

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima yaitu terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada mahasiswa yang aktif dalam organisasi. Dalam penelitian ini diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $= 0,775$ dengan taraf signifikansi sebesar $p = 0,000$, yang berarti ada hubungan positif dan termasuk hubungan yang kuat antara Religiusitas dengan *Psychological Well-Being*.

Mahasiswa yang aktif dalam organisasi yang memiliki tingkat religiusitas yang baik ditandai dengan keyakinannya terhadap hal-hal dogmatik dalam agamanya (mempercayai Tuhan, surga, dan neraka). Memahami ajaran agamanya apa saja yang diperbolehkan dan yang dilarang dalam kitab suci agamanya. Mereka juga mempraktekan ajaran agama yang dianut seperti sembahyang, mengaji dll. Meyakini dan merasakan pengalaman-pengalam religius dalam hidupnya, seperti terkabulnya doa yang dipanjatkan kepada Tuhan. Hal-hal yang dilakukan juga termotivasi dari ajaran agama yang dianut, seperti membantu teman yang sedang kesusahan. Kemudian peningkatan religiusitas yang dimiliki ini akan diikuti dengan peningkatan *psychological well-being* yang dimiliki.

Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien determinasi (R^2) yang memperoleh sumbangan efektif sebesar $0,600$ yang menunjukkan bahwa variabel Religiusitas memiliki kontribusi 60% terhadap *Psychological Well-Being* dan sisanya 40%

dipengaruhi oleh faktor lain. Menurut Ryff dan Keyes (1995) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being*, yaitu: faktor demografis (seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya), dukungan sosial, evaluasi terhadap pengalaman hidup, dan kepribadian.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa yang aktif dalam organisasi

Bagi Mahasiswa yang aktif dalam organisasi, disarankan agar dapat mempertahankan *psychological well-being* melalui komitmen religius yang dimiliki. Hal ini dapat dilihat dari sikap dan perilaku yang didasarkan pada ajaran kebaikan dari agama yang dianut masing-masing individu. Karena perlu kita sadari, tidak ada satupun agama yang mengajarkan keburukan kepada para pemeluknya. Apabila mahasiswa yang aktif dalam organisasi mampu meyakini serta menjalankan dengan baik ajaran agama yang dianut maka banyaknya aktivitas yang dijalani setiap harinya tidak akan terasa berat, karena mereka menyadari bahwa aktivitas tersebut ialah tanggung jawab yang mesti dijalani serta akan memberikan manfaat yang baik bagi perkembangan diri terutama kemampuan yang dimilikinya sebagai bekal hidup mereka di masa mendatang setelah lulus dari masa perkuliahan.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti *psychological well-being* dapat menggunakan faktor yang lain, dikarenakan pada penelitian ini didapatkan fakta bahwa 40% faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* diperoleh dari faktor selain religiusitas, seperti dukungan sosial, demografis (usia,

jenis kelamin, status sosial dan ekonomi), evaluasi pengalaman hidup, dan kepribadian . Penelitian ini juga masih memiliki kelemahan yakni pada hasil data awal atau permasalahan yang terjadi sebelum penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki *psychological well-being* dalam kategori rendah, sehingga data tersebut berlainan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa subjek memiliki hasil kategorisasi pada setiap variabel dengan kategori tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D. & Suroso, F.N. (2011) *Psikologi islami atas problem-problem psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Amawidyati & Utami. (2007). Religiusitas dan Psychological Well-Being Pada Korban Gempa. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada*, 2 (34), 164-176
- Awaliyah, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Pengaruh Rasa Kesadaran Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Yarsi*.
- Azwar, S. (2016). *Dasar-dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Depdiknas. (2012). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta. Penerbit: Gramedia Pustaka Utama.
- Emmons, R. A. & McCullough, M. E. 2004. *The Psychology Of Gratitude*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Erikson, Erick, H. (1989). *Identitas dan Siklus Hidup Manusia; Bunga Rampai 1*. Jakarta : PT. Gramedia.
- Feist, J., Feist, G. (2009). *Theories of Personality*, (7th edition). New York: McGrawHill.
- Feldman, R. D., Papalia, & Olds. (2009). *Human development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Fitri, S., Luawo, M. I. R., & Noor. (2017). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Laki-laki Di SMA Negeri se-DKI Jakarta. *Jurnal Bimbingan Konseling FIP UNJ*.
- Flannelly, K. J., Koenig, H.G., Ellison, C.G., Galek, K., & Krause, N. (2006). Belief in Life After Death and Mental Health. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 194(7)
- Gani, J., & Amalia, M. (2015). *Alat analisis data: aplikasi statistic untuk penelitian bidang ekonomi dan social*. Yogyakarta: Andi Offset
- Ghufron & Risnawita S. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Glock, Charles Y. & Stark, R. (1968). *American Piety : The Nature Of Religious Commitment*. London: University of California Press.

- Halim, M.S & Atmoko, W.D. (2005). Hubungan antara kecemasan akan HIV / aids dan *psychological well being* pada waria yang menjadi pekerja seks komersial. *Jurnal Psikologi*, 15 (1), 17-31.
- Ismail, R.G., & Indrawati , E.S. (2013). Hubungan dukungan sosial dengan *Psychological Well-being* pada Mahasiswa Stie Dharmaptra Program Studi Ekonomi Manajemen Semarang. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, 2 (5). 9-12
- Indryawati, Rini. (2014) Kesejahteraan Psikologis Guru yang mendapatkan Sertifikasi. *Jurnal psikologi*. 7(2),7-18.
- Kementrian Pendidikan Nasional (2009). *Hakekat dan Tujuan*. Dilihat 26 september,2011,[http://dikti.kemdiknas.go.id/index.php?option=com_content &view=article&id=138&Itemid=231](http://dikti.kemdiknas.go.id/index.php?option=com_content&view=article&id=138&Itemid=231)
- Kumalasari, . F. (2011). Perbedaan Prestasi Belajar Berdasarkan Tingkat Aktivitas dalam Organisasi Ekstrakurikuler pada Mahasiswa Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta. *Jurnal KesMaDaSka*. 2 (2), 43-46.
- Kurniawati, R. & Leonardi, T. (2013). Hubungan Antara Metakognisi dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang Aktif Berorganisasi di Organisasi Mahasiswa Tingkat Fakultas. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. 2 (1), 17-18.
- Marliani, R. (2013). Hubungan antara religiusitas dengan orientasi masa depan bidang pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi UIN Bandung*. 9 (2).
- Muslihati. (2014). Nilai-nilai *psychological well-being* dalam budaya madura dan kontribusinya pada pengembangan kesiapan karier remaja menghadapi bonus demografi. *Jurnal Studi Sosial*, 6(2), 120-125.
- Najati, M.U. (2005) *Psikologi dalam Al-Qur'an, Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan, Terj. Zaka al-Farisi*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Nashori, F. (2000). Hubungan antara konsep diri dengan kompetensi interpersonal mahasiswa. *Jurnal Anima*, 16 (1), 32 - 40.
- Novianti, D. S., & Alfiasari. (2017). Kepuasan Hidup Mahasiswa Tingkat Akhir : Kaitannya dengan Karakter Mahasiswa dan Gaya Pengasuhan Orang Tua, *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 10 (1), 13-23.

- Park, N. P. C., & Seligman, M. E. P. (2004). Strength of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 603 – 619.
- Prabowo, A. (2017). gratitude dan psychological well-being pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Universitas Muhammadiyah Malang. 5 (2).
- Priambodo, A. (2000). *Sikap politik, pengaruh kelompok, dan partisipasi politik di kalangan mahasiswa: Studi deskriptif pada mahasiswa Universitas Indonesia.*, Universitas Indonesia, Depok.
- Pudjiwati. (1998). Peranan Penasehat Akademik Dalam Upaya Pendewasaan Mahasiswa. *Jurnal psikologi konseling*, 151, 51—55.
- Putri, Putu N.A. & I Made Rustik. (2017). Peran Pola Asuh Autoritatif, Efikasi Diri, Dan Perilaku Prosocial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Akhir Di Program Studi Pendidikan Dokter Gigi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*. 4(1), 151-164.
- Ramadhani, A.V. (2006). Religiusitas. Dakses melalui [http://aryaverdiramadhani.blogspot.com /2006/12/vj-3xii2006-religiusitas-re-post.html](http://aryaverdiramadhani.blogspot.com/2006/12/vj-3xii2006-religiusitas-re-post.html).
- Restu Adysta Pravirtas (2014). Ini Kronologi Penganiayaan Dimas Mahasiswa STIP, Megapolitan Kompas, dilihat 26 September 2018, <https://megapolitan.kompas.com/read/2014/04/28/1405336/Ini.Kronologi.Penganiayaan.Dimas.Mahasiswa.STIP>
- Rofani, Erma Yunia. (2016). *Hubungan antara religiusitas dengan Psychological Well-being pada janda*. Skripsi. Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia.
- Ryan, F.M. M., dkk. (2005). Psychological and Physical Well-Being During Unemployment: A Meta-Analytic Study. *Journal of Applied Psychology*. 90(1). 53-76, doi: 10.1037/0021-9010.90.1.53
- Ryff, C. D. (1989a). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology* 57, 1069-1081. doi : 0022-3514/89/SOO. 75
- Ryff, C. D. (1989b). Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35 – 55. doi: 10.1177/016502548901200102.
- Ryff, C.D & Keyes, C.L.M, (1995). The Structurs of Psychological well being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69 : 719-727.

- Saicoğlu, Halim & Arslan, Coskun. (2013). An investigation Into Psychological Well-being Levels of Higher Education Students with Respect to Personality Traits and Self Compassion. *Educational Science: Theory & Practice*, 13(4), 2097-2104, doi: 10.12738/estp.2013.4.1740
- Sarwono, S. W. (1978). *Perbedaan antara pemimpin dan aktivis dalam gerakan protes mahasiswa: Suatu studi psikologi sosial*. Universitas Indonesia, Depok.
- Sarina, N. y. (2012). Hubungan antara Stres Akademis dan *Psychological Well-being* pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Indonesia. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Sugiyono (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Suwarjo, Iswanti, S & Suardiman, S.P. (2004). *Masalah kesepian (loneliness) dan kehidupan beragama para lansia*. Yogyakarta: Pusat Studi Sumber Daya Lansia Lembaga Penelitian UNY.
- Trankle. (2009). Adolsance religiosity and psychological well being. <http://www.charis.wk.edu/publications/charis5-3/Trankle.pdf>. Diakses pada tanggal 08 november 2018.
- Talamati, bianca. (2012). *Hubungan Trait Kepribadian Neuroticism dan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Indonesia*. Skripsi. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Taylor, G. Mails. (2008). Marital Happiness and Psychological Well-Being. Across the Life Course. *International Journal of Family Relation*. 57 , 211-226.
- Taylor, S. E. (1995). *Health Psychology*. Singapore: Mc Graw – Hill. Inc.
- Thoha M. 2007. *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta : UGM
- Tryas, 2014, 22 Persen pengguna narkoba kalangan pelajar, *Megapolitan Harian* terbit, dilihat 27 september 2018 <http://megapolitan.harianterbit.com/megapol/2014/09/13/8219/18/18/22-Persen-Pengguna-Narkoba-Kalangan-Pelajar/>
- Wells, I.E. (2010). *Psychology of emotions, motivations and actions: Psychological well-being*. New York: Nova Science Publisher, Inc.

