0003-066X.55.5.469.
- Azwar, S. (2016). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2022). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Pustaka pelajar.
- B. J. Hill, P. C., Pargament, K. I., Hood, R. W., McCullough, M. E., Swyers, J. P., Larson, D. B., & Zinnbauer. (2000), "Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure," *J. Theory Soc. Behav.*, vol. 23, no. 2, pp. 192–201,

- Brenden, N. (1992). *The power of self-esteem*. New York. Bantam Books
- Chairani, L., Wimbari, S., Subandi, S., & Wibirama, S. Uji Validitas Konstruk The Centrality of Religiosity Scale (CRS-15) Pada Sampel Muslim. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 4(2), 125-136.
- Chang, E . C ., Kahle, E . R ., Yu, E . A ., Lee, J . Y ., Kupfermann, Y ., & Hirsch, J . K . (2013) . Relations of religiosity and spirituality with depressive symptoms in primary care adults: Evidence for hope agency and pathway as mediators . *The Journal of Positive Psychology*. 8(4), 314–321 . doi .org/10 .1080/17439760 .2013 .800905
- Ciarrocchi, J . W ., Dy-Liacco, G . S ., & Deneke, E . (2008) .Gods or rituals? Relational faith, spiritual discontent, and religious practices as predictors of hope and optimism . *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 120–136 . doi .org/10 .1080/17439760701760666
- Cohen AB, Johnson KA. (2017). The relation between religion and well-being. *Appl Res Qual Life*. 12(3):533–547. doi: 10.1007/s11482
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive psychology: The science of happiness and flourishing (2nd ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Creswell, J. W., & Guetterman, T. C. (2019). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research (6th ed.)*. Pearson Education, Inc
- Del Rio, C M , & White, L J (2012) Separating spirituality from religiosity: A holymorphic attitudinal perspective. *Psychology of Religion and Spirituality*, 4(2), 123–142 doiorg/10 1037/a0027552
- Depi, R. U. (2020). Hubungan Religiusitas Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Santri Pondok Pesantren Di Madrasah Aliyah Swasta Darul Ulum Banda Aceh (Doctoral dissertation, UIN AR-RANIRY).
- Diener E, Oishi S, Lucas RE (2003). Personality, culture, and subjective well -being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Ann Rev Psychol*, 54:403 -425. 2
- Diener, E , Tay, L , & Myers, D G (2011) The religion paradox: If religion makes people happy, why are so many dropping out? *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1278–1290 doi org/10 1037/a0024402

- Diener, E. (1994). Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities. *Social Indicators Research*. Vol 31: 103-157. <https://doi.org/10.1007/BF0120705>
- Diener, E., & Chan, M.Y. (2011). Happy people live longer: subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and WellBeing*. 3(1): 1–43. doi:10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2005). *Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction*. In C. R.
- Diener, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2): 276-302.
- Diener, Ed., & Ryan, K. (2009). Subjective Well-Being: A General Review. *South African Journal of Psychology*, Vol. 39, No. 4, 391-406.
- DiPierro M, Fite PJ, Johnson-Motoyama M. (2018). The role of religion and spirituality in the association between hope and anxiety in a sample of latino youth. Paper presented at: Child & Youth Care Forum
- Effendi, Ratna Mufidha. (2008). Hubungan Religiusitas Dengan Perilaku Agresi Remaja Madrasah Tsanawiyah Persiapan Negeri Batu (Skripsi Sarjana). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri, Malang
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton & Company, Inc.
- Feldman, D. B., & Snyder, C. R. (2005). Hope and the Meaningful Life: Theoretical and Empirical Associations Between Goal-Directed Thinking and Life Meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(3), 401–421. <https://doi.org/10.1521/jscp.24.3.401.65616>
- García-Alandete, J., Martínez, E. R., Sellés Nohales, P., & Soucase Lozano, B. (2018). Meaning in life and psychological well-being in spanish emerging adults. *Acta colombiana de Psicología*, 21(1), 196-216.
- Ghozali, I. (2006). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Glock, C. Y. (1962). On the study of religious commitment.
- Glock, C. Y., & Stark, R. (1988). Agama: dalam Analisa Interpretasi Sosiologis. *Rajawali Pers*.

- Harley, D , & Hunn, V (2015) Utilization of Photovoice to explore hope and spirituality among low-income African American adolescents. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 32(1), 3–15 doi org/10 1007/s10560-014-0354-4
- Hill, P.C., Pergament, K.I., Hood, R.W., McCullough, M.E., Sawyer, J.P., Larson, D.B., & Zinnbauer, B.J. (2000). Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 30, 51-77.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and individual differences*, 33(7), 1073-1082.
- Hrlich, B. S. & Isaacowitz, D. M, (2002). Does subjektif well-being increase with age? Diakses tanggal 29 November 2023 <http://www.bespin.stwing.upenn.edu/~upsych/perspective/2002/ehrlich.pdf>.
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The centrality of religiosity scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710-724.
- Jalaluddin. (2012). *Psikologi Agama: memahami perilaku dengan mengaplikasikan prinsip-prinsip psikologi*. Depok. Raja Grafindo Prasada.
- Juliana Cerentini Pacico*; Micheline Roat Bastianello; Cristian Zanon; Claudio Simon Hutz. (2013). SciELO - Brazil—Adaptation and validation of the dispositional hope scale for adolescents Adaptation and validation of the dispositional hope scale for adolescents. <https://www.scielo.br/j/prc/a/KDmQSVJFW4Sw97jzRgDk4bk/>
- Kelly, G. (2003). *The psychology of personal constructs: Clinical diagnosis and psychotherapy*. Routledge. Vol 2
- Khairani, Ayu (2014). Hubungan Dukungan Sosial dengan Subjective Well Being Pada Mahasiswa yang Bekerja
- Khairudin, K., & Mukhlis, M. (2019). Peran religiusitas dan dukungan sosial terhadap subjective well-being pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 85-96.
- Kim-Prieto, Ch., Diener, E., Tamir, M., Scollon, CH., & Diener, M. (2005). Integrating the Diverse Definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 6(3), 261–300.

- Kirmani, M.N.,dkk (2015). Hope, resilience and subjective well-being among college going adolescent girls. *International Journal of Humanities dan Social Science Studies (IJHSSS)*. Volume 2. Hlm: 262-270
- Kwong, J. M. C. (2019). What is hope? *European Journal of Philosophy*, 27(1), 243–254. <https://doi.org/10.1111/ejop.12391>
- Lopez, S., Snyder, C., & Pedrotti, J. (2003). *Hope: Many definitions, many measures*. In S. Lopez, & C. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 91- 106). Washington DC: American Psychological Association.
- Lucette, A , Ironson, G , Pargament, K I , & Krause, N (2016). Spirituality and religiousness are associated with fewer depressive symptoms in individuals with medical conditions *Psychosomatics*, 57(5), 505–513 doi org/10 1016/j psym 2016 03 00
- McGill JS, Paul PB. Functional status and hope in elderly people with and without cancer. *Oncol Nurs Forum*. 1993;20(8):1207–1213.
- Mehrens, W.A. & Lehmann, I.J. (1973). *Measurement and evaluation in education and psychology*. New York: Holt, Rinehart and Winston, In
- Merolla, A. J., Bernhold, Q., & Peterson, C. (2021). Pathways to connection: An intensive longitudinal examination of state and dispositional hope, day quality, and everyday interpersonal interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(7), 1961–1986. <https://doi.org/10.1177/02654075211001933>
- Mowrer, O. "Two-Factor Learning Theory: Versions One and Two." *Learning theory and behavior*, Inc (1960): 63 -91. <https://doi.org/10.1037/10802-003>
- Mufliyanti, A. (2018). *pengaruh religiusitas, emotional intelligence, dan usia pernikahan terhadap kepuasan pernikahan pada wanita di masa perimenopause* (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends, and Faith of Happy People. *American Psychology*. 55 (1). 56-67.
- Nayana, F.N. (2013). Kefungsian Keluarga dan Subjective Well-Being Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol 1(2). 230-24
- Nell, W., & Rothmann, S. (2018). Hope, religiosity, and subjective well-being. *Journal of Psychology in Africa*, 28(4), 253-260.

- Pahlevan Sharif, S., Amiri, M., Allen, K. A., Sharif Nia, H., Khoshnavay Fomani, F., Hatef Matbue, Y., ... & Waheed, H. (2021). Attachment: the mediating role of hope, religiosity, and life satisfaction in older adults. *Health and Quality of Life Outcomes*, 19(1), 1-10.
- Park, N. (2004). "The role subjective well-being in positive youth development", Retrieved December 25, from <http://ann.sagepub.com/cgi/reprint/591/1/25>,
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association ; Oxford University Press.
- Priyatno, Duwi. 2010. *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS*. Yogyakarta: Gava Media.
- Quan, P., Huang, D., Yu, Y., & Liu, R. (2016). Mediation role of hope between self efficacy and subjective well-being.
- Retnawati, H., Reliabilitas dan Validitas Karakteristik Butir, (2020). Purnama Publisng:Yogyakarta.
- Reynold, C. R., Livingstone, R. B. & Wilson, V. (2010). *Measurement and Assesment in Education*. New York, NY: Pearson
- Ryff, Carol D., & Singer, B. (1996). Psychological Well Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychother Psychosom*. 65. 14-23.
- Santrock, John W. *Essentials of Life-span Development: PSYCH 112 Padgett*. McGraw-Hill Education, 2015.
- Schmid, K.S., Phelps, E., & Lerner, R.M. (2011). Constructing positive futures: modeling the relationship between adolescents' hopeful future expectations and international self regulation in predicting positive youth development. *Journal of Adolescence*. Vol 34: 1127-1135.
- Setiawan, N. A., & Milati, A. Z. (2022). Hubungan Antara Harapan Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Yang Mengalami Toxic Relationship. ANFUSINA: *Journal of Psychology*, 5(1), 13-24. <https://doi.org/10.24042/ajp.v5i1.13985>
- Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (2nd ed., pp. 63-73). New York: Oxford University Press. <http://dx.doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0017>

- Snyder, C. R. (2000). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. Academic press.
<https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=2KHRRaqqxTMC&oi=fnd&pg=PP2&dq=Handbook+of+hope+theory,+measures+dan+applications.&ots=4E8kUKWTuJ&sig=TR7zSMA5WUuGVAatlO8lClx-ZjZg>
- Snyder, C. R., & Lopez (2007). *Positive psychology in scientific and practical exploration of human strength*. London: Sage Publication.
- Snyder, C. R. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 570-585
- Snyder, D. K., Simpson, J. E., & Hughes, J. N. (2006). *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. xiv-332). American Psychological Association.
- Stotland, E. (1969). Exploratory Investigations of Empathy. The preparation of this article and all of the initially reported studies were supported by a grant from the National Science Foundation. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 4, pp. 271-314). Academic Press.
[https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60080-5](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60080-5)
- Suhermanto, S. (2017). Ambivalensi Perilaku Mahasiswa Santri Dalam Era Globalisasi. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan*, 4(2).
- Sulistiyowati, N. D., & Izzaty, R. E. (2021). Hope dan Subjective Well-Being pada Remaja yang Pernah Menjadi Korban Bullying. *Acta Psychologia*, 3(2), 105-110.
- Vaez, M., Kristenson, M., & Laflamme, L. (2004). Perceived quality of life and self-rated health among first-year university students. *Social indicators research*, 68, 221-234.
- Vinueza-Solórzano, A. M., Campoverde, R. E., Portalanza-Chavarría, C. A., De Freitas, C. P. P., Hutz, C. S., & Vazquez, A. C. S. (2023). Adaptation and validation of the Adult Dispositional Hope Scale in the Ecuadorian context. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 36(1), 3. <https://doi.org/10.1186/s41155-023-00246-2>
- Wagner, A. C., Hart, T. A., McShane, K. E., Margolese, S., & Girard, T. A. (2014). Health care provider attitudes and beliefs about people living with HIV: Initial validation of the health care provider HIV/AIDS Stigma Scale (HPASS). *AIDS and Behavior*, 18, 2397-2408.

- Weil, C.M. (2000). Exploring hope in patients with end stage renal disease on chronic hemodialysis. *ANNA Journal*. 27, 219-223.
- Woyciekoski, C. (2012). A relação entre Personalidade e Eventos de Vida e as suas contribuições para o Bem-estar Subjetivo.
- Wuri W, E., & Dini, K. (2018) Gambaran Masalah Kesehatan Jiwa Mahasiswi Yang Tinggal di Pondok Pesantren Al Husna Summersari Jember.
- Yers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is Happy?. *Psychological Science*. Vol 6(1): 1019.
- Yudra, F. O., Fikri, F., & Hidayat, A. (2018). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Stres Kerja Pada Anggota Brimob Polda Riau. *An-Nafs*, 12(1), Article 1.