

Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-being* pada Santri Kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten

Relationship between Religiosity and Social Support with Psychological Well-being in Class VIII's Students Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Boarding School Klaten

Septa Aristiani Saputri, Hardjono, Nugraha Arif Karyanta

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebalas Maret

ABSTRAK

Pondok pesantren telah menjadi salah satu pilihan untuk pendidikan. Namun, banyak persoalan yang dihadapi santri selama berada di pondok pesantren, sehingga mempengaruhi kondisi *psychological well-being* pada diri santri. *Psychological well-being* yang tinggi perlu ditunjang dengan religiusitas dan dukungan sosial. Religiusitas merupakan keadaan yang menghayati nilai-nilai agama dengan mematuhi ajaran agama sebagai pedoman di kehidupan sehari-hari. Dukungan sosial merupakan bantuan yang diterima seseorang untuk mengatasi masalah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: 1. Hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being*, 2. Hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being*, serta 3. Hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada santri kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu'Abbas Klaten.

Populasi penelitian adalah santri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten kelas VIII. *Sampling* yang digunakan yakni *cluster random sampling*, dengan mengundi kelas yang akan menjadi sampel. Sampel penelitian berjumlah 3 kelas dengan jumlah total 77 santri. Pengumpulan data dilakukan dengan skala religiusitas dan skala dukungan sosial, serta skala *psychological well-being* yang diberikan secara bersama-sama.

Teknik analisis yang digunakan adalah regresi linear berganda, dengan nilai F-hitung $39,126 > F\text{-tabel } 3,120$ dan R $0,717$, berarti terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Secara parsial, terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* dengan r_{xy} sebesar $0,502$, dan signifikansi $0,000 (<0,05)$; serta terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* dengan r_{xy} sebesar $0,410$ dan signifikansi $0,000 (<0,05)$. Kesimpulannya yaitu: 1. Semakin tinggi religiusitas dan semakin tinggi dukungan sosial, maka tingkat *psychological well-being* juga semakin tinggi. 2. Semakin tinggi religiusitas, maka *psychological well-being* yang dimiliki juga semakin tinggi. 3. Semakin tinggi dukungan sosial, maka *psychological well-beings* yang dimiliki semakin tinggi.

Kata Kunci: religiusitas, dukungan sosial, *psychological well-being*, santri

PENDAHULUAN

Pada era globalisasi sekarang ini, pondok pesantren telah menjadi salah satu pilihan untuk pendidikan. Pendidikan pondok pesantren merupakan bagian dari sistem pendidikan nasional yang ikut dalam mencerdaskan kehidupan bangsa dan mensukseskan

pembangunan nasional. M. Habib Chirsin (dalam Mahrussalim, 2008) mengatakan bahwa pendidikan di pondok pesantren diarahkan kepada pembinaan manusia sebagai insan muslim yang berbekal iman dan berbagai kecakapan yang diajarkan serta dilatihkan untuk mampu mengembangkan diri dalam masyarakat yang selalu mengalami perubahan dan

perkembangan secara dinamis. Data dari Kementerian Agama RI pada tahun 2001 menunjukkan jumlah pondok pesantren seluruh Indonesia mencapai 11.312 pondok pesantren. Pada tahun 2011, Kementerian Agama RI mencatat jumlah pondok pesantren di Indonesia telah mencapai 15.489 pondok pesantren. Jumlah tersebut meliputi pondok pesantren salafiyah, tradisional, dan modern (Kementerian Agama RI, 2012).

Kehidupan di pondok pesantren sangatlah berbeda dengan kehidupan pendidikan di sekolah umum. Santri diwajibkan untuk tinggal di dalam asrama pondok pesantren (Geertz, 1981). Dalam usaha menghadapi persoalan yang dihadapi di pondok pesantren, santri akan mendapatkan pengalaman-pengalaman, baik pengalaman yang menyenangkan ataupun tidak menyenangkan, yang selanjutnya akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* (Halim dan Atmoko, 2005). Sebuah penelitian dari *North West Adelaide Health Study* (2007) tentang tingkat *psychological well-being* menunjukkan hasil bahwa 26% dari 151 responden siswa memiliki tingkat *psychological well-being* yang tinggi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* pada seseorang adalah religiusitas. Nashori dan Muslim (2007) menjelaskan bahwa orang yang religius akan mencoba selalu patuh terhadap ajaran-ajaran agamanya, selalu berusaha mempelajari pengetahuan agama, menjalani ritual agama, meyakini doktrin-doktrin agamanya, dan merasakan pengalaman-pengalaman beragama,

sehingga akan lebih mampu dalam memaknai setiap kejadian secara positif dan hidupnya lebih bermakna, serta terhindar dari stress. Faktor lain yang berpengaruh pada munculnya gejala *psychological well-being* adalah dukungan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Larocco, dkk. (1980, dalam Sarafino, 1998) terhadap 2000 karyawan, ditemukan bahwa ada korelasi antara *social support* dan stress. Mereka yang mendapat dukungan sosial lebih banyak, cenderung lebih kecil kemungkinan mengalami stress. Menurut Rathi dan Rastogi (2007), stress merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya *psychological well-being* pada diri seseorang.

Pondok pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten merupakan salah satu pondok pesantren dengan sistem asrama yang mewajibkan santri untuk tinggal di asrama. Terkadang santri merasa jenuh dengan kegiatan yang ada di pondok pesantren, sehingga membuat santri merasa tertekan berada di pondok pesantren dan stress yang akan mempengaruhi tingkat *psychological well-being*. Fenomena tersebut membuat peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada santri kelas VIII pondok pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten dan merumuskannya pada penelitian yang berjudul "Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-being* pada Santri Kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten".

DASAR TEORI

Seorang santri harus bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar dan juga harus bisa menjaga dirinya dari beberapa tekanan masalah yang mungkin terjadi di lingkungan pondok pesantren selama mengikuti pendidikan. Masalah-masalah tersebut akan membuat *psychological well-being* pada santri tersebut akan terpengaruh. Ryan dan Deci (2001) bahwa *psychological well-being* terkait dengan fungsi optimal atau positif dari individu. Seorang santri dihadapkan pada kondisi untuk mampu menghadapi berbagai hal yang dapat memicu permasalahan dalam kehidupannya di lingkungan pondok pesantren, mampu melewati periode sulit dalam kehidupan dengan mengandalkan kemampuan yang ada dalam dirinya sendiri, sehingga santri tersebut merasakan kebahagiaan hidup.

Agar seorang santri dapat mencapai suatu kondisi *psychological well-being*, maka diperlukan religiusitas untuk membantu dalam menyelesaikan suatu masalah yang sedang dihadapi untuk mencapai suatu kesejahteraan psikologis. Apabila seorang santri memiliki religiusitas yang baik, maka dalam menghadapi permasalahan yang sedang terjadi akan menyikapinya sesuai dengan ajaran agamanya. Penelitian Ellison (dalam Taylor, 1995) menyatakan, bahwa agama mampu meningkatkan *psychological well-being* dalam diri seseorang. Hasil penelitian Ellison ini menunjukkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat memiliki kepuasan hidup yang tinggi,

kebahagiaan personal yang lebih tinggi, peristiwa traumatis yang lebih rendah, jika dibandingkan individu yang tidak memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat. Hal ini disebabkan ide-ide dan keyakinan keagamaan akan berpengaruh pada keyakinan dan kognisi yang sangat berkontribusi terhadap tujuan hidup dan emosi positif lainnya. Oleh karena itu, penting sekali bagi seorang santri memiliki religiusitas untuk mencapai *psychological well-being*.

Bastaman (dalam Liputo, 2009) menyatakan, bahwa individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai setiap kejadian hidupnya secara positif, sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna dan terhindar dari stres maupun depresi. Dengan kata lain, seseorang yang menjalankan kegiatan keagamaan, seperti beribadah, berdoa, dan membaca kitab suci agama diasumsikan akan memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik pula. Hal ini terjadi karena dengan beribadah dapat mengurangi stres dan menahan produksi hormon stres oleh tubuh, seperti adrenalin. Pengurangan hormon stres ini dihubungkan dengan aspek kesehatan, yaitu sistem kekebalan tubuh yang semakin meningkat (McCulloug & Others, dalam Santrock, 2002).

Sehingga apabila seorang santri memiliki religiusitas yang tinggi, maka tingkat *psychological well-being* yang dimiliki juga akan tinggi. Sebaliknya, seorang santri yang memiliki religiusitas yang rendah, maka tingkat

psychological well-being yang dimiliki santri tersebut juga akan rendah.

Selain religiusitas, dibutuhkan pula dukungan sosial agar seorang santri dapat meningkatkan *psychological well-beingnya*. Dukungan sosial merupakan suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok yang berupa hiburan, perhatian, penerimaan, atau bantuan dari orang lain (Sarafino, 1998). Dukungan sosial merupakan suatu bentuk pemberian perasaan nyaman baik secara fisik maupun psikologis oleh teman maupun keluarga untuk menghadapi stres (Baron dan Byrne, 2005). Santri yang mendapat dukungan sosial yang baik akan merasakan kesenangan, rasa aman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima oleh seseorang dari orang lain atau dari kelompoknya. Apabila santri mendapatkan dukungan sosial dalam menghadapi masalah dan perubahan yang terjadi dalam kehidupannya, maka akan dapat menikmati kondisi kesejahteraan psikologisnya (*psychological well-being*). Namun sebaliknya, apabila seorang santri kurang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekitar, maka santri akan mendapatkan kesulitan-kesulitan dalam menjalani kehidupannya yang berakibat depresi dan akan menurunkan *psychological well-being* dalam dirinya.

Dukungan sosial yang dimiliki oleh seorang santri dapat berfungsi lebih efektif dalam meningkatkan *psychological well-being* bila bekerja bersama-sama dengan religiusitas. Hal ini dikarenakan semakin tinggi religiusitas yang

dimiliki oleh seorang santri dan semakin tingginya dukungan sosial yang diterima santri, maka tingkat *psychological well-being* yang dimiliki juga akan semakin tinggi. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah religiusitas dalam diri dan dukungan sosial, maka tingkat *psychological well-being* yang dimiliki juga semakin rendah.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah semua santri kelas VIII di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten yang berjumlah 158 santri, yang terbagi dalam lima kelas. Jumlah sampel yang digunakan yaitu tiga kelas dengan jumlah 77 santri. *Sampling* yang digunakan adalah *cluster random sampling*.

Metode pengumpulan data dilakukan dengan alat ukur berupa skala psikologi. Skala psikologi yang digunakan, yaitu skala *psychological well-being* yang dimodifikasi dari *Ryff's scales of psychological well-being* dari Ryff (1989), terdiri dari 42 aitem. Nilai validitas skala bergerak dari 0,267 sampai 0,608 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,871. Skala religiusitas disusun berdasarkan dimensi-dimensi yang diungkapkan Glock (dalam Rakhmat, 2003), meliputi: dimensi ideologis, dimensi ritualistik, dimensi eksperimental, dimensi intelektual, dan dimensi konsekuensial. Nilai validitas skala bergerak dari 0,402 sampai dengan 0,766, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,906. Skala dukungan sosial disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan

House dan Khan (1985), meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan atau penilaian, dukungan informatif, dan dukungan instrumental. Nilai validitas skala bergerak dari 0,294 sampai dengan 0,752, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,918.

HASIL- HASIL

Metode analisis data yang digunakan analisis regresi berganda, dengan menggunakan bantuan komputer *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 17.0.

Uji Normalitas

Hasil uji normalitas dengan menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov*, diperoleh nilai signifikansi untuk skala religiusitas sebesar 0,371; 0,573 untuk skala dukungan sosial; dan 0,735 untuk skala *psychological well-being*. Hal ini berarti data pada ketiga variabel, yaitu religiusitas, dukungan sosial, dan *psychological well-being* memiliki sebaran normal dan sampel penelitian dapat mewakili populasi.

Uji Linieritas

Hasil uji linieritas menunjukkan nilai *Sig.* pada kolom *Linearity* antara religiusitas dengan *psychological well-being* sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$). Selanjutnya, nilai *Sig.* pada kolom *Linearity* untuk dukungan sosial dengan *psychological well-being* sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$). Hal ini berarti, baik antara religiusitas dengan *psychological well-being* maupun dukungan sosial dengan *psychological well-being* memiliki hubungan yang linier.

Uji Multikolinieritas

Hasil uji multikolinieritas menunjukkan nilai VIF $1,325 < 5$. Hal ini berarti antara variabel religiusitas dan dukungan sosial tidak terjadi multikolinieritas.

Uji Heterokedastisitas

Grafik uji heterokedastisitas menunjukkan titik-titik tidak membentuk pola yang jelas serta menyebar di atas dan bawah angka 0 pada sumbu Y. Hal ini menunjukkan tidak terjadi heteroskedastisitas.

Uji Otokorelasi

Uji otokorelasi menunjukkan nilai DW hitung berada di antara du dan $4-du$, yakni $1,58 < 2,161 < 2,32$. Hal ini berarti bahwa dalam penelitian ini tidak ada masalah otokorelasi atau uji otokorelasi terpenuhi.

Uji Hipotesis

Hasil analisis menunjukkan nilai $F_{hitung} 39,126 > F_{tabel} 3,120$; dengan nilai R sebesar 0,717. Artinya variabel prediktor (religiusitas dan dukungan sosial) secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap variabel kriterium (*psychological well-being*).

Selanjutnya, nilai signifikansi untuk hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* adalah $0,000 < 0,05$; dengan $t_{hitung} 4,996 > t_{tabel} 1,993$; dan besarnya nilai $r_{x,y}$ yaitu 0,502. Hal ini berarti bahwa variabel prediktor (religiusitas) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel kriterium (*psychological well-being*). Arah hubungan yang ditunjukkan adalah bersifat positif. Semakin tinggi tingkat

religiusitas yang dimiliki seorang santri, maka tingkat *psychological well-being* yang dimiliki semakin tinggi.

Nilai signifikansi untuk hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* adalah $0,000 < 0,05$; dengan nilai t_{hitung} $3,868 > t_{tabel}$ $1,993$; dan besarnya nilai r_{hitung} yaitu $0,410$. Hal ini berarti bahwa variabel prediktor (dukungan sosial) berpengaruh signifikan terhadap variabel kriterium (*psychological well-being*). Arah hubungan yang ditunjukkan adalah positif. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima seorang santri, maka *psychological well-being* yang dimiliki juga akan meningkat.

Kontribusi

Nilai koefisien determinan (R^2) menghasilkan angka $0,514$, atau dapat dikatakan bahwa kontribusi religiusitas dan dukungan sosial terhadap *psychological well-being* sebesar $54,1\%$, dan selebihnya $48,6\%$ dipengaruhi oleh faktor lain.

Berdasarkan perhitungan sumbangan relatif terhadap *psychological well-being*, diperoleh hasil kontribusi religiusitas sebesar $58,43\%$, sedangkan dukungan sosial sebesar $41,535\%$. Berdasarkan perhitungan sumbangan efektif terhadap *psychological well-being*, diperoleh hasil kontribusi religiusitas sebesar $30,03\%$, sedangkan untuk variabel dukungan sosial sebesar $21,35\%$. Hal ini berarti religiusitas memberikan sumbangan relatif dan efektif yang lebih besar daripada dukungan sosial terhadap *psychological well-being*.

Analisis Deskriptif

Hasil kategorisasi pada skala religiusitas menunjukkan bahwa $94,80\%$ santri kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten memiliki religiusitas yang tinggi. Hal tersebut berarti secara umum, santri kelas VIII di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten memiliki religiusitas yang tinggi.

Hasil kategorisasi pada skala dukungan sosial menunjukkan bahwa $71,43\%$ santri kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten memiliki dukungan sosial yang tinggi. Hal tersebut berarti secara umum, santri kelas VIII di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten mendapatkan dukungan sosial yang tinggi.

Hasil kategorisasi pada skala *psychological well-being* menunjukkan bahwa $55,84\%$ santri kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten memiliki *psychological well-being* yang sedang. Hal tersebut berarti secara umum, santri kelas VIII di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten memiliki *psychological well-being* yang sedang. Hasil yang menunjukkan hasil kategori sedang disebabkan adanya faktor-faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being* pada santri tersebut, seperti jenis kelamin, usia, dan latar belakang budaya dari masing-masing santri yang ada di pondok pesantren tersebut.

Selanjutnya, berdasarkan kategorisasi pada skala *psychological well-being* berdasarkan pada jenis kelamin, diketahui bahwa $59,385\%$

santri yang berjenis kelamin laki-laki di kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten memiliki *psychological well-being* yang sedang, sedangkan 53,33% santri yang berjenis kelamin perempuan memiliki tingkat *psychological well-being* yang sedang. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan *psychological well-being* yang cukup signifikan antara santri laki-laki dan perempuan. Hal tersebut diperkuat dengan nilai $t_{hitung} -0,907$ lebih besar daripada $t_{tabel} -1,992$.

PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis membuktikan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini terpenuhi. Hal ini berarti terdapat hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Dengan kata lain, religiusitas dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh terhadap *psychological well-being*, dengan kontribusi religiusitas lebih besar daripada dukungan sosial. Seorang santri yang memiliki religiusitas yang tinggi, ditandai dengan keinginan untuk mencoba patuh pada ajaran-ajaran agamanya dan berusaha untuk mempelajari pengetahuan-pengetahuan agama, menjalankan ritual agama, beramal, serta merasakan pengalaman-pengalaman keagamaan, dengan ditunjang oleh dukungan sosial yang tinggi yang ditunjukkan melalui pengertian dan perhatian dari orang-orang di lingkungan sekitar, memberi semangat pada santri yang mulai bosan menjalani rutinitas di pondok pesantren, memberi saran pada santri

untuk bersikap terbuka dalam mengkomunikasikan setiap masalah yang dialami, dan memberikan bantuan yang dibutuhkan, akan dapat meningkatkan *psychological well-being* pada santri, yang ditunjukkan dengan sikap mau menerima apa yang ada dalam dirinya, mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya, memiliki pandangan tentang masa depannya, berusaha untuk tidak bergantung pada orang lain, serta mampu menyesuaikan diri di lingkungan sekitar yang sedang ditematinya.

Terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being*. Semakin tinggi religiusitas yang dimiliki seorang santri, maka tingkat *psychological well-being* yang dimiliki juga akan meningkat. Sebaliknya, semakin rendah religiusitas yang dimiliki, maka tingkat *psychological well-being* yang dimiliki juga semakin rendah. Jalaludin (2009) mengatakan bahwa seseorang dengan religiusitas yang tinggi akan mampu menjadikan nilai-nilai ajaran agamanya untuk mengatur dan mengarahkan tingkah lakunya di lingkungan tempat tinggalnya dalam kehidupan sehari-hari orang tersebut. Selain itu, religiusitas juga dapat menumbuhkan sikap rela menerima dan ikhlas terhadap apa yang terjadi didalam diri dan kehidupannya (Larazon, dkk, dalam Hawari, 2002), dimana sikap menerima tersebut berkaitan dengan salah satu dimensi *psychological well-being*, yaitu penerimaan diri, yang berarti bahwa seseorang harus bisa menerima kenyataan yang terjadi dalam

kehidupannya di masa lalu maupun masa sekarang.

Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*. Semakin tinggi dukungan sosial seorang santri, maka tingkat *psychological well-being* yang dimiliki santri juga akan tinggi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki, maka tingkat *psychological well-being* yang dimiliki juga akan semakin rendah. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Effendi dan Tjahyono (dalam Sari dan Kuncoro, 2006) yang mengatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam memelihara keadaan psikologis individu yang mengalami tekanan, melalui dukungan sosial kesejahteraan psikologis akan meningkat karena adanya perhatian dan pengertian yang akan menimbulkan perasaan memiliki, meningkatkan harga diri serta memiliki perasaan positif mengenai diri sendiri.

Berdasarkan kategorisasi data deskriptif yang dilakukan pada skala religiusitas diketahui bahwa secara umum santri kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten memiliki religiusitas tinggi. Hal ini dimungkinkan pihak pondok pesantren telah mewujudkan dan mengembangkan keadaan serta kondisi pondok pesantren yang bernuansa religi, sehingga dapat mengembangkan religiusitas yang dimiliki oleh santri.

Berdasarkan kategori skala dukungan sosial diketahui bahwa secara umum santri kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten memiliki dukungan sosial yang tinggi.

Hal ini ditandai dengan sebagian besar subjek mendapatkan perhatian dan bantuan dari orang-orang di lingkungan sekitarnya.

Selanjutnya, berdasarkan kategori skala *psychological well-being* diketahui bahwa secara umum santri kelas VIII Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu 'Abbas Klaten memiliki *psychological well-being* yang sedang. Hal ini disebabkan adanya faktor-faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being* pada santri tersebut, seperti jenis kelamin, usia, dan latar belakang budaya dari masing-masing santri yang ada di pondok pesantren tersebut.

Hasil kategorisasi *psychological well-being* berdasarkan jenis kelamin yaitu tidak terdapat perbedaan tingkat *psychological well-being* yang signifikan antara laki-laki dan perempuan. Meskipun jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* (Ryff dan Singer, 1996), namun dalam hal jenis kelamin, antara laki-laki dan perempuan hanya berbeda pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan dimensi pertumbuhan pribadi.

PENUTUP

Kesimpulan

Terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being* ($F_{hitung} 39,126 > F_{tabel} 3,120$, $R=0,717$).

Terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* yang signifikan

dengan korelasi positif dan hubungan yang terjadi dalam rentang yang sedang.

Ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* yang signifikan dengan korelasi positif dan hubungan yang terjadi dalam rentang yang sedang.

Saran

1. Untuk santri disarankan agar mampu mempertahankan *psychological well-beingnya* dan membagikan pengalaman-pengalaman dan cara meningkatkan *psychological well-beingnya* dengan santri lain sehingga membantu meningkatkan *psychological well-being* bagi santri yang *psychological well-beingnya* rendah atau sedang. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mempertahankan *psychological well-being* yang tinggi dalam dirinya, yaitu dengan meningkatkan religiusitas dan dukungan sosial.
2. Untuk pihak pondok pesantren disarankan memberikan dukungan baik secara emosional, instrumental, informasi, bahkan penghargaan demi meningkatkan dukungan sosial pada santri agar *psychological well-being* pada diri santri meningkat. Pihak pondok pesantren dapat meningkatkan pendekatan kepada santri guna membangun hubungan dengan santrinya sehingga terciptanya hubungan yang positif antara pihak pondok pesantren dengan santrinya. Selain itu, pihak pondok pesantren juga dapat memberikan contoh perilaku nyata yang dilakukan sebagai wujud penghayatan

nilai-nilai keagamaan dalam upaya untuk meningkatkan religiusitas pada santri.

3. Untuk peneliti selanjutnya disarankan memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being* seperti usia, jenis kelamin, kelas sosial, dan latar belakang budaya. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat memperluas populasi dan memperbanyak sampel agar ruang lingkup penelitian menjadi lebih luas, sehingga hasil penelitian menjadi lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R.A. dan Byrne, D. 2005. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Geertz, C. 1981. *The Religion of Java*. Jakarta: P.T. Dunia Pustaka Jaya.
- Halim dan Atmoko. 2005. Hubungan antara Kecemasan akan HIV/AIDS dan Psychological Well-being pada Waria yang Menjadi Pekerja Seks Komersial. *Jurnal Psikologi*, Volume 15 No.1, 17-31.
- Hawari, D. 2002. *Dimensi Religi dalam Praktek Psikiatri dan Psikologi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI Jakarta.
- House, J. Dan Khan, R. 1985. *Measure and Concept of Social Support: Social Support and Health*. Cohen, S. and Syme, S. (Eds) Orlando: Academic Press Inc.
- Jalaludin, H. 2009. *Psikologi Agama*. Jakarta: P.T. Grafindo Persada.
- Kementerian Agama RI. 2012. *Daftar Jumlah dan Nama Pondok Pesantren di Indonesia*. [http: kemenag.go.id](http://kemenag.go.id) diakses tanggal 18 November 2012.
- Liputo, Salahuddin. 2009. Pengaruh Religiusitas terhadap Psychological Well Being Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki

- Malang. *Skripsi*. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Mahrussalim, Dwi. 2008. Partisipasi Pondok Pesantren Al-Manar Salatiga dalam Pendidikan Kemasyarakatan Terhadap Santri. *Skripsi*. Surakarta: Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nashori, F. dan Muslim. 2007. Religiusitas dan Kebahagiaan Otentik (Authentic Happiness) Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, Vol.2, No.2.
- North West Adelaide Health Study. 2007. *Cronic Condition Psychological Well-being: Epidemiological Series Report*. Australia: The University of Adelaide Australian.
- Rakhmat, J. 2003. *Psikologi Agama Sebuah Pengantar*. Bandung: P.T. Mizan Pustaka.
- Rathi, N. dan Rastogi, R. 2007. Meaning In Life and Psychological Well-being In Pre-Adolescents and Adolescents. *Journal of The Indian of Applied Psychology*, Vol.33, No.1, 31-38.
- Ryan, R.M. dan Deci, E.L. 2001. One Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-being. *Annual Review Psychology*, Vol.52, 141-166.
- Ryff, C.D. 1989. Happiness is verything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology* volume 57, 1069-1081.
- Ryff, C.D. dan Singer, B. 1996. Psychological Well-being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Journal Psychotherapy and Psychosomatics*, Vol.65, 14-23.
- Sarafino, E.P. 1998. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. New York: John Willey & Sons, Inc.
- Sari, E. Dan Kuncoro, J. 2006. Kecemasan dalam menghadapi Masa Pensiunan Ditinjau dari Dukungan Sosial pada PT. Semen Gresik (Persero). *Jurnal Psikologi*. Taylor, S.E. 1995. *Health Psychology*. Singapore: McGraw Hill, Inc.