

ABSRTAK

Dewasa awal merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan proses pencarian jati diri, eksplorasi serta tingkat ketidakstabilan yang relatif tinggi dibandingkan dengan periode kehidupan lainnya. Proses eksplorasi yang dialami individu pada periode ini seringkali berakhir dengan kegagalan maupun kekecewaan, yang dapat berdampak pada *subjective well-being* individu. Dalam konteks ini, spiritualitas dipandang sebagai salah satu faktor psikologis yang dianggap dapat membantu individu memaknai pengalaman hidup dan mempertahankan *subjective well-being* meskipun berada dalam situasi penuh tekanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh spiritualitas terhadap *subjective well-being* pada dewasa awal. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat pengaruh positif yang signifikan antara spiritualitas dengan *subjective well-being* pada dewasa awal. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan subjek penelitian sebanyak 240 individu dewasa awal berusia 18-29 tahun, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *subjective well-being* dan skala spiritualitas. Analisis data yang dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana atau *linear regression*. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh positif yang signifikan antara spiritualitas dengan *subjective well-being* pada dewasa awal, dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,577 dan nilai signifikansi $p = 0,001$ ($<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi spiritualitas maka semakin tinggi tingkat *subjective well-being* pada dewasa awal. Sebaliknya semakin rendah spiritualitas maka semakin rendah pula tingkat *subjective well-being* pada dewasa awal.

Kata Kunci : *Subjective well-being, Spiritualitas, Dewasa awal*

ABSTRACT

Early adulthood is a developmental phase characterized by a process of self-discovery, exploration, and a relatively high level of instability compared to other life stages. The exploration process experienced by individuals during this period often ends in failure or disappointment, which can impact their subjective well-being. In this context, spirituality is viewed as a psychological factor believed to help individuals make sense of life experiences and maintain subjective well-being even in stressful situations. This study aims to determine the influence of spirituality on subjective well-being in early adulthood. The hypothesis proposed is that there is a significant positive influence between spirituality and subjective well-being in early adulthood. This study used a quantitative research method with 240 early adults aged 18-29 selected using a purposive sampling technique. The measurement instruments used were the subjective well-being scale and the spirituality scale. Data analysis was conducted using simple linear regression analysis. The analysis results show a significant positive effect between spirituality and subjective well-being in early adulthood, with a correlation coefficient (r_{xy}) of 0.577 and a significance value of $p = 0.001 (<0.05)$. Therefore, it can be concluded that higher spirituality leads to higher levels of subjective well-being in early adulthood. Conversely, lower spirituality leads to lower levels of subjective well-being in early adulthood.

Keywords: *Subjective well-being, Spirituality, Early adulthood*