

**PENGARUH TINGKAT RELIGIUSITAS TERHADAP  
PSYCHOLOGICAL WELLBEING PADA MAHASISWA MUSLIM  
YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI  
DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

Yeni Novita Rahmawati, Erna Ipak Rahmawati

[ernaipak@unmuhjember.ac.id](mailto:ernaipak@unmuhjember.ac.id)

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat religiusitas terhadap *psychological wellbeing* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *stratified proporsional random sampling*, dan sampel penelitian berjumlah 86 mahasiswa. Metode pengumpulan data mempergunakan skala religiusitas dan skala *psychological wellbeing*.

Hasil pengujian validitas terhadap skala religiusitas mendapatkan 2 item gugur dan 16 item valid dari 18 item yang ada, dengan koefisien validitas ( $r_{xy}$ ) berkisar antara 0,041 – 0,626 dan reliabilitas ( $\alpha = 0,764$ ). Sedangkan pada skala *psychological wellbeing* terdapat 4 item gugur dan 24 item valid dari 28 item yang ada dengan koefisien validitas ( $r_{xy}$ ) berkisar antara 0,007 – 0,632 dan reliabilitas sebesar ( $\alpha = 0,779$ ).

Hasil analisa regresi ordinal terhadap kedua variabel menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima yakni terdapat pengaruh tingkat religiusitas terhadap *psychological wellbeing* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (chi kuadrat = 88,2  $p < 0,05$ ). Selain itu *psychological wellbeing* dipengaruhi sebesar 79,4% oleh tingkat religuistas.

Kata kunci: Religiusitas, *psychological wellbeing*, skripsi

**A. PENDAHULUAN**

Skripsi merupakan tugas akhir yang harus dikerjakan oleh mahasiswa di akhir program studi yang dilakukan dalam bentuk *research* atau penelitian sesuai dengan bidang ilmu atau bidang kajian yang ditekuninya. Seorang mahasiswa diperkenankan untuk memprogram skripsi setelah mahasiswa tersebut telah menempuh sekian SKS dalam program studinya dan telah mengikuti mata kuliah tertentu yang menjadi prasyarat diperbolehkannya memprogram skripsi, seperti

mata kuliah Statistik, Teknik Penyusunan Skripsi, Metodologi Penelitian, dan sebagainya. Beberapa mata kuliah program prasyarat ditetapkan dengan asumsi agar mahasiswa bisa memahami dan mengerti tahap-tahap penyusunan skripsi dengan baik dan benar sehingga skripsi dapat diselesaikan dengan mudah.

Kenyataan yang terjadi saat ini adalah hampir setiap mahasiswa yang mengerjakan skripsi justru menganggap mengerjakan skripsi sebagai sesuatu yang sangat sulit, tidak enak, menakutkan, bahkan tak sedikit yang merasa tidak sejahtera secara psikologis dan stress dengan beban tugas akhir skripsi. Bentuk ketidaksejahteraan dan stress ini bermacam-macam seperti yang terjadi pada dua orang mahasiswa di Palembang yang tertangkap sedang pesta sabu dan diakui penggunaan sabu tersebut dilakukan karena stress dengan skripsi ([www.news.okezone.com](http://www.news.okezone.com) diunduh pada tanggal 30 Agustus 2012).

Mengerjakan skripsi adalah sesuatu yang menantang, akan tetapi apabila tantangan ini difahami sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan maka akan mempengaruhi kondisi *psychological wellbeing* pada mahasiswa yang sedang menjalaninya. Wawancara singkat dengan beberapa orang mahasiswa tersebut juga menanyakan tentang bagaimana perkembangan skripsi yang sedang dikerjakan. Beberapa orang mahasiswa mengungkapkan bahwa mengerjakan skripsi bukanlah sesuatu yang mudah dan menyenangkan.

Ryff (1989) juga menambahkan bahwa seseorang dengan *psychological wellbeing* yang baik akan mengembangkan hubungan yang positif dengan orang lain. Individu akan membina hubungan yang hangat, memuaskan, dan saling mempercayai. Individu juga akan mengembangkan sifat empati dan afeksi yang kuat. Sebaliknya individu dengan *psychological wellbeing* yang kurang baik akan sulit bersikap hangat terhadap orang lain dan enggan menjalin hubungan dengan orang lain.

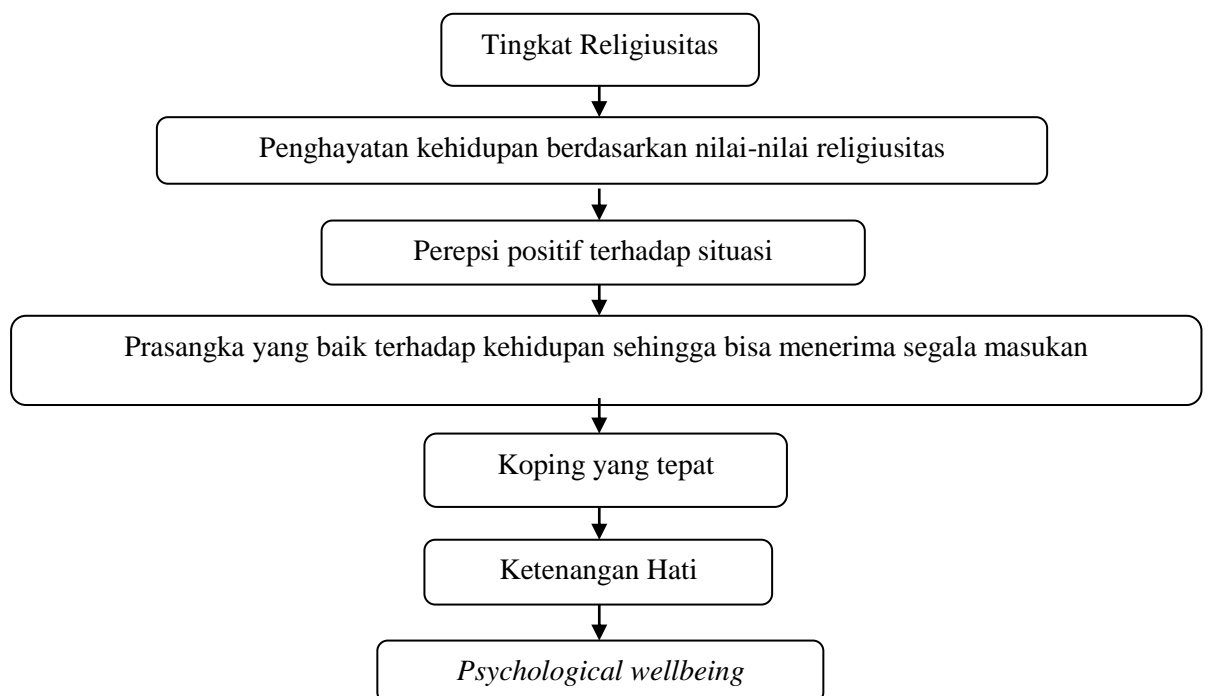
Ellyson (dalam Maulina, 2010) mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well being* pada seseorang adalah tingkat religiusitas atau tingkat menjalankan ritual agama. Religiusitas adalah kadar, derajat, atau keadaan seseorang yang dapat memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari yang

merefleksikan ketaatan seseorang kepada Tuhan Yang Maha Esa, (Ibnu, dalam Arini dan Sarwedah, 2009). Manusia membutuhkan agama dalam kehidupannya sebagai pegangan hidup untuk kehidupannya di dunia dan di akhirat. Untuk mencapainya manusia harus menjaga keseimbangan antara dua kebutuhan yakni kebutuhan jasmani dan kebutuhan rohaninya.

Religiusitas akan menjadi kontrol bagi individu untuk melakukan koping yang positif. Koping adalah mekanisme untuk mengatasi perubahan yang dihadapi atau beban yang diterima. Lipowski (dalam Nursalam dan Kurniawati, 2007), menjelaskan bahwa mekanisme koping adalah semua aktifitas kognitif dan motorik yang dilakukan oleh seseorang yang sakit untuk mempertahankan integritas tubuh dan psikisnya, memulihkan fungsi yang rusak dan membatasi adanya kerusakan yang tidak bisa dipulihkan.

### Bagan 1.

#### Gambaran pengaruh tingkat religiusitas terhadap *psychological wellbeing* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi



## B. METODELOGI PENELITIAN

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember. Karakteristik dari subyek penelitian sebagai berikut: semester VII ke atas, jenis kelamin laki-laki dan perempuan, sedang menempuh skripsi, beragama Islam. Populasi yang didapatkan berjumlah 610, kemudian disederhanakan dalam bentuk sampel untuk mempermudah dalam pengambilan data dan penelitian. Adapun teknik sampel yang digunakan adalah teknik *stratified proporsional random sampling* yaitu suatu teknik pengambilan sampel yang dipilih secara random berdasarkan asumsi bahwa populasi mempunyai beberapa karakteristik khusus yang membuat populasi menjadi heterogen seperti usia, jenis kelamin, strata ekonomi, kepribadian dan yang lain (Usman, 2004). Peneliti akan menentukan besaran sampel yang akan diambil dengan menggunakan rumus Slovin, berdasarkan rumus tersebut di dapatkan jumlah sampel sebanyak 86.

Metode pengambilan data pada penelitian ini adalah menggunakan metode penskalaan dengan instrument berupa skala psikologi. Skala psikologi memiliki karakteristik khusus yang membedakannya dari berbagai bentuk alat pengambilan data yang lain seperti angket (*questionnaire*). *Blueprint* skala disajikan dalam bentuk tabel yang memuat uraian komponen-komponen atribut yang harus dibuat aitemnya, proporsi aitem dalam masing-masing komponen, dan indikator-indikator perilaku pada setiap komponen. *Blueprint* akan memberikan gambaran mengenai isi skala dan menjadi acuan serta pedoman untuk tetap berada dalam lingkup ukur yang benar. Bila diikuti dengan baik, *blueprint* akan mendukung validasi isi skala (Azwar, 2005). Skala dalam penelitian ini ada dua, yaitu skala Religiusitas dan Skala *Psychological wellbeing*, skala yang digunakan untuk responden pada titik tertentu yang dipakai dalam penelitian kedua skala ini adalah skala *Semantic Differential* atau sering disebut dengan skala osgood yang dikembangkan oleh Charles Osgood dan Tannenbaum pada tahun 1957 (dalam Usman, 2004). Sedangkan pada penelitian ini stimulus yang diberikan nantinya berupa rangkaian kalimat proyektif yang menunjukkan, prosedur penyekoran pada teknik ini adalah dengan memberikan nilai 1 pada jawaban yang dikehendaki atau

berada pada kutub positif dan 0 pada jawaban yang tidak dikehendaki atau berada pada kutub negatif. Pengukuran atas validitas item terhadap skala dalam penelitian ini akan dibantu dengan teknik komputerisasi program *SPSS 16.0 for Windows*. Data dikatakan valid apabila  $r_{hitung} > r_{tabel}$ . Valid atau tidaknya suatu instrumen juga dapat dilihat dengan membandingkan nilai signifikan suatu data. Nilai signifikansi yang digunakan adalah sebesar 5% (0.05), jadi apabila nilai signifikasinya lebih besar dari 0,05 maka data tersebut dapat dikatakan tidak valid. Sebaliknya, jika signifikasinya lebih kecil dari 0,05 maka data tersebut dikatakan valid. Penelitian ini juga mencantumkan skor tertinggi dan terendah yang diperoleh subjek dengan tujuan untuk melihat skor maksimal dan minimal yang dicapai oleh responden.

Berdasarkan jenis data yang diperoleh, maka peneliti akan menentukan metode analisa yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode regresi. Metode regresi dilakukan dengan tujuan untuk menguji hubungan yang linier antara dua variabel dalam hipotesis penelitian ini sehingga dapat diketahui seberapa besar pengaruh tingkat religiusitas (variabel X) terhadap terbentuknya *psychological wellbeing* (variabel Y).

### **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisa terhadap kedua variabel, di dapatkan nilai Chi Kuadrat<sub>hitung</sub> sebesar 88,2 dengan  $p = 0,00$ . Merujuk pada hasil analisisnya maka dapat dikatakan nilai Chi Kuadrat<sub>hitung</sub> lebih besar dari pada Chi Kuadrat<sub>tabel</sub> dengan  $p = 0,00$

Sedangkan uji kesesuaian statistik juga dapat diberikan dengan nilai *Pseudo R-square*. Nilai ini mengadopsi nilai koefisien determinasi pada regresi berganda, yang menunjukkan seberapa besar kemampuan variabel bebas menjelaskan *varians response*. Terdapat tiga buah nilai *Pseudo R-Square*, dengan nilai terbesar adalah *Nagelkerke* yaitu sebesar 0,794 sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini dapat diterima, yakni terdapat pengaruh yang sangat signifikan antara tingkat religiusitas terhadap *psychological wellbeing* mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember yang sedang mengerjakan skripsi.

Hasil *Pseudo R-Square*,

**Pseudo R-Square**

Cox and Snell	.641
Nagelkerke	.794
McFadden	.621

Link function: Cauchit.

**Pembahasan**

Religiusitas adalah kadar keyakinan dan kepercayaan mahasiswa yang diwujudkan dalam ketaatan, kesholehan perilaku dan keyakinan mahasiswa di dalam menjalankan ajaran-ajaran agamanya, dan diaplikasikan dalam kehidupan dalam bentuk pelaksanaan ibadah. Keyakinan mahasiswa terhadap kebesaran dan keMaha Kuasaan Tuhannya akan membuat mahasiswa juga sangat meyakini bahwa yang memberikan kehidupan dengan segenap cobaan dan ujian di dalamnya adalah Tuhannya sehingga kesulitan apapun akan dimaknai sebagai bentuk ujian dari Tuhan. Makna ujian ini akan mengantarkan seorang mahasiswa berfikir untuk dapat lolos dalam ujian dengan cara berupaya bersungguh-sungguh melaksanakan segenap tugas kemanusiaannya, melaksanakan segala perintah dan kewajiban Tuhan yang dibebankan pada dirinya dan menyerahkan hasil kepada Tuhannya. Mahasiswa yang demikian akan menjadikan skripsi dan berbagai suka duka dalam proses penyelesaiannya sebagai bagian dari ujian atau cobaan yang pasti akan mendatangkan manfaat dan hikmah di balik berbagai kesulitan yang muncul selama proses menyelesaikannya. Mahasiswa yang mempunyai nilai-nilai religiusitas yang tinggi akan menerima segala konsekuensi keyakinannya terhadap Tuhan dengan keikhlasan yang juga tinggi sehingga dalam mengerjakan skripsi sekalipun akan merasakan ketenangan karena keyakinan akan pertolongan Tuhannya. Skripsi adalah tugas akhir yang diberikan untuk menguji seberapa besar daya serap terhadap materi-materi kuliah yang selama ini diberikan pada mahasiswa. Mahasiswa diminta untuk membuat karya ilmiah berupa tugas penelitian yang hasilnya nanti akan menjawab besarnya daya serap mahasiswa

terhadap materi kuliahnya selama ini sehingga sifatnya lebih aplikatif. Mahasiswa diminta untuk melihat lebih peka terhadap masalah sosial yang ada disekitarnya dan diminta untuk mencari solusi pemecahan masalahnya dengan cara melakukan penelitian yang diharapkan solusi yang muncul dapat dipertanggung jawabkan. Hal ini seringkali membuat mahasiswa merasa cemas dan khawatir tidak mampu melaksanakan tugas skripsi seperti yang diharapkan. Kecemasan dan kekhawatiran ini dapat di minimalisir ketika mahasiswa mempunyai tingkat religiusitas yang baik. Konsekuensi atas kesabaran dalam menghadapi pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan selama mengerjakan skripsi adalah berusaha menerima segala masukan yang diberikan baik oleh dosen pembimbing maupun dosen penguji dan melaksanakan tugas pengerjaan skripsi dengan penuh kesabaran dan keikhlasan. Kondisi seperti tersebut akan mendatangkan ketenangan kepada individu. Selain itu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi akan cenderung merasa bahagia, mampu menerima segala kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya. Kondisi psikologis tersebut dapat dinamakan sebagai *psychological wellbeing*. *Psychological wellbeing* adalah kondisi individu yang ditandai oleh perasaan bahagia, puas terhadap hidupnya, mempunyai tujuan hidup, menguasai lingkungannya, dan mempunyai kepribadian yang berkembang selalu ke arah yang positif. *Psychological wellbeing* tersebut adalah kondisi ideal bagi seorang mahasiswa mengingat perannya yang menjadi begitu besar untuk melakukan perubahan dalam hidup baik bagi dirinya maupun bagi orang-orang lain di sekitarnya.

## **D. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **1. Kesimpulan**

Berdasarkan uji hipotesa yang dilakukan, didapatkan Chi Kuadrat<sub>hitung</sub> sebesar 88,2 dengan  $p = 0,00$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_1$  diterima yang berarti bahwa ada hubungan yang sangat signifikan dan positif antara tingkat religiusitas terhadap *psychological wellbeing* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan sumbangan efektif atau koefisien determinasi (Pseudo  $R_{Square}$ ) = 0,794.

## 2. Saran

Berdasarkan temuan yang diperoleh dalam penelitian, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

### 1. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Berdasarkan saran dari subyek penelitian, kalimat yang ada dalam skala lebih disederhanakan sehingga subyek penelitian lebih mudah mengerti, jumlah item dalam skala juga tidak terlalu banyak.
- b. Mencoba menambah sampel dengan jumlah yang lebih banyak sehingga wilayah generalisasi terhadap hasil penelitian menjadi lebih luas.
- c. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang religiusitas dan *psychological wellbeing* diharapkan agar dapat meneliti masalah tersebut lebih lanjut serta hal-hal yang mungkin memiliki pengaruh terhadap kedua variable di atas misalnya lingkungan sosial subyek penelitian, jenis kelamin atau menggunakan subyek penelitian yang lebih banyak lagi sehingga hasil penelitian akan lebih representatif dalam menggambarkan populasi yang hendak diteliti.

### 2. Bagi Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

Penelitian ini membuktikan dampak religiusitas terhadap *psychological wellbeing* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Oleh karena itu disarankan kepada mahasiswa untuk meningkatkan religiusitasnya dengan mempelajari kembali dengan sungguh-sungguh ajaran agamanya, sehingga mahasiswa dapat berfikir positif dengan keadaan apapun yang dialaminya.

### 3. Bagi Universitas Muhammadiyah Jember

Mencoba membekali mahasiswa dengan pemahaman terhadap nilai-nilai agama utamanya untuk mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan membuat sebuah program yang bertujuan untuk meningkatkan penghayatan mahasiswa terhadap nilai-nilai religiusitas. Hal ini dapat dilakukan dengan bekerjasama dengan dosen pengampu mata kuliah Al Islam dan Kemuhammadiyah untuk membina religiusitas mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir.



## DAFTAR PUSTAKA

- Arini, A.K. & Sarwendah, D. (2009). Hubungan antara tingkat religiusitas dengan kecenderungan perilaku seksual pranikah pada remaka yang sedang pacaran. *Jurnal Poseidon Vol. 3 No.1 ISSN 1907-5960*: Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah
- Azwar, S. (1999). *Sikap manusia teori dan pengukurannya, Edisi Ke 2*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- (2005). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- Maulina, S.I. (2010). *Hubungan antara religiusitas dengan psychological well being pada lansia*. Skripsi. Didownload dari <http://library.gunadarma.ac.id> pada tanggal 28 Agustus 2012
- Nursalam, M. & Kurniawati, N.D. (2007). *Asuhan keperawatan pada pasien terinfeksi HIV AIDS*. Jakarta: Salemba Medika
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everythings or is it? Explorations on the meaning of psychological well being. *Journal of Personality and Sosial Psychology*. Vol.57, No.6: The American Psychologist Association Inc. Di download dari [www.education.ucsb.edu](http://www.education.ucsb.edu) pada tanggal 3 September 2012
- Usman, H. & Akbar, P.S. (2004). *Metodologi penelitian sosial*. Jakarta: Bumi Aksara
- [www.news.okezone.com](http://www.news.okezone.com) diunduh pada tanggal 30 Agustus 2012