



Hubungan Religiusitas dan Grit Dengan *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Psikologi

Khilwa Khabibah^{1*}, Aura Shandra Ashary², Shania Putri Kishani³, Lucky Purwantini⁴

¹⁻⁴Universitas Islam 45 Bekasi, Indonesia

khilwakhajibah@gmail.com^{1*}, purwantini.lucky@gmail.com⁴

Alamat: Kota Bekasi, Jawa Barat, Indonesia

Korespondensi penulis: khilwakhajibah@gmail.com*

Abstract. *The transition to college life often requires students to face various challenges and significant changes in their lives. Individuals who have a high level of subjective well-being tend to have the ability to assess life events in a more positive way. This study aims to analyze the relationship between religiosity and grit with subjective well-being in Psychology students at Universitas Islam 45 Bekasi. This study used a quantitative method involving 134 respondents who were determined using a non-probability sampling technique with a consecutive sampling method. Data collection was carried out using three psychological scales, namely the religiosity scale, the grit scale, and the subjective well-being scale, and the data analysis techniques applied included assumption tests using normality and linearity tests, as well as hypothesis tests using correlation tests and multiple linear regression analysis. The results showed that there was a significant positive relationship between religiosity and subjective well-being ($r = 0.546$, $p < 0.005$), as well as between grit and subjective well-being ($r = 0.738$, $p < 0.005$). Multiple linear regression analysis revealed that religiosity and grit together could predict 57.6% of the variance in subjective well-being ($R^2 = 0.576$), ($F(2,121) = 89.037$), ($p < 0.001$), while the remaining 42.4% was influenced by other factors.*

Keywords: *Subjective Well-Being, Religiosity, Grit, College Student*

Abstrak. Peralihan menuju kehidupan perkuliahan sering kali mengharuskan mahasiswa untuk menghadapi berbagai tantangan dan perubahan penting dalam hidup mereka. Individu yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi cenderung memiliki kemampuan untuk menilai peristiwa kehidupan dengan cara yang lebih positif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara religiusitas dan grit dengan *subjective well-being* pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan 134 responden yang ditentukan menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *consecutive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga skala psikologi, yaitu skala religiusitas, skala *grit*, dan skala *subjective well-being*, serta teknik analisis data yang diterapkan mencakup uji asumsi menggunakan uji normalitas dan linearitas, serta uji hipotesis dengan menggunakan uji korelasi dan analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dan *subjective well-being* ($r = 0,546$, $p < 0,005$), serta antara *grit* dan *subjective well-being* ($r = 0,738$, $p < 0,005$). Analisis regresi linier berganda mengungkapkan bahwa religiusitas dan *grit* secara bersama-sama dapat memprediksi 57.6% variansi *subjective well-being* ($R^2 = 0,576$), ($F(2,121) = 89.037$), ($p < 0,001$), sementara sisa 42,4% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: Kesejahteraan Subjektif, Religiusitas, Kegigihan, Mahasiswa

1. LATAR BELAKANG

Ketika individu menyandang status mahasiswa berarti sedang berkomitmen pada proses studi yang membutuhkan waktu panjang. Proses ini melibatkan berbagai kegiatan dan tuntutan dimana sangat besar kemungkinan membuat mahasiswa mengalami dan merasakan berbagai tekanan, kesulitan dan tantangan dalam belajar. Terutama pada era perkembangan teknologi yang sangat pesat saat ini, perubahan dalam berbagai aspek

kehidupan secara signifikan. Perubahan tersebut membentuk sisi positif diantaranya penguasaan teknologi, kemudahan dalam menangkap informasi dengan cepat, kreatif dan kemampuan melakukan lebih dari satu kegiatan pada satu waktu (*multitasking*) (Fudkk., 2023).

Terlepas dari sisi positifnya, adapun sisi lain yakni sisi negatif yang menggambarkan karena adanya semua kemudahan tersebut, generasi saat ini menjadi generasi yang rentan untuk putus asa atau mudah menyerah, tidak memiliki tujuan jangka panjang, tidak berani mengambil resiko saat menentukan keputusan. Padahal disaat yang bersamaan tantangan dalam dunia pendidikan meningkatkan beban atau tuntutan pada mahasiswa. Hal ini sejalan dengan data yang diperoleh dari hasil penelitian, bahwa mahasiswa menunjukkan tingkat *subjective well-being* yang rendah, dengan 52% mahasiswa merasa stres, depresi, dan cemas terkait dengan tuntutan akademik. Selain itu, mahasiswa merasa tertekan dengan banyaknya tugas, tuntutan perkuliahan yang berat, dan keinginan untuk meninggalkan studi yang dijalani (Nuranik & Ansyah, 2024).

Saat memasuki dunia perkuliahan, setiap individu mengalami perubahan besar dalam hidupnya sebagai mahasiswa. Menurut Hartaji (Hasanah, 2017), individu yang sedang terdaftar di salah satu perguruan tinggi dan menuntut ilmu disebut sebagai mahasiswa. Dapat dikatakan mahasiswa psikologi merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan dalam bidang psikologi di perguruan tinggi. Mereka yang memiliki *subjective well-being* yang baik cenderung memiliki beberapa keunggulan, salah satunya adalah kemampuan menilai berbagai peristiwa dalam hidup secara lebih positif (Ambarukmi & Savira, 2024). Menurut Diener (2000), *subjective well-being* adalah evaluasi individu terhadap hidupnya baik dari sisi afektif maupun kognitif. Selain itu, menurut Seligman (Badi'ah, 2021), *subjective well-being* merupakan gabungan dari perasaan positif terhadap diri sendiri, adanya makna dalam hidup, serta keberhasilan dalam membangun hubungan dengan orang lain.

Berdasarkan penelitian Rosyadi & Laksmiwati (2018) yang berjudul “Hubungan antara *Grit* dengan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya Angkatan 2017”, mayoritas mahasiswa Psikologi merasa hidup mereka kurang memuaskan, yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik eksternal maupun internal. Menurut Ardiansyah & Aulia (2021), salah satu faktor utama yang memengaruhi *subjective well-being* mahasiswa psikologi adalah faktor internal, termasuk tingkat religiusitas. Individu yang menemukan makna dan tujuan hidup melalui spiritualitas dan rasa syukur cenderung memiliki kebahagiaan dan *subjective well-being* yang lebih tinggi. Selain itu,

grit, yaitu ketekunan dan hasrat untuk mencapai tujuan jangka panjang, berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tantangan studi di tengah perubahan era dan teknologi. *Grit* menjadi faktor esensial yang dapat memengaruhi keberhasilan mahasiswa, khususnya mahasiswa psikologi, dalam menempuh proses tersebut (Fun dkk., 2023).

Survei terbaru dari *Pew Research Center*, yang dikutip oleh detik.com, menunjukkan bahwa Indonesia menempati posisi teratas sebagai negara paling religius dan taat dalam beribadah dengan persentase penduduk Indonesia yang memprioritaskan agama tercatat mencapai 98 persen (Febriani, 2024). Berdasarkan hasil penelitian Khairudin & Mukhlis (2019), pada mahasiswa di Riau menunjukkan bahwa religiusitas memiliki keterkaitan dengan *subjective well-being*. Penelitian oleh Nugraha (2023) juga memperoleh hasil serupa pada Mahasiswa Yogyakarta dalam masa *emerging adulthood*. Penelitian oleh Hikmawati dkk. (2022) memaparkan hasil bahwa religiusitas berpengaruh signifikan terhadap *subjective well-being* mahasiswa rantau di Bandung. Devitasari & Utami (2022) menjelaskan hasil penelitian mereka pada Mahasiswa di Surabaya bahwa religiusitas berkontribusi terhadap *subjective well-being*. Adapun penelitian variabel religiusitas terhadap *subjective well-being* selain mahasiswa sebagai subjek oleh Metia (2024) tetap memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa religiusitas memiliki peran terhadap *subjective well-being*. Berdasarkan seluruh hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa religiusitas berkontribusi pada *subjective well-being*.

Penelitian oleh Hestiningsih & Kusumiati (2022), pada guru honorer sekolah dasar diperoleh hasil bahwa *grit* memiliki hubungan positif signifikan terhadap *subjective well-being*. Berdasarkan penelitian oleh Nastasia & Candra (2024) yang menggunakan siswa teknik bisnis sepeda motor di SMK Padang sebagai subjek, hasilnya menunjukkan bahwa *subjective well-being* memiliki keterkaitan dengan *grit*. Badi'ah (2021) menguji peran *grit* terhadap *subjective well-being* pada siswa-siswi MA di Pesantren dan mendapatkan hasil yang selaras dengan penelitian sebelumnya yakni terdapat hubungan positif signifikan antara *grit* dan *subjective well-being*. Secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa *grit* memiliki peran atau hubungan dengan *subjective well-being*. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji keterkaitan *grit* dan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi masih jarang dilakukan. Oleh karena itu, kenyataan tersebut menjadi dasar penentuan variabel *grit* terhadap *subjective well-being* dan mahasiswa psikologi sebagai subjek pada penelitian ini.

Berdasarkan pengamatan, mahasiswa Psikologi di Universitas Islam 45 Bekasi menunjukkan variasi dalam pola perilaku beribadah, di mana sebagian mahasiswa terlihat

aktif menjalankan ibadah di masjid, sementara yang lain terlihat memilih untuk bersantai di sekitar masjid tanpa beribadah. Peneliti juga tertarik untuk mengeksplorasi sejauh mana kegigihan (*grit*) mahasiswa psikologi dalam menjalani proses perkuliahan. Selain itu, belum ada penelitian yang mengkaji hubungan antara religiusitas dan *grit* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa psikologi, khususnya di Universitas Islam 45 Bekasi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara religiusitas dan *grit* dengan *subjective well-being* pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Subjective Well-Being

Menurut Diener (2000), *subjective well-being* merupakan evaluasi seseorang terhadap kehidupannya, termasuk aspek emosional dan kognitif. Diener (2000) mengemukakan bahwa *subjective well-being* mencakup 2 aspek yang menggambarkan evaluasi individu terhadap kehidupannya, yaitu:

- a. Aspek Kognitif, mencakup bagaimana individu mengevaluasi berbagai aspek spesifik dalam hidupnya serta memberikan penilaian keseluruhan terhadap kualitas hidupnya.
- b. Aspek Afektif, mencakup apa yang dirasakan individu terhadap emosi positif dan negatif yang dialaminya dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Dewi & Nasywa (Kasyfillah dkk., 2024), terdapat 2 jenis faktor *subjective well-being*, yaitu:

- a. Faktor eksternal, seperti dukungan sosial, pekerjaan, dan pendapatan, memiliki peran signifikan dalam mempengaruhi tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup individu. Keluarga, teman, dan komunitas dapat memberikan dukungan serta kasih sayang yang meningkatkan rasa nyaman dalam hidup. Pekerjaan yang stabil dan pendapatan yang memadai juga berkontribusi pada peningkatan kebahagiaan dan kepuasan hidup.
- b. Faktor internal, seperti *forgiveness*, spiritualitas, dan rasa terima kasih atau rasa syukur berperan penting dalam meningkatkan *subjective well-being*. Memafkan orang lain membantu seseorang untuk melepaskan dendam dan kemarahan, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif. Selain itu, ketika seseorang menemukan makna dan tujuan hidup melalui spiritualitas dan rasa syukur, kebahagiaan dan kesejahteraan subjektif mereka juga meningkat.

Religiusitas

Menurut Johnson & Mullins (1989), religiusitas adalah konsep multidimensional yang tidak hanya terbatas pada keyakinan spiritual atau agama seseorang, tetapi juga mencakup berbagai aspek yang mempengaruhi kehidupan sosial dan pribadi individu. Johnson & Mullins (1989) membedakan religiusitas ke dalam dua dimensi utama, yaitu:

- a. Dimensi sosial yang mencakup keterlibatan eksternal individu dalam praktik keagamaan, seperti keterlibatan individu dalam institusi keagamaan, kehadiran dalam kegiatan keagamaan, serta partisipasi sosial dalam komunitas religius, termasuk kegiatan amal dan dukungan sosial di lingkungan keagamaan.
- b. Dimensi subjektif yang berkaitan dengan pengalaman internal individu terhadap agama, seperti praktik doa pribadi atau ibadah yang dilakukan individu dan penilaian subjektif mengenai pentingnya agama dalam kehidupan sehari-hari, yang memengaruhi nilai-nilai, pengambilan keputusan, dan pandangan dunia individu.

Thouless (Septyanto & Santi, 2023) mengungkapkan bahwa tingkat religiusitas seseorang dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan eksternal.

- a. Faktor internal mencakup pengalaman pribadi dan kebutuhan dasar yang mempengaruhi sikap individu terhadap agama. Ini mencakup pengalaman spiritual, seperti merasakan keindahan, menghadapi konflik moral, dan mengalami emosi keagamaan, serta kebutuhan akan rasa aman, kasih sayang, penghargaan diri, dan ketakutan akan kematian.
- b. Faktor eksternal, meliputi pengaruh dari pendidikan atau pengajaran yang diterima, termasuk pendidikan orangtua, serta tekanan sosial, seperti tradisi yang mendorong individu untuk menyesuaikan diri dengan pandangan dan sikap yang berlaku di lingkungannya. Selain itu, aspek intelektual juga termasuk dalam faktor eksternal, yaitu proses berpikir dan rasionalisasi yang dibentuk oleh interaksi sosial dan pendidikan.

Grit

Menurut Duckworth dkk. (2007), *grit* adalah kegigihan dan gairah untuk meraih tujuan jangka panjang. Duckworth dkk. (2007) mengungkapkan terdapat dua dimensi dalam *grit*, yaitu:

- a. Konsistensi minat (*consistency of interest*), yang meliputi fokus pada kegiatan yang dipilih dan dijalankan saat ini dan mempertahankan antusiasme dalam mencapai tujuan jangka panjang.

- b. Ketekunan berusaha (*perseverance on effort*) yang meliputi berusaha keras dalam proses mencapai tujuan jangka panjang, kesediaan memberikan waktu dan tenaga dalam mencapai tujuan jangka panjang, kesediaan untuk bertahan menghadapi kesulitan dan tantangan dalam mencapai tujuan jangka panjang.

Duckworth dkk. (Gunawan dkk., 2022) mengemukakan bahwa terdapat sejumlah faktor yang mempengaruhi kemunculan dan perkembangan *grit* pada individu, yang terbagi ke dalam dua kategori utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

- a. Faktor internal mencakup minat, latihan, tujuan, dan harapan. Latihan yang dilakukan individu secara terus menerus akan menambah keterampilan dan menurunkan tingkat kegagalan. Penetapan tujuan akan mendorong individu untuk lebih gigih dalam mencapai tujuan tersebut.
- b. Faktor eksternal meliputi pola asuh, lingkungan yang mendukung ketekunan, serta budaya yang membina kegigihan. Orangtua yang menunjukkan kegigihan dan minat dalam melakukan sesuatu selama proses mengasuh, maka anak memiliki kecenderungan untuk mencontoh hal tersebut dan meningkatkan *grit* pada anak. Lingkungan yang memadai akan meningkatkan motivasi individu dalam melakukan sesuatu.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan populasi mahasiswa program studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 134 orang yang ditentukan menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *consecutive sampling*. *Consecutive sampling* dilakukan dengan mengambil sampel berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan dalam kurun waktu yang telah ditentukan oleh peneliti hingga jumlah sampel yang diperlukan terpenuhi (Asrulla dkk., 2023). Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini diantaranya mahasiswa program studi Psikologi, beragama Islam, dan berada pada semester aktif. Penentuan jumlah subjek dihitung menggunakan *software G*Power* dengan parameter *effect size* (f^2) sebesar 0,30, level signifikansi $\alpha = 0,05$, dan *statistical power* $(1-\beta) = 0,95$. Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga skala psikologi, yaitu skala religiusitas, skala *grit*, dan skala *subjective well-being*.

Jika suatu tes memberikan hasil yang akurat dan memenuhi tujuan pengukurannya, maka dianggap memiliki validitas yang tinggi (Periantalo, 2015). Validitas ini diuji melalui analisis rasional yang dilakukan oleh komite ahli atau melalui expert judgement (Azwar, 2005). Hasil uji validitas menggunakan nilai Aiken's *V* menunjukkan bahwa skala

subjective well-being memiliki nilai *V* berkisar antara 0,63 hingga 0,88, skala religiusitas antara 0,75 hingga 1,00, dan skala *grit* antara 0,68 hingga 1,00, yang mengindikasikan bahwa semua skala memenuhi kriteria validitas item.

Menurut Azwar (Saifuddin, 2020) pengukuran dikatakan reliabel apabila mampu menghasilkan data dengan tingkat keandalan yang tinggi. Reliabilitas instrumen diuji menggunakan nilai *Cronbach's alpha* (α). Skala *subjective well-being* menunjukkan reliabilitas sangat tinggi ($\alpha = 0,923$). Skala religiusitas menunjukkan reliabilitas tinggi dengan ($\alpha = 0,882$), serta skala *grit* juga memiliki reliabilitas tinggi ($\alpha = 0,877$). Dengan hasil ini, semua skala dinyatakan valid dan reliabel untuk digunakan dalam penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji asumsi dan uji hipotesis dengan menggunakan aplikasi IBM-*Statistics* SPSS 21. Uji asumsi merupakan serangkaian pengujian yang diperlukan sebagai syarat untuk memastikan bahwa model regresi linear memenuhi kriteria yang diperlukan agar model tersebut dapat dianggap valid (Ahmaddien & Syarkani, 2019). Pengujian asumsi dalam penelitian ini dilakukan menggunakan uji normalitas untuk mengevaluasi distribusi data dan uji linearitas untuk menentukan pola hubungan antara variabel yang dianalisis (Hudri dkk., 2024). Uji hipotesis digunakan untuk menguji hubungan, pengaruh, atau perbandingan antara variabel (Noor, 2017). Karena penelitian ini bertujuan menguji hubungan antarvariabel, teknik yang digunakan adalah uji korelasi untuk melihat hubungan antarvariabel (Siregar, 2017), dan uji regresi linear berganda untuk menganalisis pengaruh bersama antarvariabel independen terhadap variabel dependen (Nurani dkk., 2023).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Deskriptif

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Islam 45 Bekasi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tiga skala psikologi yang telah disusun oleh peneliti, yaitu skala *subjective well-being*, skala religiusitas, dan skala *grit*. Proses pengumpulan data berlangsung selama enam hari, dari tanggal 5 Desember 2024 hingga 8 Desember 2024, dengan melibatkan 134 responden yang merupakan mahasiswa aktif program studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi. Hasil analisis deskriptif ini memberikan gambaran mendetail tentang distribusi skor masing-masing variabel yang dapat dijelaskan lebih lanjut dalam kategori rentang nilai yang disertai dengan persentase partisipan di setiap kategori, sebagaimana tersaji dalam tabel 1. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel *subjective well-being* memiliki skor minimum 49, skor maksimum 108, dengan nilai rata-

rata ($M = 79.9$) dan standar deviasi ($SD = 11$). Untuk variabel religiusitas, skor minimum adalah 54, skor maksimum 104, dengan nilai rata-rata ($M = 77.8$) dan standar deviasi ($SD = 9.1$). Variabel grit menunjukkan skor minimum 47, skor maksimum 96, dengan nilai rata-rata ($M = 71$) dan standar deviasi ($SD = 8.7$).

Tabel 1. Uji Deskriptif

Variabel	Skor Min	Skor Max	Mean	SD	Kategorisasi					
					Rendah	Jumlah (%)	Sedang	Jumlah (%)	Tinggi	Jumlah (%)
<i>Subjective Well-being</i> (Y)	49	108	79,9	11	< 68,9	10,4%	68,9 - 90,9	73,9%	> 90,9	15,7%
Religiusitas (X1)	54	104	77,8	9,1	< 68,7	10,4%	68,7 - 86,9	70,9%	> 86,9	18,7%
Grit (X2)	47	96	71	8,7	< 62,3	10,4%	62,3 - 79,7	73,9%	> 79,7	15,7%

(sumber: diolah oleh peneliti)

Hasil Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk menentukan langkah-langkah selanjutnya dalam analisis data, sebelum melanjutkan ke pengujian hipotesis (Noor, 2017). Dalam penelitian ini, uji asumsi dilakukan melalui analisis normalitas dan linearitas untuk memastikan kelayakan data yang digunakan dalam pengujian statistik selanjutnya. Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas yang menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* pada tabel 2, variabel *subjective well being* memperoleh nilai $K-S-Z = 0,089$ dengan $p = 0,011$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa distribusi data variabel *subjective well being* termasuk tidak normal. Pada variabel religiusitas memperoleh nilai $K-S-Z = 0,064$ dengan $p = 0,200$ ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa distribusi data variabel religiusitas termasuk normal. Adapun variabel *grit* memperoleh nilai $K-S-Z = 0,105$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa distribusi data variabel *grit* termasuk tidak normal.

Tabel 2. Uji Normalitas

Variabel	Statistic	p
<i>Subjective Well Being</i>	0,089	0,011
Religiusitas	0,064	0,200
Grit	0,105	0,001

(sumber: diolah oleh peneliti)

Berdasarkan hasil perhitungan uji linearitas yang terdapat dalam tabel 3, variabel religiusitas terhadap *subjective well-being* menunjukkan nilai $F = 1,769$, $p = 0,004$ ($p > 0,05$), yang mengindikasikan adanya hubungan non-linear antara kedua variabel tersebut. Demikian pula, variabel *grit* terhadap *subjective well-being* menunjukkan nilai $F = 1,769$, $p = 0,014$ ($p > 0,05$), yang juga mencerminkan hubungan non-linear. Mengingat tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara religiusitas dan *grit* terhadap *subjective well-being*, serta berdasarkan hasil uji asumsi yang dilakukan, penelitian ini menggunakan koefisien korelasi *Rank Spearman* sebagai teknik analisis data, mengingat teknik ini tidak mensyaratkan data berdistribusi normal, selaras dengan hasil uji asumsi pada variabel *subjective well-being* dan *grit*.

Tabel 3. Uji Linearitas

Tabel ANOVA		
Variabel	Linearity ($p > 0,05$)	
	F	p
Religiusitas* Subjective Well Being	1.769	0,004
Grit* Subjective Well Being	1.769	0,014

(sumber: diolah oleh peneliti)

Hasil Uji Hipotesis

Selanjutnya, peneliti melakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji korelasi dan uji regresi linear berganda. Pengujian hipotesis bertujuan untuk memberikan dasar yang kuat dalam pengambilan keputusan mengenai apakah hipotesis yang diajukan dapat diterima atau ditolak berdasarkan bukti yang diperoleh dari data yang telah dianalisis (Noor, 2017). Uji korelasi merupakan prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian untuk mengukur besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat serta mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara dua atau lebih variabel (Siregar, 2017). Di sisi lain, analisis regresi linear berganda merupakan salah satu metode dalam analisis regresi yang digunakan untuk menentukan hubungan antara dua atau lebih variabel independen dan satu variabel dependen secara simultan (Siregar, 2017).

Berdasarkan uji korelasi, jika nilai signifikansi ($p < 0,05$), maka hipotesis alternatif (H_a) diterima, dan hipotesis nol (H_0) ditolak dan sebaliknya, jika ($p > 0,05$) maka (H_a) ditolak dan (H_0) diterima. Hasil uji korelasi *Pearson Product-Moment* yang dapat dilihat pada tabel 4

menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dan *subjective well-being* ($r = 0,546$), ($p < 0,005$), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas, semakin tinggi pula *subjective well-being*. Selain itu, terdapat hubungan positif yang signifikan antara *grit* dan *subjective well-being* ($r = 0,738$), ($p < 0,005$), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi *grit*, semakin tinggi pula *subjective well-being*.

Tabel 4. Uji Korelasi

Variabel	Koefisien Korelasi Pearson Product Moment	<i>p</i>
Religiusitas dengan <i>Subjective Well-Being</i>	0,546	0,000
<i>Grit</i> dengan <i>Subjective Well-Being</i>	0,738	0,000

(sumber: diolah oleh peneliti)

Hasil analisis regresi linier berganda pada tabel 5 menunjukkan bahwa religiusitas dan *grit* secara bersama-sama dapat memprediksi 57,6% variansi *subjective well-being* ($R^2 = 0,576$), ($F(2,121) = 89.037$), ($p < 0,001$). Secara individu, religiusitas secara signifikan memprediksi *subjective well-being* ($\beta = 0,211$), ($p = 0,002$), sedangkan *grit* juga memberikan prediksi yang signifikan ($\beta = 0,625$), ($p < 0,001$). Dengan demikian, kedua variabel baik religiusitas maupun *grit*, memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap *subjective well-being*. Hal ini berarti semakin tinggi religiusitas atau *grit*, semakin tinggi pula *subjective well-being* pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi. Berdasarkan hasil analisis, religiusitas dan *grit* secara bersama-sama menjelaskan 57,6% variansi *subjective well-being*, sedangkan 42,4% sisanya dijelaskan oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Tabel 5. Uji Analisis Regresi Linear Berganda

Model	β	<i>P</i>
Constant	3,608	0,551
Religiusitas	0,211	0,002
<i>Grit</i>	0,625	0,000
F	89,037	
df regression	2	
df residual	131	
R	0,759	
R Square (R^2)	0,576	
Adjust R^2	0,570	

(sumber: diolah oleh peneliti)

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *subjective well-being*, religiusitas, dan, serta antara *grit* dan *subjective well-being*. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas, semakin tinggi pula *subjective well-being*, begitu juga semakin tinggi *grit* maka semakin tinggi pula *subjective well-being* pada mahasiswa. Analisis regresi linier berganda mengungkapkan bahwa religiusitas dan *grit* secara bersama-sama dapat memprediksi 57.6% variansi *subjective well-being*, sementara sisa 42,4% dipengaruhi oleh faktor lain. Hubungan positif signifikan antara religiusitas dan *subjective well-being* sejalan dengan penelitian yang dijalankan oleh Khairudin & Mukhlis (2019), penelitian ini menghasilkan bahwa religiusitas memiliki hubungan signifikan dengan *subjective well-being* pada remaja, dengan kontribusi sebesar 3,8%. Religiusitas membantu menciptakan rasa tenang, kebahagiaan, dan kepuasan hidup melalui keyakinan dan praktik agama yang memberikan dukungan emosional dan makna hidup.

Adapun hubungan positif signifikan antara *grit* dengan *subjective well-being* sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hestningsih & Kusumiati (2022). Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *grit* dan *subjective well-being* pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2017, yang berarti semakin tinggi *grit* mahasiswa, yang mencakup ketekunan dan konsistensi dalam mencapai tujuan jangka panjang, semakin tinggi pula *subjective well-being* yang mereka rasakan, meliputi kepuasan hidup serta afek positif. *Grit* membantu mahasiswa untuk tetap fokus dan tekun meskipun menghadapi tantangan akademik, sehingga mereka lebih mampu mencapai tujuan dan merasa lebih puas serta bahagia dalam hidup.

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa religiusitas dan *grit* memiliki hubungan positif signifikan dengan *subjective well-being*, dapat dikemukakan bahwa keduanya berfungsi sebagai faktor penting yang mempengaruhi *subjective well-being* individu. Religiusitas sering dikaitkan dengan praktik keagamaan dan makna hidup, dapat berperan sebagai faktor internal yang meningkatkan *subjective well-being* melalui penguatan nilai-nilai spiritual dan penerimaan diri yang mendalam (Kasyfillah dkk., 2024). Di sisi lain, *grit* mencerminkan ketekunan dan semangat untuk mencapai tujuan jangka panjang, berhubungan dengan peningkatan *subjective well-being* melalui ketangguhan mental dan keberlanjutan usaha. *Grit* memungkinkan individu untuk tetap termotivasi meskipun menghadapi kesulitan, dan hal ini turut meningkatkan kepuasan hidup karena individu merasa lebih mampu mengatasi tantangan yang muncul. *Grit* berperan sebagai faktor internal yang berhubungan dengan upaya berkelanjutan dalam meraih tujuan dan kepuasan diri (Kasyfillah dkk., 2024).

Secara keseluruhan, religiusitas dan *grit* secara signifikan berkontribusi terhadap *subjective well-being* individu dengan menyediakan landasan untuk rasa damai, makna hidup, serta ketahanan dalam menghadapi tantangan. Namun, *subjective well-being* juga dipengaruhi oleh berbagai faktor eksternal yang memerlukan eksplorasi lebih lanjut melalui penelitian mendalam. Adapun beberapa keterbatasan lain yang dihadapi dalam penelitian ini adalah terbatasnya jumlah partisipan, yaitu sebanyak 134 orang dan terdiri hanya dari mahasiswa psikologi. Selain itu, kejujuran dalam pengisian skala psikologi juga menjadi tantangan utama dalam mengumpulkan data yang mencerminkan keadaan sebenarnya yang dapat memengaruhi akurasi data yang diperoleh.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *subjective well-being*, religiusitas, dan *grit* pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas, semakin tinggi pula *subjective well-being*, begitu juga semakin tinggi *grit* maka semakin tinggi pula *subjective well-being* pada mahasiswa. Analisis regresi linier berganda mengungkapkan bahwa religiusitas dan *grit* secara bersama-sama dapat memprediksi 57.6% variansi *subjective well-being*, sementara sisa 42,4% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Secara keseluruhan, religiusitas dan *grit* secara signifikan berkontribusi terhadap *subjective well-being* individu dengan menyediakan landasan untuk rasa damai, makna hidup, serta ketahanan dalam menghadapi tantangan. Namun, *subjective well-being* juga dipengaruhi oleh berbagai faktor eksternal yang memerlukan eksplorasi lebih lanjut melalui penelitian mendalam. Penelitian mendatang disarankan untuk menambahkan variabel lain untuk memperoleh hasil yang lebih bervariasi, serta memperluas jumlah partisipan, mencakup populasi yang lebih beragam, dan mempertimbangkan pendekatan tambahan untuk meminimalkan bias responden dan meningkatkan akurasi data.

DAFTAR REFERENSI

- Ambarukmi, K., & Savira, S. I. (2024). Pengaruh religiusitas terhadap kesejahteraan subjektif pada umat beragama. INCARE, International Journal of Educational Resources, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.59689/incare.v5i1.903>
- Ardiansyah, M., & Aulia, F. (2021). Faktor penentu kesejahteraan subjektif mahasiswa: Sebuah studi eksploratif di Universitas Negeri Padang. Jurnal Pendidikan Tambusai, 5(1), 1661–1668. <https://doi.org/10.31004/jptam.v5i1.1157>

- Asrulla, A., Risnita, R., Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam pendekatan praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.10836>
- Badi'ah, N. (2021). Peran grit pada subjective well-being siswa madrasah aliyah di pesantren. *Indonesian Psychological Research*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.29080/ipr.v3i1.398>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Fun, L. F., Mikarsa, H. L., & Putri, D. K. (2023). Gambaran grit pada mahasiswa di Indonesia. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 13(3), Article 3. <https://doi.org/10.24246/j.js.2023.v13.i3.p240-249>
- Kasyfillah, M. H. H., Khusna, N. A. U., Tokan, M. M. S., Anshar, M. R., Satria, A., Roehan, M. S., Dewi, I. K., Saloh, A. E., Maghfira, S., & Pramudyani, H. (2024). Peran gratitude untuk meningkatkan subjective well-being pada mahasiswa. *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.28926/pyschoaksara.v2i2.1475>
- Nuranik, E., & Ansyah, E. H. (2024). The relationship between social support and subjective well-being in students of the Faculty of Psychology and Education, University of Muhammadiyah Sidoarjo: Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. *UMSIDA Preprints Server*. <https://doi.org/10.21070/ups.3806>
- Rosyadi, A. K., & Laksmiwati, H. (2018). Hubungan antara grit dengan subjective well-being pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya angkatan 2017. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2). <https://doi.org/10.26740/cjpp.v5i2.23542>