

**HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN PSYCHOLOGICAL
WELL-BEING DAN HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MAHASISWA SANTRI**



SKRIPSI

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

Disusun oleh:

Istaffiru Shiba Arrosyida

NIM. 22107010008

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

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

2026

HALAMAN PENGESAHAN



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

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-3893/Un.02/DSH/PP.00.9/07/2026

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DAN HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA SANTRI

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ISTAFFIRU SHIBA ARROSYIDA
Nomor Induk Mahasiswa : 22107010008
Telah diujikan pada : Senin, 15 Juni 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

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

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 6a6097a248477e



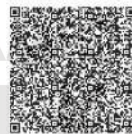
Penguji I
Dr. Maya Fitria, S. Psi, M.A
SIGNED

Valid ID: 6a5e0d64a7f5



Penguji II
Sabiqotul Husna, S.Psi., M.Sc.
SIGNED

Valid ID: 6a572258b67f5



Yogyakarta, 15 Juni 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6a60fcb5a053b

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Istaffiru Shiba Arrosyida

NIM : 22107010008

Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya dengan judul "Hubungan antara Spiritualitas dan Dukungan Sosial terhadap *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Santri." adalah benar hasil karya penelitian saya sendiri, tanpa melanggar aturan akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data atau manipulasi data. Selain itu, terdapat beberapa bagian yang peneliti ambil dari kutipan penulis lain. Namun, telah sesuai dengan tata cara yang dibenarkan. Apabila terbukti melanggar kode etik akademik dan peraturan, maka sebagai peneliti saya siap menerima konsekuensi yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya supaya dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 01 Mei 2026

Yang menyatakan:



Istaffiru Shiba Arrosyida
NIM. 22107010008

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-03/R0

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Istaffiru Shiba Arrosyida

NIM : 22107010008

Judul Skripsi : Hubungan antara Spiritualitas dan Dukungan Sosial terhadap *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Santri.

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

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 01 Mei 2026
Pembimbing

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi
NIP. 19830501 201503 2 006

MOTTO

وَأَنْصَبْ فَإِنَّ لَذِيذَ الْعَيْشِ فِي النَّصَبِ

Berlelah-lelahlah, manisnya hidup terasa setelah lelah berjuang.

(Imam Syafi'i)

"And if you never bleed, you're never grow."

(The 1, Taylor Swift)

فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

"Apabila engkau telah bertekad, maka bertawakallah kepada Allah.

Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal."

(QS. Ali 'Imran [3]: 159)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim, puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan nikmat-Nya. Karya tulis ini ku persembahkan kepada:

ALMAMATER TERCINTA

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

KELUARGA

Kepada kedua orangtua yang saya hormati dan sayangi
Bapak Sumali dan Ibu Mughoyyamatul Mufidah

Teman-teman seperjuangan dan sahabat-sahabat terbaik saya yang telah berjuang bersama dari awal perjalanan hingga menuju puncak perjuangan kelulusan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat, karunia, dan pertolongan-Nya. Kedua, Sholawat dan Salam senantiasa tercurahkan kepada Baginda Rosulullah Muhammad SAW, beserta keluarga, para Sahabat dan seluruh ummat yang senantiasa mengikuti sunnahnya. Semoga kita mendapat syafaatnya kelak di yaumul akhir nanti. Peneliti menyadari bahwa dengan selesainya penulisan skripsi ini bukanlah semata-mata atas kemampuan sendiri, melainkan atas partisipasi dan kontribusi dari berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah berjasa dalam membantu kelancaran penelitian hingga penyelesaian naskah skripsi yang berjudul "Hubungan antara Spiritualitas dan Dukungan Sosial terhadap *Psychological Well-being*". Skripsi ini ditulis guna memenuhi syarat untuk mencapai gelar sarjana Psikologi pada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dalam menyelesaikan tugas akhir ini, penulis banyak mendapatkan dukungan, arahan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, peneliti mengucapkan beribu terimakasih kepada seluruh pihak yang mendorong pengembangan kerangka berpikir dan pengetahuan berharga yang tak terbatas, diantaranya:

1. Bapak Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res. selaku Kepala Program Studi Psikologi
4. Ibu Rita Setyani, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang selalu memberikan bimbingan, dukungan semangat, nasihat, waktu dan senantiasa sabar dalam memberikan masukan selama proses penelitian ini berlangsung.
5. Ibu Dr. Maya Fitria, S.Psi., M.A. selaku penguji satu yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyelesaian tugas skripsi penulis, sehingga

skripsi ini bisa menjadi lebih baik.

6. Ibu Sabiqotul Husna, S.Psi.,M.Sc. selaku penguji satu yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyelesaian tugas skripsi penulis, sehingga skripsi ini bisa menjadi lebih baik.
7. Dosen Pembimbing Akademik saya, Ibu Isma yang telah membimbing saya dalam menjalani proses akademik selama di perkuliahan.
8. Bapak Dr. Benny Herlena, S.Psi.,M.A. yang telah menuntun saya melalui kesulitan-kesulitan dalam mengerjakan skripsi, memberikan doa dan semangat yang luar biasa.
9. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan *ruh* pada ketidaktahuan penulis, pengajaran dan pengalaman yang berharga, serta seluruh staff bidang Tata Usaha yang telah membantu dalam proses penelitian ini.
10. Bapak Kyai Jirjis Ali dan Ibu Nyai Luthfiyyah Baidlowi yang telah mendoakan dan mengarahkan penulis.
11. Kepada kedua matahariku, Bapak Sumali dan Ibu Mughoyyamatul Mufidah untuk perjuangan, perngorbanan, kasih sayang dan ketulusan yang luar biasa. Juga do'a, nasihat, dan arahan yang menuntun langkah penulis. Semua ini tidak akan terwujud tanpa keduanya.
12. Kedua adik tersayang penulis, neja dan oby serta Kakak tercinta penulis, Alman, yang menjadi penyemangat, pelengkap dan penghibur penulis.
13. Kepada partner senasib seperjuangan Teteh dan Hiba yang kehadirannya menjadi tempat berkeluh kesah dan membantu penulis melewati masa-masa sulit perkuliahan psikologi.
14. Seluruh kawan KKN 48 Sambeng terutama Salma dan Fuat sebagai teman begadang penulis untuk mengerjakan skripsi.
15. Seluruh mbak-mbak Komplek Gedung Putih yang bersedia menjadi subjek penelitian, subjek eksperimen, dan subjek praktikum penulis dalam menyelesaikan tugas-tugas mata kuliah dan skripsi. Kontribusi kalian sangat berarti bagi penulis,
16. Seluruh mahasiswa-mahasiswi santri Daerah Istimewa Yogyakarta yang

bersedia menjadi responden penelitian dan membantu kelancaran skripsi penulis.

17. Musisi Taylor Swift, One Direction, Adele, Edd Sheeran, James Arthur, Hindia, Feast, Denny Caknan, Woro Widowati, Niken Salindri yang karya-karyanya menemani dan menghidupkan semangat penulis di setiap sesi pengerjaan skripsi.

Terimakasih untuk seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu atas keikhlasan, kesabaran, dan bantuan yang diberikan. Semoga Allah SWT kelak membalas dengan kebaikan yang berrkali-kali lipat.

Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak.

Yogyakarta, 03 Juni 2026



Istaffiru Shiba Arrosyida
NIM.22107010008

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
<i>ABSTRACT</i>.....	xiv
INTISARI	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian.....	9
C. Manfaat Penelitian.....	9
D. Keaslian Penelitian	11
BAB II DASAR TEORI.....	21
A. Psychological Well-Being	21
B. Spiritualitas	30
C. Dukungan Sosial	36
D. Dinamika Hubungan Spiritualitas dan Dukungan Sosial dengan <i>Psychological Well-being</i> terhadap Mahasiswa Santri.	39
E. Hipotesis.....	42
BAB III METODE PENELITIAN.....	44
A. Desain Penelitian	44
B. Identifikasi Variabel Penelitian	44
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	45
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	46

E. Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	48
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	51
G. Teknik Analisis Data.....	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	54
A. Orientasi Kancan dan Persiapan	54
B. Pelaksanaan Penelitian.....	61
D. Pembahasan	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
C. Keterbatasan Penelitian.....	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 <i>Literature Review</i>	11
Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> skala <i>Psychological Well-being</i>	49
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Spiritualitas	50
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala Dukungan Sosial	51
Tabel 4.1 Distribusi Aitem Valid dan Gugur Skala <i>Psychological Well-Being</i>	57
Tabel 4.2 Seleksi Aitem <i>Psychological Well-Being</i>	57
Tabel 4.3 Distribusi Sebaran Aitem Spiritualitas	58
Tabel 4.4 Seleksi Aitem Spiritualitas.....	59
Tabel 4.5 Distribusi Sebaran Aitem Dukungan Sosial.....	60
Tabel 4.6 Seleksi Aitem Dukungan Sosial.....	60
Tabel 4.7 Hasil Reliabilitas Skala	61
Tabel 4.8 Jenis Kelamin	62
Tabel 4.9 Usia	62
Tabel 4.10 Asal Daerah.....	63
Tabel 4.11 Nama Pondok Pesantren.....	64
Tabel 4.12 Deskripsi Statistik	66
Tabel 4.13 Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i>	67
Tabel 4.14 Kategorisasi Spiritualitas.....	68
Tabel 4.15 Kategorisasi Dukungan Sosial	69
Tabel 4.16 Hasil Uji Normalitas.....	70
Tabel 4.17 Pemeriksaan Histogram, Q-Q Plot, Skewness, Kurtosis, dan Boxplot	71
Tabel 4.18 Statistik Deskriptif Non-Parametrik.....	72
Tabel 4.19 Hasil Uji Korelasi Spiritualitas <i>Spearman</i> dan	73
Tabel 4.20 Hasil Analisis Tambahan Korelasi <i>Spearman</i> Lama Mondok Bersamaan dengan Kuliah terhadap <i>Psychological Well-Being</i> , Spiritualitas, dan Dukungan Sosial.....	75

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Dinamika Hubungan Spiritualitas dan Dukungan Sosial terhadap <i>Psychological well-being</i> Mahasiswa Santri	42
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala I Psychological Well-Being	94
Lampiran 2. Skala Ii Spiritualitas	96
Lampiran 3. Skala Iii Dukungan Sosial	100
Lampiran 4. Tabulasi Data Uji Coba <i>Psychological Well-Being</i>	102
Lampiran 5. Tabulasi Data Uji Coba Spiritualitas.....	105
Lampiran 6. Tabulasi Data Try Out Dukungan Sosial	108
Lampiran 7. Output Uji Reliabilitas Skala <i>Psychological Well-Being</i>	111
Lampiran 8. Output Uji Reliabilitas Skala Spiritualitas	123
Lampiran 9. Output Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial	147
Lampiran 10. Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem <i>Psychological Well-Being</i>	159
Lampiran 11. Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem Spiritualitas	160
Lampiran 12. Uji Reliabilitas dan Seleksi Aitem Dukungan Sosial	162
Lampiran 13. Distribusi aitem valid dan gugur skala <i>Psychological Well-Being</i>	163
Lampiran 14. Distribusi aitem valid dan gugur skala Spiritualitas	164
Lampiran 15. Distribusi aitem valid dan gugur skala Dukungan Sosial	165
Lampiran 16. Hasil Uji Normalitas, Analisis Histogram, Densit, Q-Q Plot, Blox Plot	166
Lampiran 17. Hasil Uji Korelasi	171
Lampiran 18. Kategorisasi	172
Lampiran 19. Hasil Uji Spearman rho.....	173
Lampiran 20. Surat Perizinan Pondok Pesantren	174
Lampiran 21. Surat Permintaan Data KEMENAG	176
Lampiran 22. Data Santri Komplek Gedung Putih.....	177
Lampiran 23. Data Jumlah Perguruan Tinggi Kemendikti.....	178
Lampiran 24. Data Jumlah Santri DIY KEMENAG.....	179
Lampiran 25. Kesiediaan Responden	180
Lampiran 26. Lembar Identitas Diri dan Kategorisasi	181

**"THE CORRELATION BETWEEN SPIRITUALITY AND SOCIAL SUPPORT ON
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF ISLAMIC BOARDING SCHOOL STUDENTS"**

Istaffiru Shiba Arrosyida
22107010008

ABSTRACT

Student-santri are individuals who simultaneously study at a university and an Islamic boarding school (pesantren). This dual role can create various demands that potentially affect their psychological well-being. In the context of Islamic boarding school life, spirituality and social support are believed to be factors that play a role in supporting their psychological well-being. This study aims to determine the relationship between spirituality and psychological well-being, the relationship between social support and psychological well-being, and the relationship between spirituality and social support in Islamic boarding school (santri) students. This study involved 225 respondents selected using a purposive sampling technique. Data were collected using the Spirituality Scale (38 items), the Social Support Scale (12 items), and the Psychological Well-Being Scale (16 items). Data analysis was performed using Spearman's rho correlation. The choice of nonparametric analysis was based on the results of examining the data distribution through the Shapiro–Wilk normality test, histogram, Q–Q plot, boxplot, and skewness and kurtosis values, which indicated the presence of distribution deviations and extreme values, especially in the social support variable. Therefore, Spearman's correlation was considered more appropriate for use. The results of the study showed that spirituality had a significant positive relationship with psychological well-being ($r_s = 0.266$; $p < 0.001$) with a small to moderate strength of relationship. Social support also had a significant positive relationship with psychological well-being ($r_s = 0.184$; $p = 0.006$) with a small strength of relationship. In addition, spirituality had a significant positive relationship with social support in Islamic boarding school students. Thus, the higher the spirituality, the higher the psychological well-being, and the higher the social support, the higher the psychological well-being in Islamic boarding school students.

Keywords: spirituality, social support, psychological well-being, Islamic boarding school students

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

**HUBUNGAN SPIRITUALITAS DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DAN
HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA
MAHASISWA SANTRI**

Istaffiru Shiba Arrosyida
22107010008

INTISARI

Mahasiswa santri adalah individu yang secara bersamaan menempuh pendidikan di perguruan tinggi dan pondok pesantren. Peran ganda tersebut dapat menimbulkan berbagai tuntutan yang berpotensi memengaruhi *psychological well-being* mahasiswa santri. Dalam konteks kehidupan pesantren, spiritualitas dan dukungan sosial diyakini sebagai faktor yang berperan dalam mendukung kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan spiritualitas dengan *psychological well-being* dan hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being*, serta hubungan spiritualitas dengan dukungan sosial pada mahasiswa santri. Penelitian ini melibatkan 225 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan Skala Spiritualitas (38 aitem), Skala Dukungan Sosial (12 aitem), dan Skala *Psychological Well-Being* (16 aitem). Analisis data dilakukan menggunakan korelasi Spearman's rho. Pemilihan analisis nonparametrik didasarkan pada hasil pemeriksaan distribusi data melalui uji normalitas Shapiro–Wilk, histogram, Q–Q plot, boxplot, serta nilai skewness dan kurtosis yang menunjukkan adanya penyimpangan distribusi dan nilai ekstrem, khususnya pada variabel dukungan sosial, sehingga korelasi Spearman dinilai lebih sesuai untuk digunakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *psychological well-being* ($r_s = 0,266$; $p < 0,001$) dengan kekuatan hubungan kecil hingga sedang. Dukungan sosial juga memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *psychological well-being* ($r_s = 0,184$; $p = 0,006$) dengan kekuatan hubungan kecil. Selain itu, spiritualitas memiliki hubungan positif yang signifikan dengan dukungan sosial pada mahasiswa santri. Dengan demikian, Dengan demikian, semakin tinggi spiritualitas maka semakin tinggi *psychological well-being*, dan semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi *psychological well-being* pada mahasiswa santri.

Kata kunci: spiritualitas, dukungan sosial, *psychological well-being*, mahasiswa santri

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis selama menjalani pendidikan di perguruan tinggi. Kerentanan tersebut muncul sebagai konsekuensi dari berbagai tuntutan akademik, proses penyesuaian diri terhadap lingkungan baru, perubahan peran sosial, serta tuntutan perkembangan pada masa dewasa awal. Triwahyuni dan Prasetyo (2021) menjelaskan bahwa berbagai penelitian menunjukkan adanya peningkatan gangguan psikologis pada mahasiswa dalam beberapa tahun terakhir. Gangguan tersebut tidak hanya berdampak pada kesehatan mental, tetapi juga memengaruhi kemampuan berkonsentrasi, motivasi belajar, hubungan sosial, hingga meningkatkan risiko mahasiswa menghentikan studinya. Dalam menghadapi berbagai tuntutan tersebut, *psychological well-being* berperan sebagai faktor protektif yang membantu mahasiswa beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan, mengelola tekanan yang dihadapi, serta mempertahankan keberfungsian psikologisnya. Oleh karena itu, *psychological well-being* menjadi aspek penting yang perlu mendapat perhatian dalam konteks pendidikan tinggi.

Mahasiswa santri merupakan kelompok mahasiswa yang mengemban dua tanggung jawab sekaligus, yakni mengikuti pendidikan tinggi sebagai mahasiswa dan menjalani kehidupan kepesantrenan sebagai santri yang terikat pada aturan serta sistem pembinaan pesantren (Radisti et al., 2023). Secara kronologis, mahasiswa santri jenjang sarjana umumnya berada pada rentang usia 18–21 tahun, yaitu masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal. Menurut Santrock (2011), masa dewasa awal merupakan periode transisi yang ditandai dengan eksplorasi identitas dan penyesuaian terhadap berbagai tuntutan perkembangan. Konsep ini sejalan dengan teori *emerging adulthood* yang dikemukakan Arnett (2000), yaitu fase kehidupan yang ditandai dengan perubahan nilai, tujuan hidup, peran, dan lingkungan

sosial. Hurlock (1980) juga menjelaskan bahwa masa transisi tersebut sering disertai ketegangan emosional, kebingungan peran, dan meningkatnya kerentanan terhadap tekanan psikologis. Kerentanan perkembangan tersebut menjadi semakin kompleks ketika mahasiswa santri harus menyeimbangkan dua tuntutan sekaligus, yaitu memenuhi capaian akademik di perguruan tinggi sekaligus menjalankan berbagai aktivitas kepesantrenan, seperti mengikuti pembelajaran keagamaan, menaati tata tertib pesantren, serta berpartisipasi dalam berbagai kegiatan pembinaan. Kompleksitas tuntutan tersebut menjadikan mahasiswa santri memerlukan kemampuan adaptasi psikologis yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang hanya menjalankan peran akademik.

Kondisi peran ganda yang dijalani mahasiswa santri berpotensi memunculkan tekanan akademik, sosial, maupun spiritual yang berkaitan erat dengan *psychological well-being*. Freire et al. (2016) menjelaskan bahwa rendahnya *psychological well-being* dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap stres akademik, memunculkan emosi negatif, serta menurunkan kemampuan dalam menyelesaikan berbagai tugas dan tuntutan akademik. Menurut Ryff (1989), individu dengan *psychological well-being* yang rendah cenderung kurang mampu menerima dirinya, memiliki penilaian negatif terhadap diri sendiri, dan merasa tidak puas terhadap kehidupannya. Kondisi tersebut dapat berkembang menjadi berbagai dampak psikologis yang lebih serius, seperti munculnya perasaan tidak bahagia, tekanan batin, hilangnya arah hidup, penurunan kepercayaan diri, kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, hingga meningkatnya risiko gangguan depresi (Norhidayah et al., 2025). Sebaliknya, individu yang memiliki *psychological well-being* yang baik akan lebih mampu beradaptasi dengan berbagai perubahan, mengelola tekanan secara efektif, serta menjalankan berbagai peran kehidupan secara lebih optimal. Dengan demikian, *psychological well-being* menjadi aspek yang sangat penting bagi mahasiswa santri agar mampu mempertahankan keseimbangan antara tuntutan akademik dan kehidupan kepesantrenan.

Urgensi tersebut didukung oleh berbagai temuan empiris yang menunjukkan bahwa *psychological well-being* mahasiswa santri belum sepenuhnya berada pada kondisi yang optimal. Zahrah dan Sukirno (2022) menemukan bahwa stres akademik berkorelasi negatif dengan *psychological well-being*, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa santri maka semakin rendah tingkat *psychological well-being* yang dimiliki. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian terhadap 131 mahasiswa santri di Yogyakarta yang menunjukkan bahwa *psychological well-being* mahasiswa santri cenderung lebih rendah di tengah berbagai tuntutan kehidupan akademik dan pesantren. Selain itu, Wardani dan Maryam (2024) melaporkan bahwa sebanyak 4% santri berada pada kategori *psychological well-being* sangat rendah dan 31% berada pada kategori rendah. Hasil-hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa santri masih menjadi persoalan yang memerlukan perhatian, mengingat kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam beradaptasi, menjalankan peran secara optimal, serta mencapai keberhasilan akademik maupun perkembangan diri.

Psychological well-being merupakan kondisi ketika individu mampu berfungsi secara optimal dalam kehidupannya, tidak hanya ditandai dengan terbebas dari gangguan psikologis, tetapi juga dengan kemampuan menerima diri, menjalin hubungan positif dengan orang lain, bersikap mandiri, menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta terus mengembangkan potensi diri (Ryff, 1989). Dengan demikian, *psychological well-being* tidak sekadar mencerminkan kebahagiaan sesaat, tetapi menunjukkan kualitas keberfungsian psikologis yang memungkinkan individu untuk tumbuh, beradaptasi, dan menghadapi berbagai tantangan kehidupan secara efektif. Ryff dan Keyes (1995) serta Van Dierendonck (2004) menjelaskan bahwa *psychological well-being* dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya faktor demografis, sosial, dan spiritual. Di antara berbagai faktor tersebut, spiritualitas dan dukungan sosial menjadi dua aspek yang paling relevan untuk dikaji dalam konteks kehidupan mahasiswa santri karena keduanya

merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari sistem pendidikan pesantren.

Spiritualitas berkaitan dengan pencarian makna dan tujuan hidup serta rasa keterhubungan individu dengan diri sendiri, orang lain, lingkungan, dan Tuhan atau kekuatan transenden (Fisher, 2011). Dalam konteks mahasiswa santri, spiritualitas tidak hanya dipahami sebagai keyakinan pribadi, tetapi juga diwujudkan melalui berbagai aktivitas religius yang menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari di pesantren. Pembiasaan ibadah, kajian keagamaan, serta internalisasi nilai-nilai religius diharapkan mampu menjadi sumber makna, kekuatan, dan ketahanan psikologis ketika mahasiswa santri menghadapi berbagai tuntutan akademik maupun kehidupan kepesantrenan. Sejalan dengan hal tersebut, berbagai penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas berhubungan dengan kemampuan coping yang lebih adaptif, ketenangan batin, optimisme, serta tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi (Park, 2005; Fisher, 2011).

Selain spiritualitas, dukungan sosial juga merupakan faktor yang diperkirakan berperan penting dalam menjaga *psychological well-being* mahasiswa santri. Dukungan sosial merupakan sumber daya yang diperoleh individu melalui hubungan interpersonal yang ditandai dengan adanya perhatian, kasih sayang, penghargaan, serta bantuan dari orang lain (Gottlieb, 1983). Lingkungan pesantren yang bercirikan kehidupan komunal memungkinkan mahasiswa santri memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya, pengasuh, ustadz, maupun keluarga. Dukungan tersebut dapat membantu individu menghadapi tekanan, meningkatkan kemampuan beradaptasi terhadap berbagai tuntutan, serta mengurangi dampak negatif dari stres yang dialami (Thoits, 2011). Oleh karena itu, keberadaan dukungan sosial menjadi salah satu sumber daya psikologis yang penting dalam membantu mahasiswa santri mempertahankan kesejahteraan psikologisnya di tengah berbagai tuntutan akademik dan kehidupan pesantren.

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa spiritualitas, religiusitas, maupun dukungan sosial berhubungan dengan *psychological well-being* pada berbagai kelompok populasi, seperti mahasiswa reguler dan

remaja (Eva et al., 2020; Cholili et al., 2024). Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan spiritualitas dengan *psychological well-being* dan hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa santri masih relatif terbatas. Padahal, mahasiswa santri memiliki karakteristik yang khas karena menjalankan dua sistem pendidikan secara bersamaan, yaitu pendidikan tinggi dan pendidikan pesantren, sehingga menghadapi pengalaman psikologis yang berbeda dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Dengan demikian, hasil penelitian pada populasi umum belum tentu dapat menggambarkan kondisi *psychological well-being* mahasiswa santri secara utuh. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan spiritualitas dengan *psychological well-being* dan hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa santri guna memperkaya bukti empiris sekaligus memberikan pemahaman yang lebih kontekstual mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis pada kelompok tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan spiritualitas dengan *psychological well-being* dan hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa santri. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi, khususnya mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan *psychological well-being* pada mahasiswa santri, serta menjadi masukan bagi perguruan tinggi dan pengelola pesantren dalam merancang upaya yang mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa santri.

Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa *psychological well-being* merupakan aspek yang penting untuk diperhatikan dalam kehidupan mahasiswa santri. Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kondisi ketika individu mampu menerima dirinya, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam mengambil keputusan, mampu mengelola lingkungannya, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta terus mengembangkan potensi dirinya. Dengan demikian,

psychological well-being tidak hanya mencerminkan kebahagiaan atau ketiadaan gangguan psikologis, tetapi juga menunjukkan kemampuan individu untuk berfungsi secara optimal dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. Bagi mahasiswa santri, kondisi tersebut menjadi penting karena kesejahteraan psikologis yang baik akan membantu mereka menyeimbangkan tuntutan akademik di perguruan tinggi dengan kewajiban religius dan kehidupan kolektif di pesantren.

Ryff dan Keyes (1995) serta Van Dierendonck (2004) menjelaskan bahwa *psychological well-being* dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya karakteristik demografis, kondisi sosial, serta faktor spiritual. Dari berbagai faktor tersebut, spiritualitas dan dukungan sosial menjadi dua aspek yang paling relevan dalam konteks kehidupan mahasiswa santri. Kehidupan di pesantren dibangun atas pembinaan spiritual yang berlangsung secara intensif melalui berbagai aktivitas ibadah, kajian keagamaan, serta internalisasi nilai-nilai religius. Di sisi lain, sistem kehidupan pesantren yang bersifat komunal juga mendorong terbentuknya interaksi sosial yang erat antara mahasiswa santri dengan teman sebaya, pengasuh, maupun lingkungan pesantren. Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa spiritualitas dan dukungan sosial merupakan bagian yang melekat dalam kehidupan mahasiswa santri sehingga keduanya diduga memiliki hubungan yang erat dengan *psychological well-being*.

Spiritualitas dipahami sebagai kemampuan individu dalam menemukan makna dan tujuan hidup serta membangun hubungan yang harmonis dengan diri sendiri, orang lain, lingkungan, dan Tuhan atau kekuatan transenden (Fisher, 2011). Dalam konteks mahasiswa santri, spiritualitas tidak hanya diwujudkan melalui pelaksanaan ibadah, tetapi juga tercermin dalam proses internalisasi nilai-nilai agama sebagai pedoman dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Individu yang memiliki spiritualitas yang baik cenderung mampu memaknai pengalaman hidup secara lebih positif, memiliki harapan, ketenangan batin, serta menggunakan strategi coping yang lebih adaptif ketika menghadapi tekanan. Sejalan

dengan hal tersebut, Park (2005) dan Fisher (2011) menjelaskan bahwa spiritualitas berkaitan dengan meningkatnya optimisme, ketahanan psikologis, serta *psychological well-being* yang lebih baik.

Spiritualitas merupakan kemampuan individu dalam menemukan makna dan tujuan hidup serta membangun hubungan yang harmonis dengan diri sendiri, orang lain, lingkungan, dan Tuhan atau kekuatan transenden (Fisher, 2011). Konsep ini sering dikaitkan dengan religiusitas, meskipun keduanya memiliki perbedaan. Religiusitas lebih menekankan pada keyakinan dan praktik keagamaan, sedangkan spiritualitas memiliki cakupan yang lebih luas karena juga mencakup pencarian makna hidup dan pengalaman keterhubungan dengan Tuhan, diri sendiri, sesama, serta lingkungan (Koenig et al., 2001; Fisher, 2011). Dalam konteks mahasiswa santri, spiritualitas menjadi aspek yang penting karena kehidupan di pesantren tidak hanya menekankan pelaksanaan ibadah, tetapi juga pembentukan makna hidup dan internalisasi nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas berkaitan dengan kemampuan *coping* yang lebih adaptif, optimisme, serta *psychological well-being* yang lebih tinggi (Park, 2005; Fisher, 2011).

Selain spiritualitas, dukungan sosial juga merupakan faktor yang diperkirakan berperan penting dalam menjaga *psychological well-being* mahasiswa santri. Dukungan sosial merupakan bantuan yang diperoleh individu melalui hubungan interpersonal dalam bentuk perhatian, kasih sayang, penghargaan, maupun bantuan nyata dari orang lain (Gottlieb, 1983). Bagi mahasiswa santri, dukungan sosial dapat berasal dari teman sebaya, pengasuh pesantren, dosen, maupun keluarga. Keberadaan dukungan sosial membantu individu merasa dihargai, diterima, dan memiliki tempat untuk berbagi ketika menghadapi berbagai tekanan akademik maupun kehidupan di pesantren. Thoits (2011) menjelaskan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai faktor protektif yang dapat meningkatkan kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap situasi yang menekan. Dengan demikian, semakin baik dukungan sosial yang diterima mahasiswa santri, semakin besar

pula peluang mereka untuk mempertahankan *psychological well-being* di tengah tuntutan peran yang dijalani.

Hubungan antara spiritualitas, dukungan sosial, dan *psychological well-being* telah banyak diteliti pada berbagai kelompok populasi. Eva et al. (2020) menemukan bahwa spiritualitas berhubungan positif dengan *psychological well-being*, di mana individu dengan tingkat spiritualitas yang lebih tinggi cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Penelitian Cholili et al. (2024) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi terhadap peningkatan *psychological well-being* melalui kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa spiritualitas dan dukungan sosial merupakan faktor yang berpotensi mendukung kesejahteraan psikologis. Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih dilakukan pada populasi mahasiswa reguler atau kelompok masyarakat secara umum. Sementara itu, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan spiritualitas dengan *psychological well-being* dan hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa santri masih relatif terbatas. Padahal, mahasiswa santri memiliki karakteristik yang khas karena menjalankan dua sistem pendidikan secara bersamaan, yaitu pendidikan tinggi dan pendidikan pesantren, sehingga menghadapi tuntutan dan pengalaman psikologis yang berbeda dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Oleh karena itu, hasil penelitian pada populasi umum belum tentu dapat menggambarkan kondisi mahasiswa santri secara utuh sehingga penelitian ini penting untuk dilakukan.

Berdasarkan uraian tersebut, spiritualitas dan dukungan sosial merupakan dua sumber daya psikologis yang sangat dekat dengan kehidupan mahasiswa santri. Spiritualitas memberikan landasan makna dan arah dalam menjalani berbagai tuntutan kehidupan, sedangkan dukungan sosial menyediakan sumber bantuan emosional maupun instrumental yang membantu individu menghadapi tekanan. Meskipun keduanya diyakini berperan dalam mendukung *psychological well-being*, bukti empiris yang

menguji hubungan masing-masing variabel dengan psychological well-being pada mahasiswa santri masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan gambaran empiris mengenai hubungan spiritualitas dengan psychological well-being dan hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa santri.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan spiritualitas dengan *psychological well-being* dan hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa santri.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi agama dan psikologi pendidikan Islam. Hasil penelitian diharapkan menjadi kontribusi penting dalam pengembangan referensi penelitian.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi mahasiswa santri

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar penyusunan program pembinaan spiritual dan penguatan dukungan sosial bagi mahasiswa santri.

b. Manfaat bagi pengelola pesantren

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris bahwa peningkatan spiritualitas memiliki hubungan positif signifikan terhadap *psychological well-being* mahasiswa santri. Selain itu, pendidik pesantren juga dapat memperkuat pemahaman tentang aspek spiritualitas dalam membentuk *psychological well-being* mahasiswa santri.

c. Manfaat bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi studi lanjutan yang ingin mengetahui hubungan spiritualitas dan *psychological well-*

being di kalangan mahasiswa santri atau kelompok masyarakat lain. Selain itu, penelitian berikutnya dapat mempertimbangkan penambahan variabel lain yang berpotensi mempengaruhi kesejahteraan psikologis.



D. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 *Literature Review*

No	Penulis	Judul Penelitian	Tahun	Grand Theory	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Cholili A.H.,et al. (https://doi.org/10.33367/jtpigc.v1i2.6170)	Pengaruh Spiritualitas terhadap Psychological well-being pada Mahasiswa	2024	Spiritualitas menggunakan teori yang dikembangkan oleh Aziz (2006) dan teori <i>Psychological well-being</i> mengacu pada Ryff (1989).	Metode: Penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan uji Product Moment Pearson untuk melihat hubungan antarvariabel. Alat ukur spiritualitas berasal dari teori Aziz (2006), sedangkan alat ukur psychological well-being dimodifikasi dari alat ukur milik Ryff (1989).	Alat ukur spiritualitas yang digunakan yaitu berasal dari teori Aziz (2006), sedangkan alat ukur Psychological well-being peneliti melakukan modifikasi dari alat ukur milik Ryff (1989).	Subjek penelitian berjumlah 33 mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim. Analisis data dilakukan menggunakan SPSS versi 16.0.	Penelitian ini berfokus pada hubungan antara spiritualitas dan psychological well-being pada mahasiswa, namun dilakukan pada jumlah responden yang relatif terbatas. Selain itu, penelitian tersebut belum mengkaji dukungan sosial sebagai faktor yang berhubungan dengan psychological well-being serta belum secara khusus melibatkan mahasiswa santri sebagai subjek penelitian.

2.	Novrizha T.S., et al. (https://doi.org/10.29210/1202525505)	Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap <i>Psychologic al well-being</i> Melalui Mediasi Religiusitas Di SMP IT Daarul Istiqlal Marendal	2025	Religiusitas yang dikembangkan oleh Joseph DiDuca (2007). teori Psychological well-being dikemukakan oleh Ryff (1989). Sedangkan dukungan sosial diukur menggunakan instrument yang diadaptasi Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological well-being Melalui Mediasi Religiusitas Di SMP IT Daarul dari Brugnoli et al. (2022).	Metode: Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan teknik convenience sampling. Religiusitas menggunakan skala milik Joseph DiDuca (2007), teori psychological well-being oleh Ryff (1989), dan dukungan sosial dari Brugnoli et al. (2022).	Religiusitas menggunakan skala milik Joseph DiDuca (2007). Teori <i>Psychological well-being</i> oleh Ryff (1989). Dan teori dukungan sosial dari Brugnoli et al. (2022)	Subjek penelitian adalah 200 siswa SMP IT Daarul Istiqlal Marindal. Analisis data menggunakan Structural Equation Modeling (SEM) dengan bantuan SmartPLS 4.0.	Penelitian Novrizha et al. (2025) menelaah peran religiusitas sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara dukungan sosial dan psychological well-being pada remaja. Akan tetapi, penelitian tersebut belum secara khusus mengeksplorasi spiritualitas, belum melibatkan mahasiswa santri sebagai subjek penelitian, serta belum menguji hubungan langsung antara spiritualitas dan dukungan sosial dengan psychological well-being.
----	--	--	------	--	--	--	---	--

3.	Khoerani J. et al. (https://doi.org/10.30649/jpp.v7i2.149)	Pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap <i>Psychologic al well-being</i> pada mahasiswa santri	2024	Teori religiusitas dari Yulianto (2020) yang berdasarkan Glock dan Stark. Teori dukungan sosial dalam penelitian ini dikembangkan oleh Sarafino (2014). sedangkan teori Psychological well-being mengacu pada Ryff (1989).	Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan studi korelasional regresi linear berganda dan regresi hierarkis. Perguruan tinggi Indonesia.	Religiusitas menggunakan teori Yulianto (2020) yang berdasarkan Glock dan Stark. dukungan sosial oleh Sarafino (2014). Dan <i>Psychological well-being</i> dari Ryff (1989).	Subjek dan lokasi: Subjek dari penelitian ini yaitu 96 mahasiswa santri berusia 18-25 tahun yang tinggal di pondok pesantren dan kuliah di perguruan tinggi Indonesia. Analisis data menggunakan SPSS 27.	Penelitian Khoerani dkk. (2024) mengkaji religiusitas dan dukungan sosial terhadap psychological well-being pada mahasiswa santri. Namun, penelitian tersebut belum menelaah spiritualitas sebagai variabel penelitian dan belum secara khusus menguji hubungan spiritualitas dengan psychological well-being.
----	---	---	------	--	--	--	---	--

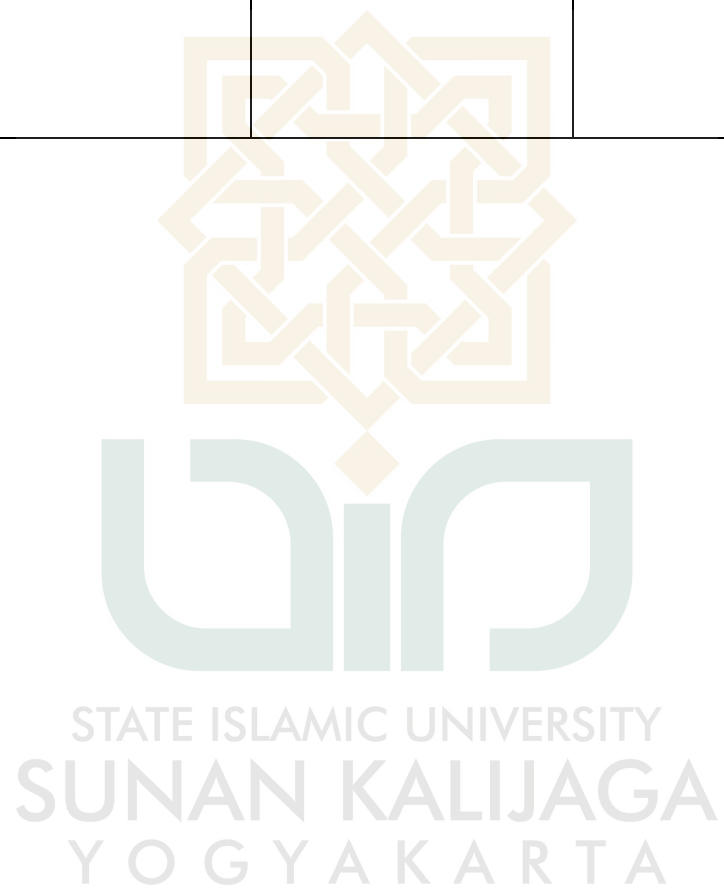
4	Qona-ah W.M. (https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i2.805)	Analisis Kebahagiaan Guru Di SD Muhammadiyah Kota Yogyakarta (Tinjauan Dari Aspek Dukungan Sosial dan Spiritualitas)	2020	Teori Kebahagiaan dari Seligman (2002), teori kebahagiaan islam dari Al-Ghazali, teori hierarki kebutuhan maslow dari Maslow.	Metode: Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan deskriptif analitik	Alat ukur : - Subjekdari Penelitian ini yakni 5 Guru di SD Muhammadiyah kota Yogyakarta. Lokasi: SD Muhammadiyah Kota Yogyakarta	Subjek dari Penelitian ini yakni 5 Guru di SD Muhammadiyah kota Yogyakarta. Lokasi: SD Muhammadiyah Kota Yogyakarta	Penelitian hanya mengkaji peran dukungan sosial dan spiritualitas terhadap kebahagiaan guru secara kualitatif, sehingga belum menguji hubungan keduanya dengan psychological well-being secara kuantitatif maupun pada populasi mahasiswa santri.
5	Masyhuri et al. (https://doi.org/10.14414/jebav.v24i1.2477)	<i>The Effect of Workplace Spirituality, Perceived Organizational Support, and Innovative Work Behavior: The Mediating Role of Psychological Well-being</i>	2021	Teori Spiritual tempat kerja berasal dari Ashmos & Duchon (1994), teori Dukungan Organisasi dari Eisenberger et.al. (1986), Dan teori <i>Psychological well-being</i> mengacu pada teori dari Diener et al. (2010) serta teori perilaku kerja inovatif berdasarkan teori De Jong & Den Hartog (2010)	Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisis model persamaan struktural (<i>Structural Equation Modeling/SEM</i>) menggunakan PLS (<i>Partial Least Square</i>).	Skala : Spiritual tempat kerja dari Ashmos & Duchon (1994), Dukungan Organisasi dari Eisenberger et.al. (1986), Dan <i>Psychological well-being</i> i dari Diener et al. (2010) serta Perilaku kerja inovatif dari De Jong & Den Hartog (2010)	Subjekdan lokasi : Subjekdari Penelitian ini yaitu 379 guru dan staf sekolah (<i>school staff</i>) di Sekolah Menengah\ Atas (SMA) Provinsi Jawa Timur (meliputi Kota Surabaya, Kota Malang, Kabupaten Malang, dan Sumenep).	Penelitian ini menempatkan psychological well-being sebagai mediator pada konteks guru dan karyawan sekolah. Sementara itu, hubungan spiritualitas dan dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa santri

								belum banyak diteliti.
6.	Bożek et al. (https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.0197)	<i>The Relationship Between Spirituality, Health-Related Behavior, and Psychological well-being in Polandia</i>	2020	Teori Spiritual berasal dari Heszen-Niejodek & Gruszyska, (2004), teori <i>Health-Related Behavior</i> dari Juczyński, (2009). Dan teori <i>Psychological well-being</i> mengacu pada teori dari Ryff (1989)	Metode : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisis path dan regresi linear menggunakan Mplus 7 software	Skala : <i>Psychological well-being</i> (Ryff, adaptasi Polandia oleh Krok (2009), <i>Spirituality</i> dari Heszen-Niejodek & Gruszyska, (2004), dan teori <i>Health-Related Behavior</i> dari Juczyński, (2009).	Subjek dan lokasi : Subjek dari penelitian ini berjumlah 596 mahasiswa dari 6 universitas di polandia dengan rata-rata usia 18-30 tahun. Lokasi dari penelitian ini berada di beberapa universitas di polandia bagian selatan dan tengah	Penelitian Bożek dkk. (2020) menunjukkan adanya hubungan positif antara spiritualitas dan psychological well-being pada mahasiswa. Namun, penelitian tersebut belum mengkaji dukungan sosial sebagai faktor yang berhubungan dengan psychological well-being dan belum berfokus pada mahasiswa santri.
7.	Gireyhan, et al. (https://dx.doi.org/10.37898/spc.2022).	<i>The Moderator Role of Spirituality on the Relationship between Fear</i>	2022	Teori Spiritual berasal dari Kararmak and Korkut-Owen (2009). <i>Psychological well-being</i> dikembangkan oleh Warwick-Edinburgh Mental	Metode : Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik sampel snowballing dengan analisis moderasi dengan	Skala : skala <i>Psychological well-being</i> dari Warwick-Edinburgh <i>Mental Well-</i>	Subjek dan Lokasi : Subjek : penelitian ini melibatkan sebanyak 473 partisipan dengan	Penelitian ini menempatkan spiritualitas sebagai variabel moderator dalam hubungan fear of COVID-19

	7.2.164)	<i>of COVID-19 and Psychological Well-Being</i>		Well-Being (2015), dan teori <i>Fear of COVID-19</i> dari Arpaci et al. (2020)	process macro v3.5 dan SPSS 21	<i>Being Scale</i> , skala <i>Fear of COVID-19</i> dari Arpaci et al. (2020)	usia rata-rata (33 tahun) dan mayoritas perempuan sebanyak 69%, berusia 18 tahun keatas, dan berpendidikan perguruan tinggi lokasi : di negara turki selama bulan Mei dan Juni	dan psychological well-being. Namun, penelitian tersebut belum menguji hubungan langsung spiritualitas dan dukungan sosial dengan psychological well-being serta belum berfokus pada mahasiswa santri.
8.	Rastogi P., et al. (https://doi.org/10.5281/zenodo.7587986)	<i>Role of Subjective Happiness, Psychological Well-Being, Spirituality and Satisfaction with Life in Adult Psychopaths</i>	2023	Teori <i>Psychological well-being</i> oleh berasal dari Ryff, spiritualitas dari dikembangkan oleh Spencer (2021) dan Genia (1997), kepuasan hidup oleh Siahpush, Spittal, & Singh (2008). Dan psychopathic traits dari Patrick Fowles (2009), Bhandari (2021),	Metode : pada penelitian ini menggunakan metode survei cross sectional dengan purposive sampling	Skala: Triarchic Psychopathy Measure (TriPM) (58 item). <i>Psychological well-being Scales</i> (PWBS) (Skala <i>Likert</i> 6 poin). <i>Subjective Happiness Scale</i> (SHS) (4 item). <i>Satisfaction with Life Scale</i> (SLS) (5 item, skala 7 poin). <i>Spiritual Experience Index-Revised</i> (SEI-R) (23 item).	Subjek dan Lokasi: Subjek : penelitian ini melibatkan sebanyak 101 narapidana dari penjara pusat dengan rata-rata usia yakni 20 hingga 40 tahun. Lokasi: Lembaga Pemasyarakatan distrik terbuka di Sitarganj, Uttarakhand, India	Penelitian Rastogi P et al. (2023) hanya berfokus pada hubungan spiritualitas dan psychological well-being, sehingga belum mengkaji peran dukungan sosial sebagai faktor yang turut berhubungan dengan psychological well-being. Selain itu, penelitian

								tersebut tidak dilakukan pada populasi mahasiswa santri.
9.	Widiani E.,et al. (https://doi.org/10.7454/jki.v26i2.1093)	Kecemasan, Depresi, Kesepian, Spiritualitas, dan Dukungan Sosial pada Lansia Selama Pandemi COVID-19	2023	Teori kecemasan dari Yildirim et al., 2021, teori depresi dari Kutlu & Demir, 2016, teori Spiritualitas dari Khanna & Greyson, 2014 dan teori dukungan sosial dari Bruggencate et al., 2019	Metode : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metode survei cross sectional dengan purposive sampling	Skala : Skala Pengalaman Spiritual Harian Indonesia (IDSES) untuk mengambil data spiritualitas (Qomaruddin & Skala dukungan sosial dikumpulkan menggunakan Skala Multidimensi Dukungan Sosial yang Dirasakan (MSPSS) (Zimet et al.,1988). Data depresi dikumpulkan	Subjek dsn Lokasi : Subjekdari penelitian ini adalah lansia berusia minimal 60 tahun berjumlah 142 orang, Lokasi dari penelitian ini berada di Desa Sumberporong di Kabupaten Malang,Jawa Timur, Indonesia.	Penelitian Widiani F et al (2023) mengkaji spiritualitas dan dukungan sosial pada populasi umum, sehingga belum memberikan gambaran khusus mengenai mahasiswa santri yang memiliki karakteristik akademik dan religius yang berbeda
10.	Fitrianur W.L., et al., (https://doi.org/10.5114/3/jksi.v7i2.333)	Dukungan Sosial dan Spiritual dalam Membentuk Resiliensi Remaja pada Masa Pandemi Covid-19 di Kelurahan Kemayoran	2022	Teori dukungan sosial dari (Sarafino & Smith, 2014), teori spiritual dari (J. E. King & Crowther,2004), teori resiliensi dari (Stuart, 2016) dan Goodman et al. (2020).	Metode : Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan analitik korelasi dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> dengan bantuan aplikasi SPSS 20.0	Skala : Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MPSS) (Nadel,2014) dan <i>Spiritual Transcendence Scale</i> (STS) (Reker, 2003), Skala Resiliensi	Subjek dan Lokasi : Subjek : Subjek dalam penelitian ini berjumlah 142 remaja. Lokasi: Penelitian ini berlokasi di Kelurahan Kemayoran	Penelitian ini lebih menitikberatkan pada resiliensi sebagai outcome penelitian dibandingkan psychological well-being. Selain itu, subjek yang

		Bangkalan				(tidak disebutkan dalam jurnal).	Bangkalan	digunakan adalah remaja secara umum sehingga belum secara spesifik merepresentasikan karakteristik mahasiswa santri.
--	--	-----------	--	--	--	----------------------------------	-----------	--



Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya terdapat perbedaan dan persamaan meliputi

1. Keaslian Topik

Penelitian mengenai psychological well-being pada populasi mahasiswa maupun santri telah banyak dilakukan, namun mayoritas studi sebelumnya masih menitikberatkan pada aspek religiusitas umum, kepuasan hidup, resiliensi, atau kecemasan. Memang terdapat penelitian terdahulu oleh Khoerani dkk. (2024) yang telah mengkaji hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being langsung pada populasi mahasiswa santri. Akan tetapi, penelitian tersebut masih menggunakan variabel religiusitas berbasis institusional/ritual dan belum menyentuh aspek spiritualitas secara personal-eksistensial. Di sisi lain, penelitian yang melibatkan variabel spiritualitas dan psychological well-being pada mahasiswa umumnya mengabaikan faktor dukungan sosial dan tidak berfokus pada subjek yang tinggal di pesantren (Cholili dkk., 2024; Božek dkk., 2020).

2. Keaslian Teori

Keaslian teori dalam penelitian ini terletak pada orisinalitas kombinasi dan konstruksi teoretis yang digunakan untuk membedakannya dari penelitian terdahulu. Studi sebelumnya pada mahasiswa santri seperti yang dilakukan oleh Khoerani dkk. (2024) menggunakan landasan teori dukungan sosial dari Sarafino serta teori religiusitas dari Glock & Stark. Sementara itu, penelitian ini menggunakan pembaruan sudut pandang teoretis dengan mengintegrasikan teori Spiritualitas dari Elkins (1988) dan Dukungan Sosial dari Zimet (1988) untuk memprediksi Psychological Well-Being dari Ryff (1989). Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada penggunaan teori Elkins (1988), yang memandang spiritualitas dari sisi pencarian makna hidup secara personal, bukan sekadar ritual agama formal semata. Dari seluruh penelitian pembandingan yang ada, belum ada satu pun yang menggunakan teori spiritualitas ini. Gabungan teori Elkins dengan teori dukungan sosial Zimet (1988) yang mengukur dukungan dari keluarga, teman, maupun orang spesial membantu kita membedah kondisi psikologis mahasiswa santri secara lebih luas dan menyeluruh

3. Keaslian Alat Ukur

Keaslian alat ukur dalam penelitian ini ditunjukkan melalui orisinalitas paket instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data kuantitatif.

Berdasarkan pelacakan literatur, belum ditemukan penelitian pada mahasiswa santri yang mengombinasikan skala pengukuran Psychological Well-Being Scales (PWBS) dari Ryff (1989), skala spiritualitas yang diturunkan dari komponen Elkins (1988), dan Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) dari Zimet (1988) sekaligus dalam satu kesatuan penelitian. Pada literatur sebelumnya, pengukuran spiritualitas lebih banyak didominasi oleh konsep spiritualitas kerja, transendensi spiritual, atau teori lokal. Kebaruan instrumen dalam penelitian ini ditunjukkan lewat penerapan teori Elkins (1988) yang belum pernah digunakan pada subjek mahasiswa santri.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian sebelumnya melibatkan mahasiswa perguruan tinggi umum (Cholili, 2024), siswa SMP (Novrizha & Silva, 2025), atau mahasiswa santri secara umum yang ada di Indonesia (Khairani et al., 2024). Belum ada studi yang secara khusus meneliti mahasiswa santri berusia dewasa awal yang menjalankan peran ganda sebagai mahasiswa perguruan tinggi dan santri khusus di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta. Ciri akademik dan religius ganda ini menjadikan subjek penelitian memiliki karakter unik yang berbeda dari santri tingkat sekolah maupun mahasiswa non-santri. Oleh karena itu, meskipun subjek penelitian secara umum serupa, penelitian ini memiliki orisinalitas dalam spesifikasi karakter subjek dan konteks kehidupan pesantren yang menjadi latar belakang pembentukan kesejahteraan psikologis mahasiswa santri.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan penelitian mengenai hubungan spiritualitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa santri di Daerah Istimewa Yogyakarta, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Spiritualitas memiliki hubungan positif yang lemah namun signifikan dengan *psychological well-being* mahasiswa santri ($r_s = 0,266$, $p < 0,001$), dengan koefisien determinasi $r^2 = 0,071$ yang menunjukkan keterkaitan statistik sebesar 7,1%. Mayoritas responden berada pada kategori spiritualitas sangat tinggi (223 responden, 99,1%), meskipun distribusi yang sangat terkonsentrasi ini mengindikasikan kemungkinan adanya *ceiling effect*.
2. Dukungan sosial memiliki hubungan positif yang lemah namun signifikan dengan *psychological well-being* mahasiswa santri ($r_s = 0,184$, $p = 0,006$), dengan koefisien determinasi $r^2 = 0,034$ yang menunjukkan keterkaitan statistik sebesar 3,4%. Mayoritas responden berada pada kategori dukungan sosial sedang (137 responden, 60,9%).
3. Spiritualitas memiliki hubungan positif yang signifikan dengan dukungan sosial ($r_s = 0,447$), dengan keragaman bersama sebesar 20,0%, yang mengindikasikan bahwa mahasiswa santri dengan spiritualitas lebih tinggi cenderung lebih mampu merasakan dukungan dari lingkungan sosialnya.
4. Sebagian besar variasi *psychological well-being* responden kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini, seperti regulasi emosi, kepribadian, kondisi akademik, relasi keluarga, dan kondisi ekonomi.

B. Saran

Berdasarkan uraian hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

a. Bagi Mahasiswa Santri

Bagi mahasiswa santri, diharapkan dapat meningkatkan kesehatan psikologis secara menyeluruh, seperti kemampuan mengelola emosi, menjaga keseimbangan antara aktivitas kuliah dan pondok, serta menyediakan waktu untuk beristirahat dan melakukan aktivitas yang menyenangkan agar *Psychological well-being* tetap terjaga.

Selain itu, mahasiswa santri juga diharapkan lebih terbuka dalam membangun hubungan sosial yang sehat dengan teman, keluarga, maupun lingkungan pesantren agar dapat memperoleh dukungan sosial yang positif dalam menghadapi tuntutan akademik maupun kehidupan di pondok pesantren,

b. Bagi Pengelola Pesantren

Hasil penelitian ini digunakan sebagai informasi bahwa spiritualitas dan dukungan sosial memiliki hubungan dengan *Psychological well-being* pada mahasiswa santri sehingga informasi dapat menjadi pertimbangan untuk mengadakan program pendampingan psikologis, konseling, atau pelatihan manajemen stres untuk meningkatkan *Psychological well-being* melalui spiritualitas dan dukungan sosial.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a) Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk mengembangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *Psychological well-being* mahasiswa santri, mengingat spiritualitas dan dukungan sosial hanya mampu menjelaskan sekitar 10,5% dari keseluruhan variasinya. Faktor-faktor seperti regulasi emosi, ketahanan, kepribadian, beban akademik, dan kualitas tidur dapat menjadi variabel yang menarik untuk diteliti lebih lanjut.
- b) Peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan pendekatan kualitatif atau metode campuran (*mixed method*) untuk menggali

lebih dalam pengalaman subjektif mahasiswa santri terkait kesejahteraan psikologisnya, yang mungkin tidak dapat sepenuhnya ditangkap melalui pendekatan kuantitatif saja.

- c) Peneliti selanjutnya juga menyarankan untuk memperluas cakupan sampel ke pesantren di luar Daerah Istimewa Yogyakarta agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas, serta mempertimbangkan penggunaan skala pengukuran yang lebih komprehensif untuk ketiga variabel yang diteliti.
- d) Dalam proses pengisian skala, peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat melakukan pengawasan dan pendampingan langsung terhadap subjek penelitian guna memastikan keakuratan dan kesesuaian data yang dikumpulkan.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil yang diperoleh. Pertama, meskipun desain penelitian awal menargetkan responden dari lima wilayah kabupaten/kota di Daerah Istimewa Yogyakarta, pengumpulan data di salah satu kabupaten tidak dapat dilaksanakan sebagaimana yang direncanakan, sehingga sampel aktual yang berhasil diperoleh hanya berasal dari empat kabupaten. Dengan demikian, hasil penelitian ini hanya dapat diinterpretasikan dalam konteks sampel dari keempat kabupaten tersebut dan tidak dimaksudkan untuk digeneralisasikan secara luas terhadap seluruh wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta.

Kedua, penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang bertujuan untuk memperoleh responden yang memenuhi karakteristik penelitian, bukan untuk membangun representasi geografis secara statistik. Meskipun demikian, jumlah sampel yang dikumpulkan tetap memenuhi kebutuhan analisis sesuai kriteria statistik yang dipersyaratkan, sehingga hasil analisis masih dapat dipertanggungjawabkan secara metodologis. Keterbatasan cakupan wilayah ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya untuk memperluas jangkauan pengambilan sampel guna

memperoleh gambaran yang lebih komprehensif dan representatif.

Ketiga, kekuatan hubungan antara spiritualitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini tergolong lemah, dengan kontribusi spiritualitas hanya sebesar 7,1% dan dukungan sosial sebesar 3,4%, sehingga sekitar 89,5% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini. Hal ini mengindikasikan bahwa masih banyak faktor lain yang belum diteliti dan turut mempengaruhi kesejahteraan psikologis santri, seperti regulasi emosi, ketahanan, beban akademik, dan kualitas tidur, yang dapat menjadi fokus pada penelitian selanjutnya.



DAFTAR PUSTAKA

- An, J. S., & Cooney, T. M. (2006). Psychological well-being in mid to late life: The role of generativity development and parent–child relationships across the lifespan. *International Journal of Behavioral Development*, 30(5), 410–421. <https://doi.org/10.1177/0165025406071489>
- Anjani, W., Rasyidin, Y., & Ulpa, E. P. (2020). Hubungan antara Rasa Syukur dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja Part-Time Wina Anjani Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. *Anfusina: Journal of Psychology*, 3(2), 119–132.
- Arief, M., & Assya'bani, R. (2023). Eksistensi Manajemen Pesantren di Era Digital. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 16(6), 2548. <https://doi.org/10.35931/aq.v16i6.1541>
- Arnett, J. J. (2000). *Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties*. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Attari, M., & Rahman, A. (2020). The role of religious rituals in developing spiritual awareness among Muslim adolescents. *Journal of Muslim Mental Health*, 14(2), 45–62.
- Aziz, R. (2006). Alternatif pengukuran Ulul Albab: Pendekatan psikometris dalam mengukur kepribadian Ulul Albab. *Psikoislamika*, 3(1), 1–15.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi 2). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bandura, A. (2006). *Toward a psychology of human agency*. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 164–180. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2006.00011.x>
- Bastaman, H.D. (1996). *Meraih hidup bermakna: kisah pribadi dengan pengalaman tragis*. Jakarta: Paramadina
- Božek, A., Nowak, P. F., & Blukacz, M. (2020). The Relationship Between Spirituality, Health-Related Behavior, and Psychological Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01997>

- Cholili, A. H., Alifan Hakim, Dini Hikmalinda Putri, Niswatin Nabila, & Mir'atuzzakiah Ramadhani. (2024). Pengaruh Spiritualitas terhadap *Psychological well-being* pada Mahasiswa. *Journal of Theory and Practice in Islamic Guidance and Counseling*, 1(2), 96–105. <https://doi.org/10.33367/jtpigc.v1i2.6170>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310–357
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed* (Edisi ke-3). Pustaka Pelajar.
- Dale, A., & Daniel, Z. (2011). Prayer as a spiritual activity: Belief in divine strength during difficult times. *Journal of Religion and Health*, 38(4), 456–467. <https://doi.org/10.1007/s10943-011-0456-x>
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 1–11. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9018-1>
- Demir, M. (2008). Sweetheart, you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies*, 9(2), 257–277.
- Demir, M., & Davidson, I. (2013). Toward a better understanding of friendship and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 14(2), 477–499. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9341-7>
- Diener, E. 1996. Subjective Well-Being In Cross Cultural Perspective. In Grad, Hector (Ed). *Key Issues In Cross Cultural Psychology*. Lisse : Swets and Zeitlinger
- Elkins, D. N., Hedstrom, L. J., Hughes, L. L., Leaf, J. A., & Saunders, C. (1988). Toward a humanistic-phenomenological spirituality. *Journal of Humanistic Psychology*, 28(4), 5–18.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai

- Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 122–131.
<https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Fauzia, N. I., & Batubara, M. (2022). Gambaran *Psychological well-being* Pada Perawat Kesehatan Jiwa Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat. *Dharmakarya*, 11(2), 105. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v11i2.35664>
- Fielding, L. E. (2009). A clinician's guide to integrating mindfulness into evidence-based practice: A common elements approach. San Francisco: ProQuest.
- Fisher, J. W. (2011). *The Four Domains Model: Connecting spirituality, health and well-being*. *Religions*, 2(1), 17–28. DOI: <https://doi.org/10.3390/rel2010017>
- Fitrianur, W. L., Suminar, E., & Yuliatutik, S. (2022). Dukungan Sosial Dan Spiritual Dalam Membentuk Resiliensi Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Kemayoran Bangkalan. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 7(2), 117–121. <https://doi.org/10.51143/jksi.v7i2.333>
- Frankl, V. E. (1962). Man's search for meaning: An introduction to logotherapy a revised and enlarged edition of from death camp to existentialism. New York: Simon and Schuster
- Freire, C., Ferradás, M. D., Valle, A., Núñez, J. C., & Vallejo, G. (2016). Profiles of psychological well-being and coping strategies among university students. *Frontiers in Psychology*, 7, 1554. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01554>
- Glreyhan, A. G. (2022). The Moderator Role of Spirituality on the Relationship between Fear of COVID-19 and Psychological Well-Being. *Spiritual Psychology and Counseling*, 7(2), 143–156. <https://doi.org/10.37898/spc.2022.7.2.164>
- Gottlieb, B. H. (1983). *Social Support Strategies: Guidelines for Mental Health Practice*. Sage Publications.
- Gregory D. Zimet, Nancy W. Dahlem, Sara G. Zimet, & Gordon K. Farley. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. In *Journal of Personality Assessment* (Vol. 52, Issue 1, pp. 30–41).
- Hadi, S. (2015). *Statistik*. Pustaka Pelajar Offset.

- Hadjana, N. R. (2003). Peranan Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Kerja dan Religiusitas terhadap Kesejahteraan Psikologi. *Jurnal Psikologi*, (2), 72–80
- Hanif, S. I., & Wideasari, A. R. (2024). Peran Spiritualitas dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Pada Generasi Z. *Jurnal Psikologi Insight*, 8(2), 139–146.
- Hapasari, A., & Primastuti, E. (2014). Kepercayaan diri mahasiswi papua ditinjau dari dukungan teman sebaya. *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi*, 13(1), 60.
- Hardt, J., Schultz, S., Xander, C., Becker, G., & Dragan, M. (2012). The Spirituality Questionnaire: Core dimensions of spirituality. *Psychology*, 3(1), 116–122. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.31017>
- Hartati, N., Adiyanti, M., Marina Mirza, W., & Wahyu Yuniarti, K. (2021). *Psychological well-being* and Academic Achievement of Minang Students viewed from Family Structure and Living Arrangements. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2021(1), 55–66. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v6i1.11156>
- House, J.S., Landis, K.R., & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, 214, 540–545.
- Humaidah, Ananda; Mulyono, R. (2025). Adaptasi *Psychological well-being* Short Scale pada Mahasiswa [Adaptation of *Psychological well-being* Short Scale in Students]. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(1), 141–149.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences†. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental Psychology: A Life-Span Approach* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Iskandar. (2016). Implementasi teori hirarki kebutuhan Abraham Maslow terhadap peningkatan kinerja pustakawan. *Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan Khizanah Al-Hikmah*, 4(1), 24- 34.
- Ismail, R. G., & Indrawati, E. S. (2013). Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa STIE Dharmaputera Program Studi Ekonomi Manajemen Semarang. *Jurnal EMPATI*, 2(4), 416–423.

<https://doi.org/10.14710/empati.2013.7427>

Jaenudin, Ujam. 2012. Psikologi Transpersonal. Bandung: Pustaka Setia Bandung

Kabat-ZinnJ. (1990). *Full catastrophe living*. El Dorado: Delta.

Kantor Wilayah Kementerian Agama Daerah Istimewa Yogyakarta. (2023). *KDA tahun 2023*.

Kementerian Agama Republik Indonesia. (diakses 10 Maret 2026),

<https://diy.kemenag.go.id/cdn/file/kda-tahun-2023-20250916114002.pdf>

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (n.d.). *Jumlah data satuan pendidikan (dikti) per provinsi*. Pusat Data dan Teknologi Informasi Pendidikan.(diakses

10

Maret

2026),

<https://referensi.data.kemdikbud.go.id/pendidikan/dikti>

Keyes, C. L. M. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539–548. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539>

Khoerani, J., Lestari, E. S., Azizah, N., & Wulandari, T. (2024). Pengaruh religiusitas dan dukungan sosial terhadap *Psychological well-being* pada mahasiswa santri. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 7, 104–118.

<https://doi.org/10.30649/jpp.v7i2.149>

Kim, J. E., & Moen, P. (2002). Retirement transitions, gender, and psychological well-being: A life-course, ecological model. *The Journals of Gerontology: Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 57(3), P212–P222.

<https://doi.org/10.1093/geronb/57.3.P212>

Kiromah, S., Prasetya, B., Studi, A., Kunci, K., & This, A. (2024). *Dinamika Mahasiswa Dalam Menjaga Nilai-Nilai Karakter Santri (Studi Kasus Institut Ahmad Dahlan Probolinggo)*. 7(2), 1200–1206

Larsen, A. (1998). Religious beliefs and practices, spirituality, and adolescents. California Lutheran University.

Lisnawati, L., & Rahmah, I. A. D. A. (2018). Kesejahteraan psikologis ditinjau dari spiritualitas siswa di lembaga pendidikan berbasis agama pesantren dan non pesantren. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 190–212.

<https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i2.1499>

- Masyhuri. (2021). *The effect of workplace spirituality, perceived organizational support, and psychological well-being on innovative work behavior*. *Journal of Economics, Business, & Accountancy Ventura*, 24(1), 63–77. <https://doi.org/10.14414/jebav.v24i1.2520>
- Maulida, A. (2025). Adab dalam ibadah: Reaktualisasi nilai-nilai spiritual dan sosial dalam pembentukan karakter Muslim. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(3), 590–597. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v3i3.1496>
- Neff, K. D. (2011). Self-Compassion, Self-Esteem, And Well-Being. *Social and Personality Compass*, 5, 1-12. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x>
- Newman, B., Priester, J., & Jackson, K. (2017). The search for meaning as a basic human motivation: Individual differences in meaning-making processes. *Journal of Humanistic Psychology*, 57(3), 245–262. <https://doi.org/10.1177/0022167716688945>
- Norhidayah, M. R., Kusumawati, E., & Rina, A. P. (2025). Faktor-faktor yang mempengaruhi psychological well-being pada mahasiswa di Indonesia: A systematic scoping review. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(1), 179–205. <https://doi.org/10.61132/observasi.v3i1.928>
- Nurtjahjanti, H., Asrun, M., Aspin, A., & Silondae, D. P. (2020). Hubungan antara tingkat kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada mahasiswa psikologi yang menyusun skripsi di Universitas Halu Oleo tahun akademik 2018/2019. *Jurnal Sublimapsi*, 7(1).
- Obrenovic, B., Jianguo, D., Khudaykulov, A., & Khan, M. A. S. (2020). Work-Family Conflict Impact on Psychological Safety and Psychological Well-Being: A Job Performance Model. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00475>
- Pargament, K. I. 2007. *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*. New York: Guilford Press. <https://doi.org/10.3998/jmuh.14.2.45>
- Park, C. L. (2005). *Religion and meaning*. *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, 295–314.

- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 65–78. <https://doi.org/10.29210/162200>
- Piedmont, R. L. 2001. Spiritual Transcendence and the Scientific Study of Spirituality. *Journal of Rehabilitation*, 67 (1): 4-14.
- Piliavin, J. A., & Charng, H.-W. (1990). Altruism: A review of recent theory and research. *Annual Review of Sociology*, 16, 27–65. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.16.080190.000331>
- Qona'ah, W. M. (2020). Analisis Kebahagiaan Guru Di Sd Muhammadiyah Kota Yogyakarta (Tinjauan Dari Aspek Dukungan Sosial Dan Spiritualitas). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 201–211. <https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i2.805>
- Radisti, M., Suyanti, S., & Albadri, A. (2023). Religiusitas dan konsep diri akademik dengan stres akademik siswa santri. *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi*, 2(2), 102–111. <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2023.v2i2.102-111>
- Rastogi, P., & Pandey, S. (2023). Role of subjective happiness, psychological well-being, spirituality and satisfaction with life in adult psychopaths. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 8(1), 648–655. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7587986>
- Reis, H. T., & Collins, W. A. (2000). Measuring relationship properties. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(6), 797–825.
- Roidah, I. (2011). Hubungan antara doa dan resilient pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi Islam*, 8(2), 123–134.
- Rose, R. J. (2009). How do adolescents select their friends? A behavior-genetic perspective. In L. Pulkkinen & A. Caspi (Eds.), *Paths to successful development: Personality in the life course* (pp. 106–125). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511635332.005>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning

- of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of *Psychological well-being* Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). *Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being*. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Salsman, JM, Lai, J.-S., Hendrie, HC, Butt, Z., Zill, N., Pilkonis, PA, Peterson, C., Stoney, CM, Brouwers, P., & Cella, D. (2014). Menilai kesejahteraan psikologis: Instrumen laporan diri untuk NIH Toolbox. *Penelitian Kualitas Hidup*, 23 (1), 205–215. <https://doi.org/10.1007/s11136-013-0452-3>
- Santrock, J. W. (2005). *Adolescence, perkembangan anak*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Sarafino, E. P. (1998). *Health psychology: Biological, behavioral, and social contexts* (4th ed.). John Wiley & Sons.
- Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction*. Seventh Edition. US: John Wiley & Sons. Inc
- Saudi, A. N. A., Bintang, R. S., Loloallo, V. L., & Zainuddin, N. I. (2024a). Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): Uji Validitas Konstruk dengan Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(4), 4266–4275. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i4.7492>
- Schwartz, S. H. (2012). An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1). <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1116>
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
- Skakon, J., Nielsen, K., Borg, V., & Guzman, J. (2010). Are leaders' well-being, behaviours and style associated with the affective well-being of their employees? A systematic review of three decades of research. *Work & Stress*, 24(2), 107–139. <https://doi.org/10.1080/02678373.2010.495262>

- Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Su, R., Tay, L., & Diener, E. (2014). The Development and Validation of the Comprehensive Inventory of Thriving (CIT) and the Brief Inventory of Thriving (BIT). *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 6, 251-279.
<https://doi.org/10.1111/aphw.12027>
- Sugiyono (2013) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sulfemi, W. B., & Yasita, O. (2020). Dukungan sosial teman sebaya terhadap perilaku bullying. *Jurnal Pendidikan*, 21(2), 133–147.
- Suseno, M.N. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Yogyakarta: Penerbit Ash-Shaf
- Taylor, S.E. (2003). *Health Psychology*. New York: Mc-Graw Hill. Taylor,
- Thoits, P. A. (2011). *Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health*. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2), 145–161. DOI: <https://doi.org/10.1177/0022146510395592>
- Triwahyuni, A., & Prasetyo, C. E. (2021). Gangguan psikologis dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa baru. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 35–56.
<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art3>
- Trudel-Fitzgerald, C., Kubzansky, L. D., & VanderWeele, T. J. (2021). A review of *Psychological well-being* and mortality risk: Are all dimensions of *Psychological well-being* equal? In *Measuring Well-Being: Interdisciplinary Perspectives from the Social Sciences and the Humanities* (pp. 136–187). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oso/9780197512531.003.0006>
- Van Dierendonck, D. (2004). The construct validity of Ryff's scales of psychological well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 629–643.
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00122-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00122-3)
- Wahyuningsih, H. (2020). Validitas Konstruk Alat Ukur Spirituality Orientation Inventory (SOI). *Jurnal Psikologi*, 36(2), 116–129.

- Wahyuningsih, H.(2009). Validitas Konstruk Alat Ukur Spirituality Orientation Inventory
- Wardani, K. B., & Maryam, E. W. (2024). Penyesuaian diri santri dan kesejahteraan psikologis sebuah studi korelasi. *Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.47134/islamicpsychology.v1i1.44>.
- Wentzel, K. R. (2017). Peer influence on motivation. *Handbook of motivation at school* (2nd ed.). Routledge.
- Widiani, E., Hidayah, N., & Hanan, A. (2023). Kecemasan, depresi, kesepian, spiritualitas, dan dukungan sosial pada lansia selama pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26 (2), 79–88. <https://doi.org/10.7454/jki.v26i2.1093>
- Wood, J, T., Setiawan, R, D. (2013). *Komunikasi Interpersonal: Interaksi Keseharian* (6). Jakarta Selatan : Salemba Humanika (SOI). Jurnal Psikologi. Vol 36, No. 2, 116-129.
- Worthington, E. L., Jr., Hook, J. N., Davis, D. E., & McDaniel, M. A. (2011). Religion and spirituality. *Journal of Clinical Psychology*, 67, 204–214.
- Zahrah, N. A. N., & Sukirno, R. S. H. (2022). Psychological well-being pada mahasiswa santri ditinjau dari dukungan sosial & stress akademik. *Jurnal Psikologi Integratif*, 10(2), 189–205. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v10i2.2526>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1),30-41.