

**PENGARUH RELEGIUSITAS TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* SISWA
KELAS XI SMA SWASTA MUHAMMADIYAH 19 STABAT
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

¹Indah Permata Sari, ²Risma Dina, ³Hamidah D.

¹Mahasiswa STKIP Budidaya

indahlukub@gmail.com

²Dosen STKIP Budidaya Binjai

rismadina817@gmail.com

³Dosen STKIP Budidaya

darmahamidah@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Relegiusitas terhadap *Psychological Well Being*. Penelitian ini dilakukan di SMA Swasta Muhammadiyah 19 Stabat Tahun Pelajaran 2022/2023. Metode penelitian ini menggunakan teknik non tes yaitu berupa kuesioner (angket). Sampel penelitian ini berjumlah 89 siswa kelas XI. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara random. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh relegiusitas terhadap *psychological well being* siswa SMA Swasta Muhammadiyah 19 Stabat, hal ini ditunjukkan dari hasil $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($73,164 > 1,663$) dan $p = 0,000$. Selanjutnya berdasarkan hasil uji pengaruh variabel diketahui nilai R Square sebesar 0,984 (98,4%). Hal ini menunjukkan bahwa relegiusitas memiliki pengaruh terhadap *psychological well being* sebesar 98,4%. Sedangkan 1,6 % dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Kata kunci : Relegiusitas, *Psychological Well Being*, Siswa

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of religiosity on psychological well being. This research was conducted at Muhammadiyah Private High School 19 Stabat for the 2022/2023 Academic Year. This research method uses a non-test technique in the form of a questionnaire (questionnaire). The sample of this research is 89 students of class XI. The sampling technique was carried out randomly. The results showed that there was an effect of religiosity on the psychological well being of Muhammadiyah 19 Stabat Private High School students, this was shown from the results of $t_{count} > t_{table}$ ($73.164 > 1.663$) and $p = 0.000$. Furthermore, based on the results of the variable influence test, it is known that the R Square value is 0.984 (98.4%). This shows that religiosity has an influence on psychological well being of 98.4%. While 1.6% is influenced by other factors.

Keywords : Religiosity, *Psychological Well Being*, Student

I. PENDAHULUAN

Masa perkembangan Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan periode yang paling penting untuk diperhatikan karena pada masa ini merupakan masa kritis identitas remaja, oleh karena itu akan mempengaruhi terhadap sikap dan perilaku remaja dimasa yang akan datang. Menurut Santrock (2013) masa remaja merupakan periode transisi

perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, perubahan-perubahan kognitif dan perubahan-perubahan sosio emosional pada diri remaja tersebut.

Siswa harus memiliki kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) yang baik untuk menjalankan tahap perkembangannya. Menurut Seligman (2011) *psychological well being*

adalah kondisi positif individu yang ditandai dengan dirasakannya emosi positif, adanya keterlibatan dalam aktivitas yang disukai, memiliki hubungan sosial yang positif, merasakan kebermaknaan hidup, dan mencapai suatu prestasi.

Psychological well being tidak hanya berbicara tentang pencapaian kepuasan hidup dan kebahagiaan, tetapi lebih dari itu, *psychological well being* menyangkut pula tentang kebermaknaan, *flourishing*, *self-actualization*, tujuan hidup dan kebermanfaatannya untuk orang lain, selai

n itu individu yang berada dalam *psychological well-being*, selain merasa bahagia dengan hidupnya juga memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu mengaktualisasi diri, memiliki makna dalam hidupnya dan kehidupannya bermanfaat untuk orang lain, (Hamidah & Gamal, 2019).

Tetapi pada kenyataannya tidak semua siswa mampu memiliki *psychological well being* yang baik. Penelitian yang dilakukan oleh Sugiyono, dkk (2019) hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *psychological well being* pada siswa kelas X SMA Negeri 12 Semarang secara umum berada pada kategori sedang. Masih terdapat siswa yang memiliki tingkat *psychological well being* rendah sehingga perlu diberikan intervensi. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Yanto & Putra (2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa kenakalan remaja siswa SMA Negeri 4 Kerinci sangat bervariasi, antara lain terlambat datang disekolah, merokok di lingkungan sekolah, membuat gaduh didalam kelas, membolos, merusak fasilitas sekolah, dan berkelahi. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa masih memiliki *psychological well being* yang rendah.

Melihat paparan permasalahan diatas sangat disayangkan, padahal *psychological well being* memiliki pengaruh besar terhadap kehidupan siswa. Siswa dengan *psychological well being* tinggi akan mampu mencapai perkembangan optimalnya. *Psychological well being* memiliki hubungan erat dengan aspek kehidupan siswa, bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka tingkat *psychological well being* siswa semakin tinggi pula (Linawati & Desiningrum, 2017). Ketika kesejahteraan *psychological well being* siswa tinggi,

semakin tinggi pula kecerdasan emosi siswa dan dukungan sosial di sekitar (Indrawati, 2016).

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan salah satu guru BK, guru BK tersebut mengungkapkan bahwa ada beberapa siswa yang menunjukkan *psychological well being* yang rendah. Selanjutnya berdasarkan dari hasil wawancara yang dilakukan pada siswa, SMA Swasta Muhammadiyah, siswa mengungkapkan bahwa mereka masuk ke sekolah tersebut bukan atas dasar keinginan sendiri melainkan dari pilihan orangtua, siswa menyadari religiusitas siswa sangat rendah hal ini diungkapkan dari jarang siswa melakukan ibadah dirumah, siswa tidak begitu menyukai materi tentang keagamaan tetapi justru sekolah yang dipilih adalah sekolah yang berbasis agama dimana hal ini berakibat pada *psychological well being* siswa, siswa menjadi suka mengeluh dengan keadaan diri sendiri, sulit menjalin hubungan yang baik dengan teman seperti sering berkelahi dengan teman, sulit berkomunikasi dengan teman, sering bergantung dengan orang lain (tidak mandiri), mudah terpengaruh hal tidak baik dengan orang lain seperti, seperti ikut-ikutan merokok, tidak punya tujuan hidup, tidak memahami bakat yang dimiliki.

Psychological well being dipengaruhi oleh religiusitas. Fitriani (2016:4) mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well being* seseorang adalah tingkat menjalankan ritual agama seseorang, yang dapat dilihat dari kualitas dan kuantitas atau disebut dengan religiusitas. Hal ini juga dibuktikan dengan adanya beberapa penelitian lain juga yang menunjukkan bahwa religiusitas memberikan pengaruh terhadap *psychological well being* (Laila 2019 ; Fitriyani & Qodariah 2019 ; Mardatillah 2019).

Individu dengan tingkat religiusitas yang baik bisa memaknai setiap hal yang terjadi dengan baik sehingga hidupnya akan memiliki makna serta terhindar dari stress (Liputo, 2009). Hal ini berarti, jika semakin rendah religiusitas yang ada pada diri seseorang akan diikuti dengan rendahnya *psychological well being* pada seseorang tersebut, begitupun sebaliknya, jika semakin baik religiusitas yang ada pada diri seseorang semakin tinggi pula

psychological well being yang ada pada seseorang tersebut.

Untuk menciptakan perasaan sejahtera (*psychological well-being*) ini, dibutuhkan pemahaman tentang religiusitas terkait dengan agama yang diyakininya sehingga bisa menimbulkan rasa nyaman, bahagia dan ketentraman lahir dan batin (Hamidah & Gamal, 2019). Maka dari itu siswa harus menyadari betapa pentingnya religiusitas terhadap *psychological well being*. Siswa harus meningkatkan religiusitasnya agar *psychological well being* tetap terjaga dengan baik.

II. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian dilakukan pada SMA Swasta Muhammadiyah 19 Stabat kelas XI. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Instrumen pengumpulan data berupa angket. Sampel penelitian berjumlah 89 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan random sampling.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui bahwa terdapat terdapat pengaruh Relegiusitas Terhadap *Psychological Well Being* Pada Siswa Kelas XI SMA Swasta Muhammadiyah 19 Stabat Tahun Pelajaran 2022/2023. Hal ini ditunjukkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($73,164 > 1,663$). dan $p = 0,000$

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis

t	Sig
78.164	.000

Selanjutnya berdasarkan hasil uji pengaruh variabel nilai R Square sebesar 0,984 (98,4%). Hal ini menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa dengan menggunakan model regresi, dimana variabel independent (relegiusitas) memiliki pengaruh terhadap variabel dependent (*Psychological Well Being*) sebesar 98,4%. Sedangkan 1,6 % dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Tabel 2. Hasil Uji R Square

No	R Square
1	.984

Hal ini juga diperkuat dengan adanya penelitian Penelitian yang dilakukan oleh Setiawan, Eva, & Andayani (2021) tentang “Religiusitas Dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Pengajar Bimbingan Belajar Al-Qur’an Di Universitas Negeri Malang”. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh religiusitas dan kesejahteraan psikologis mahasiswa pengajar bimbingan belajar al-qur’an di Universitas Negeri Malang. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Effendy & Fakhurrozi (2018) tentang “Kontribusi Religiusitas Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Pecandu Narkoba Yang Sedang Menjalani Rehabilitasi Di BNN”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa danya kontribusi religiusitas terhadap *psychological well-being* pada pecandu narkoba yang sedang menjalani rehabilitasi di BNN.

Penelitian yang dilakukan oleh Yusnianty & Andriani (2018) tentang “Pengaruh Religiusitas Terhadap *Psychological Well Being* (Pwb) Pada Pensiunan Suku Batak Toba”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa eligiusitas berpengaruh terhadap *Psychological Well Being*. Dan penelitian yang dilakukan oleh Batubara (2017) tentang “Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Psychological Well Being* Ditinjau Dari Big Five Personality Pada Siswa Sma Negeri 6 Binjai”. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara religiusitas dan *Psychological well being* pada big five personality.

Melihat paparan diatas jelaslah bahwa siswa harus menyadari betapa pentingnya religiusitas terhadap *psychological well being*. Siswa harus meningkatkan religiusitasnya agar *psychological well being* tetap terjaga dengan baik. Hamidah & Gamal (2019) mengungkapkan menciptakan perasaan sejahtera (*psychological well-being*) ini, dibutuhkan pemahaman tentang religiusitas terkait dengan agama yang diyakininya sehingga bisa menimbulkan rasa nyaman, bahagia dan ketentraman lahir dan batin.

Religiusitas merupakan bagian dari tingkat perkembangan dari siswa yang perlu diperhatikan. Dina (2020) mengungkapkan bahwa tugas perkembangan merupakan suatu tugas yang muncul pada periode dalam rentang kehidupan peserta didik

yang akan memberikan pengaruh besar bagi kehidupan peserta didik nantinya.

Maka dari itu *Psychological well being* yang dialami oleh siswa dapat memberikan pengaruh terhadap kehidupannya, seperti tekanan-tekanan yang nantinya akan mempengaruhi *psychological well being* siswa, sehingga perlu untuk memahami dan menjaga agar *psychological well being* atau kesejahteraan psikologis siswa tetap stabil bahkan tinggi (Misero dan Hawadi, 2012).

Siswa dengan *psychological well being* tinggi akan mampu mencapai perkembangan optimalnya. *Psychological well being* memiliki hubungan erat dengan aspek kehidupan siswa, bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka tingkat *psychological well being* siswa semakin tinggi pula (Linawati & Desiningrum, 2017). Ketika kesejahteraan *psychological well being* siswa tinggi, semakin tinggi pula kecerdasan emosi siswa dan dukungan sosial di sekitar (Indrawati, 2016).

Guru bimbingan konseling harus mengerti bagaimana kondisi siswa nya dengan baik, bagaimana siswa dapat memiliki tingkat *psychological* yang baik. Maka dari itu guru bimbingan konseling juga harus menjalin kerjasama dengan semua pihak yang ada disekolah.

Kepala sekolah bertanggung jawab atas jalannya lembaga sekolah dan kegiatannya. Kepemimpinan kepala sekolah berandil kuat dalam pembentukan kualitas manusia yang dipimpinya menjadi generasi penerus bangsa (hamidah,dkk 2022).

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui bahwa terdapat pengaruh Relegiusitas Terhadap *Psychological Well Being* Pada Siswa Kelas XI SMA Swasta Muhammadiyah 19 Stabat Tahun Pelajaran 2022/2023. Hal ini ditunjukkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($73,164 > 1,663$). dan $p = 0,000$. Selanjutnya berdasarkan hasil uji pengaruh variabel diketahui nilai R Square sebesar 0,984 (98,4%). Hal ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan model regresi , dimana variabel independent (relegiusitas) memiliki pengaruh terhadap variabel dependent (*Psychological Well Being*) sebesar 98,4%. Sedangkan 1,6 % dipengaruhi oleh faktor lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Batubara, A. (2017). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well Being Ditinjau Dari Big Five Personality Pada Siswa Sma Negeri 6 Binjai. *AL-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 7(1), 48-62.
- Darma, H, dkk. (2022). Principal Leadership in Improving the Quality of School Education at MTS Raushan Fikri Islamic School. *Jurnal Multidisiplin Madani (MUDIMA)*. 2 (2), 923-934.
- Dina, R. (2020). Analisis Pencapaian Tugas Perkembangan Siswa Sd Negeri Serayu Yogyakarta. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling* 9 (1), 1-6.
- Fitriani, A. (2016). Peran Religiusitas dalam Meningkatkan Psychological Well-Being. *Al-Adyan*, 11(1), 1-24.
- Fitriyani, C & Qodariah, S. (2019). Pengaruh Religiusitas Terhadap Well-being Pada Remaja di Panti Sosial Asuhan Anak Al-Amin Kota Garut. *Prosiding Psikologi*. 5(1), 73-80.
- Hamidah, T. & Gamal, H. (2019). Hubungan Relegiusitas dengan *Psychological Well Being* pada Anggota Satpamwal Denma Mabes TNI. *Ikraith Humaniora*, 3(2), 139-146.
- Indrawati, T. (2016). Peranan Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Smp Terbuka. *Edukasi Islamika*, 2(1), 2-3.
- Laila, D.R.N. (2019). Pengaruh Relegiusitas Terhadap *Psychological Well Being* Pada Santri Hafidzah PPQ Nurul Huda Singosari Malang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Liputo, S. (2009). Pengaruh Religiusitas Terhadap Psychological Well Being Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang. *Skripsi*. Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang
- Linawati & Desiningrum (2017). Hubungan Antara Religiusitas dengan *Psychological Well-Being* Pada Siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati*, 7(3), 105-109.
- Misero, P. S. and Hawadi, L. F. (2012). *Adjustment Problems dan Psychological Well-Being* pada Siswa Akseleran (Studi Korelasional pada SMPN 19 Jakarta dan SMP Labschool Kebayoran Baru). *Jurnal*

- Psikologi Pitutur*, Vol 1, No 1, Hal 68–80.
- Santrock, J. W. (2013). *Pekembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas, Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish*. New York: NY: Free Press Subsidiary Rights Departement.
- Sugiyono, dkk. (2019). Profil *Psychological Well-Being* pada Siswa Kelas X SMA Negeri 12 Semarang Tahun Pelajaran 2018/2019. *Proceeding of International Conference on Islamic Education: Challenges in Technology and Literacy Faculty of Education and Teacher Training, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Vol 4, Hal 116-120.
- Yanto, H., & Putra, R.A. (2020). Kenakalan Remaja di SMA Negeri 4 Kerinci. (Studi Pada Siswa Kelas XI-XII). *Jurnal Edu Research Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS)*. Vol 1, No 3, Hal 43-50.