

Hubungan Religiusitas Dan Psychology Well Being Pada Mahasiswa Perantau Di UIN SU

Dona Dwi Novita¹, Siti Asyarah², Windy Sakila Nazwa³

^{1,2,3}Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN SU

Jl. Williem Iskandar, Pasar V, Medan Estate

Email: donaduwi56@gmail.com¹, sitiasyarah12@gmail.com², windsakilanzwa@gmail.com³

Korespondensi penulis: donaduwi56@gmail.com

Abstract. *This research aims to investigate the close relationship between the level of religiosity and psychological well-being in students of the Islamic Broadcasting Communication Department at the Faculty of Da'wah and Communication at UIN SU. By adopting a quantitative approach, this research involves active participants in the program and uses proven measurement instruments. By collecting data using a structured questionnaire, this research analyzes the level of religiosity and psychological well-being of students, and explores the relationship between the two. The results of statistical analysis show that there is a significant positive relationship between the level of religiosity and psychological well-being in students of the Islamic Broadcasting Communication Department. These findings support the concept that appreciation of religious values and involvement in religious practices can make a positive contribution to students' psychological well-being. The practical implication of this research is the need to pay attention to religious aspects in the development of academic programs, as well as providing appropriate psychological support for students who seek a balance between academic demands and religious values.*

Keywords: *Religiosity, psychology, students.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi hubungan yang erat antara tingkat religiusitas dan psychological well-being pada Mahasiswa Jurusan Komunikasi Penyiaran Islam di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN SU. Dengan mengadopsi pendekatan kuantitatif, penelitian ini melibatkan partisipan aktif dalam program tersebut dan menggunakan instrumen pengukuran yang telah teruji. Melalui pengumpulan data menggunakan kuesioner terstruktur, penelitian ini menganalisis tingkat religiusitas dan psychological well-being mahasiswa, serta menjelajahi keterkaitan antara keduanya. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan positif yang signifikan antara tingkat religiusitas dan psychological well-being pada mahasiswa Jurusan Komunikasi Penyiaran Islam. Temuan ini mendukung konsep penghayatan nilai-nilai keagamaan dan keterlibatan dalam praktik keagamaan dapat memberikan kontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Implikasi praktis dari penelitian ini adalah perlunya perhatian terhadap aspek keagamaan dalam pengembangan program akademik, serta pemberian dukungan psikologis yang sesuai bagi mahasiswa yang mencari keseimbangan antara tuntutan akademik dan nilai-nilai keagamaan.

Kata Kunci: Religiusitas, psikologi, mahasiswa.

PENDAHULUAN

Manusia membutuhkan suatu keyakinan terhadap agama dan Tuhannya sebagai pedoman dan landasan dalam menjalani kehidupan. Setiap orang berpotensi untuk memiliki keyakinan yang berbeda-beda serta memiliki tingkat keimanan yang berbeda pula.

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek integral dari kehidupan manusia yang melibatkan perasaan bahagia, kepuasan hidup, dan ketahanan mental. Sebagai bagian penting

dari studi psikologi positif, fokus pada kesejahteraan psikologis semakin berkembang sebagai upaya untuk memahami dan meningkatkan kualitas hidup manusia secara menyeluruh.

Periode kuliah di perguruan tinggi seringkali diwarnai oleh tantangan akademis, sosial, dan identitas diri. Faktor-faktor ini dapat secara signifikan memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Penting untuk memahami peran religiusitas dalam konteks kesejahteraan psikologis mahasiswa, mengingat masa ini sebagai fase perkembangan dan eksplorasi nilai-nilai hidup yang signifikan. Dengan menyelidiki hubungan ini, penelitian ini ditujukan untuk memberikan kontribusi pada pemahaman kita mengenai penilaian keagamaan yang mempengaruhi adaptasi psikologis mahasiswa dan memberikan dasar bagi pengembangan intervensi yang lebih baik dalam mendukung perkembangan holistik mereka.

Psychology well-being merupakan kemampuan individu untuk bisa terima diri secara utuh baik dalam hal positif maupun negatif. Jika seseorang yang mempunyai kondisi dan keadaan keadaan psikologis yang seimbang antara lingkungan sosialnya dengan dirinya, maka seseorang itu berpotensi mengembangkan kemampuan yang dimiliki oleh dirinya. *Psychological well-being* adalah hal yang penting untuk dimiliki setiap individu dari kalangan usia apa pun, terlebih lagi mahasiswa rantau. Kondisi *psychology well-being* pada mahasiswa rantau perlu untuk diperhatikan, karena mahasiswa yang tinggal jauh dari orang tua cenderung merahasiakan masalahnya dan tidak ada tempat untuk bercerita sehingga berdampak pada kesejahteraan jiwanya.

Pada penelitian terdahulu yang dijelaskan oleh Beti Malia dan Tika (2021) dalam judul Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologi Mahasiswa, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologi pada mahasiswa Fakultas Dakwah IAIT Kediri. Faizah dan Ros, M (2014) penelitiannya pada mahasiswa IAIN Kendari didapatkan hasil untuk *psychology well being* dan *islamic religiosity* berkorelasi atau memiliki hubungan. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Walker (2009) menghasilkan hasil yang tentangan, bahwa religiusitas tidak memiliki hubungan dengan kesejahteraan. Temuan yang tidak konsisten ini mengharuskan perlunya penyelidikan lebih lanjut.

Berdasarkan pada penelitian sebelumnya, diketahui bahwa religiusitas dengan *psychology well being* memiliki hubungan dan pengaruh terhadap mahasiswa. Namun, terdapat juga hasil penelitian yang berbeda tentang hubungan religiusitas dan *psycology well being* sehingga peneliti ingin mengulik tentang religiusitas dengan *psychology well being* khususnya pada mahasiswa perantau Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam di UIN SU.

Merantau adalah istilah dalam budaya Indonesia yang merujuk pada tindakan seseorang pindah atau meninggalkan tempat asalnya untuk mencari penghidupan atau pengalaman baru di tempat lain. Fenomena ini telah menjadi bagian penting dari sejarah dan budaya Indonesia, khususnya di kalangan masyarakat yang tinggal di pedesaan.

Aktivitas merantau sering kali terjadi karena beberapa alasan, termasuk mencari pekerjaan, pendidikan, pengalaman hidup baru, atau bahkan pernikahan. Orang yang merantau disebut sebagai merantau atau perantau. Mereka meninggalkan tempat asal untuk menemukan peluang yang lebih baik di tempat lain.

Budaya merantau juga menciptakan sejumlah tradisi dan cerita di berbagai daerah di Indonesia. Orang yang merantau biasanya dihormati karena keberaniannya menjelajahi dunia di luar lingkungan asal mereka. Mereka sering kali membawa pulang pengalaman dan pengetahuan baru, yang dapat memberikan dampak positif pada masyarakat setempat.

Merantau juga bisa menjadi pengalaman transformasional yang membentuk karakter seseorang. Selain aspek ekonomi, merantau juga dapat membuka wawasan dan memperluas jaringan sosial seseorang. Beberapa orang melihat merantau sebagai tahap penting dalam perjalanan hidup mereka untuk mencapai tujuan tertentu.

Merantau masa dimana seseorang siap tidak siap dituntut untuk mandiri sehingga sangat sulit untuk dilalui terlebih lagi bagi seseorang yang belum pernah merantau. Di masa ini pula, seseorang berada di bawah tekanan dan penuh gejolak dari berbagai lingkungan yang berbeda-beda, sehingga dengan religiusitas nantinya mahasiswa perantau memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologi atau tidak.

LANDASAN TEORI

Religiusitas adalah keadaan diri manusia dalam merasakan adanya kehadiran kekuatan yang menaungi kehidupan manusia dengan cara melakukan segala perintah Tuhan dan menjauhi semua larangannya, sehingga memberi dorongan kepada seseorang untuk berbuat yang lebih baik. Ryff dan Singer (1996) berpendapat bahwa religiusitas adalah salah satu faktor yang berdampak pada kesejahteraan.

Ryff (1995) berpendapat bahwa dasar agar terciptanya kesejahteraan psikologis adalah pribadi yang secara psikologis dapat berjalan secara positif. Adapun komponen individu yang memiliki fungsi psikologis yang positif adalah:

1. Penerimaan diri (*Self-acceptance*)

Dalam diri semua orang harus memiliki penerimaan pada dirinya yang menunjukkan karakteristik seperti memiliki sifat positif pada dirinya, mau untuk menerima dan

melakukan berbagai hal yang ada pada dirinya, baik yang bersifat positif maupun negatif serta dapat menerima masalah pada dirinya.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relation with others*)

Individu yang memiliki arah tautan yang positif dengan individu lain akan menunjukkan karakter berupa, memiliki kehangatan dan kepuasan, berhubungan berdasarkan kepercayaan, perhatian pada kesejahteraan orang lain, mempunyai empati dan simpati yang kuat serta memiliki perubahan perasaan dan pendekatan

3. Otonomi (*Autonomy*)

Otonomi adalah skill dalam menjalankan dan mengarahkan perilaku berjalan independent, dan penuh kepercayaan. Seseorang yang dapat menjalankan pencapaian pada diri sendiri dan bertujuan menyeluruh untuk mempunyai kepercayaan pada diri dan dan independent untuk meraih prestasi yang puas pada pencapaian diri.

4. Tujuan hidup (*Purpose in Life*)

Mentalhealth yang melingkupi adanya akan kepercayaan bahwa bisa menlangsungkan suatu hal yang berguna bagi semua makhluk hidup adalah tujuan hidup seseorang. Maka, seseorang akan mempunyai semangat hidup dan hidup yang berguna.

5. Pengembangan diri (*Personal growth*)

Pengembangan diri bertujuan secara maksimal tidak hanya dijelaskan hanya tercapainya prestasi diwaktu yang sudah lewat, bahkan juga dapat membesarkann keunggulan diri yang di imbangi dengan kapasitas seiring dengan waktu yang berjalan.

6. Penguasaan terhadap lingkungan (*Environmental mastery*)

Karakteristik mentalhealth adalah melalui skill seseorang untuk menghasilkan lingkungan yang setara dan pas pada keadaan fisiknya. Menurut Bradbyrn dkk (dalam Ryff, 1989) kebahagiaan adalah hasil dari kesejahteraan psikologis dan merupakan tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh manusia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan metode penelitian kuantitatif dengan cara penyebaran angket. Menurut Sutrisno (2010) penelitian kuantitatif adalah metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Populasi yang di ambil dalam penelitian ini adalah mahasiswa/i Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam UIN SU yang berjumlah 825 orang yang terdiri dari Semester 1-7. Mengingat banyaknya kesibukan mahasiswa, maka peneliti mengambil sampel penelitian sebanyak 100 orang dengan menggunakan teknik penyebaran angket.

HASIL DAN PEMBAHASAN1

1. Uji Normalitas

Pada Uji normalitas sebaran ini dianalisis dengan menggunakan data penelitian dengan teknik *KolmogorovSmirnovG*. Berdasarkan hasil analisis tersebut, dapat dilihat bahwa Religiusitas dan *Psycologi Well Being* mengikuti sebaran normal yang berdistribusi sesuai dengan prinsip kurva normal. Sebagai kriterianya yaitu apabila $p > 0,03$ sebarannya dinyatakan normal, begitu sebaliknya apabila $p < 0,03$ maka sebarannya dinyatakan tidak normal.

Variabel	K-S	P	Ket
Religiusitas	0,599	0,072	Normal
Psycologi Well Being	0,463	0,060	Normal

2. Uji Linearitas

Pada Uji Linearitas didapatkan hasil bahwa variabel bebas X (Religiusitas) mempunyai hubungan yang linearitas dengan variabel Y (Psycology Well Being). Sebagai ciri-cirinya, apabila $p > 0,05$ maka dinyatakan mempunyai hubungan linearitas, begitu sebaliknya apabila $p < 0,05$ maka dinyatakan tidak mempunyai hubungan linearitas.

Korelasional	F Hitung	P	Keterangan
X-Y	0,459	0,211	Linear

3. Uji Regresi

Hasil dari analisis Uji Regresi dapat diketahui bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara Religiusitas dengan Psycologi Well Being, yang dapat dilihat dari nilai koefisien (R_{xy})= 0,394 dengan $p = 0,00$ artinya ada hubungan positif Religiusitas dengan Psycologi Well Being, semakin tinggi nilai Religiusitas maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau jurusan Komunikasi dan Penyiaran Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi di UIN Sumatera Utara.

Korelasional	F Hitung	P	keterangan
X-Y	0,394	0,00	Positif

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian di atas maka dapat disimpulkan, yaitu terdapat keterkaitan yang erat antara religiusitas dengan psikologi well being pada diri mahasiswa perantau dari Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sumatera Utara Jurusan Komunikasi dan Penyiaran Islam Semester 1-7. Keduanya memiliki hubungan sebab akibat. Hal ini sesuai dengan hasil analisis linearitas di mana korelasi X-Y sebesar 0,459 dan $p = 0,211$ (lebih kecil dari 0,05). Korelasinya

bersifat linear artinya ada perubahan dari variabel (X) terhadap variabel (Y). Terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan *psychology well being* pada mahasiswa perantau Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan Komunikasi dan Penyiaran Islam di UIN Sumatera Utara Medan Semester 1-7. Hal tersebut dapat dibuktikan dari nilai koefisien $XY=0,000$ dan $p=0,000$ (lebih kecil dari 0,05). Artinya, terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan *psychology well being* mahasiswa, semakin tinggi tingkat religiusitas maka akan semakin mempengaruhi kesejahteraan jiwa mahasiswa perantau Fakultas Dakwah dan Komunikasi di UIN Sumatera Utara Medan semester 1-7.

Dari hasil yang diperoleh dalam penelitian, maka dapat dilihat terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan *psychology well being* pada mahasiswa perantau, di mana korelasi $R=0,394$, artinya bahwa 39,4% sikap altruistik dipengaruhi oleh kematangan beragama selebihnya dipengaruhi oleh faktor faktor lain. Dari hasil yang sudah didapatkan, perlu kiranya kita sebagai sahabat maupun keluarga untuk membantu menjaga kesejahteraan jiwa mahasiswa yang hidup di kota orang.

REFERENSI

- Ahmad, J. (2020). *Religiusitas, Refleksi dan Subjektivitas Keagamaan*. Sleman: deepublish.
- Ariati, J. (2017). Subjective Well-Being (Kesejahteraan Subjektif) dan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*.
- Asmaun, S. (2015). *Religiusitas Perguruan Tinggi: Potret Pengembangan Tradisi Keagamaan di Perguruan Tinggi Islam*. Malang: UIN MALIKI PRESS.
- Awad, Faizah Binti dan Ros Mayasari, *Subjective Well-Being, Psychological Well-Being, and Islamic Religiosity, International Journal of Science and Research (IJSR)*, Vol. 4, No. 5, Desember 2015
- Effendy, N. (2016). Konsep Flourishing dalam Psikologi Positif : Subjective Well-Being atau berbeda. *Psychology dan Humanity*.
- Evi Aviyah, d. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja . *Jurnal Psikologi Indonesia*.
- Faizah Binti Awad, d. (2014). Subjective Well-Being, Psychology Well-Being, and Islamic Religiosity. *International Journal of Science and Research*.
- Fitriani, A. (2016). Peran Religiusitas Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologi. *Jurnal Studi Lintas Agama*.

- Hidayati, Beti Malia Rahma dan Tika Nur Fadhilah, (2021), Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologi Mahasiswa, Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences, Vo. 2, No. 3, November
- Linawati, Rusda Aini dan Dinie Ratri Desiningrum, (2017) Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Psychological Well-Being* Pada Siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang, Jurnal Empati, Vo. 7, No.3, Agustus
- Nasrullah, M. (2015). Islamic Branding, Religiusitas dan keputusan konsumen terhadap produk. *Institut Agama Islam Negeri Pekalongan*.
- Prof. Bambang Suryadi, P. (2021). *Religiusitas Konsep Pengukuran dan Implementasi di Indonesia*. Jakarta Pusat: Bibliosmia Karya Indonesia.
- Rahayu, Iin Tri, (2009), Religiusitas dan Psychological Well-Being, Jurnal Ulul Albab, Vo. 10, No.2
- Reza, I. F. (2013). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Moralitas Remaja di Madrasah Aliyah (MA). *Jurnal Psikologi Indonesia*.
- Rusda Aini Linawati, d. (2017). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Pscholofy Wll-Being Pada siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati*.
- Sukma Adi Galuh, d. (2015). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Pada Korba Gempa. *Jurnal Psikologi*.
- Yulmaida Amir, d. (2016). Religiusitas dan spritualitas: Konsep yang sama atau berbeda. *Jurnal Ilmiah Peneliatan Psikologi*.