



## THE RELATIONSHIP OF RELIGIUS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN ADULTS

### HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA DEWASA

Michael Housen<sup>1</sup>, Agoes Dariyo<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara

E-mail: [michaelhousen02@gmail.com](mailto:michaelhousen02@gmail.com)<sup>1</sup>, [agoesd@fpsi.untar.ac.id](mailto:agoesd@fpsi.untar.ac.id)<sup>2</sup>

#### ARTICLE INFO

##### Correspondent

Michael Housen  
[michaelhousen02@gmail.com](mailto:michaelhousen02@gmail.com)

##### Key words:

religiosity, psychological well-being, adults

##### Website:

<https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>

Page: 1404 - 1414

#### ABSTRACT

*This research evaluates the relationship between religiosity and psychological well-being through. Through this approach, it was found that there is a positive and significant correlation between the two variables. The analysis results indicate that the higher an individual's level of religiosity, the higher their level of psychological well-being. In this context, the research successfully supports the previously proposed hypothesis, confirming a strong correlation between religiosity and psychological well-being. These findings provide an important contribution to understanding the impact of religiosity on an individual's psychological well-being. By revealing that an increase in religiosity correlates with an increase in psychological well-being, this study provides a strong foundation for supporting efforts to promote spirituality as a means of enhancing mental well-being.*

Copyright © 2023 JSER. All rights reserved.

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p><b>Koresponden</b></p> <p><b>Michael Housen</b> <i>michaelhousen02@gmail.com</i></p> <p><b>Kata kunci:</b> <i>religiusitas, psychological well-being, dewasa.</i></p> <p><b>Website:</b> <i><a href="https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER">https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER</a></i></p> <p><b>Hal: 1404 - 1414</b></p>	<p>Penelitian ini mengevaluasi hubungan antara religiusitas dan <i>psychological well-being</i>. Melalui pendekatan ini, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kedua variabel tersebut. Hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, semakin tinggi pula tingkat <i>psychological well-being</i> yang mereka alami. Dalam konteks ini, penelitian berhasil mendukung hipotesis yang diajukan sebelumnya, mengonfirmasi bahwa adanya korelasi yang kuat antara religiusitas dan <i>psychological well-being</i>. Hasil ini memberikan kontribusi penting dalam pemahaman terkait dampak religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis seseorang. Dengan mengungkapkan bahwa kenaikan tingkat religiusitas berkorelasi dengan peningkatan <i>psychological well-being</i>, studi ini memberikan landasan yang kuat bagi upaya-upaya pendukung untuk mempromosikan aspek spiritualitas dalam meningkatkan kesejahteraan mental.</p> <p style="text-align: right;"><i>Copyright © 2023 JSER. All rights reserved.</i></p>

## PENDAHULUAN

Misi manusia yang mencari kesejahteraan merupakan hal yang menarik untuk diteliti. Ada banyak interpretasi dalam kesejahteraan bagi tiap-tiap orang. Misalnya dengan kesejahteraan ekonomi yang nantinya akan berpengaruh terhadap konsumsi seseorang, atau dengan kesejahteraan sosial yang berhubungan dengan lingkungan sekitar. Namun interpretasi kesejahteraan yang paling mendalam merupakan kesejahteraan psikologis atau yang biasa dikenal dengan *Psychological Well-being*.

Menurut Carol Ryff (1996) *psychological well-being* mengukur aspek fungsional seseorang. Aspek-aspek tersebut ia tuangkan dalam *six factor model* (enam faktor model), berisikan penerimaan diri sendiri secara positif, penguasaan lingkungan sekitar agar sesuai dengan diri sendiri, hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup yang dikejar, kesadaran akan potensi untuk perkembangan diri, dan kemampuan untuk mengatur dan menentukan diri sendiri (otonomi). Pemenuhan dari masing-masing dimensi/aspek *psychological well-being* tersebut dirasa perlu dicapai karena dampak yang mungkin terjadi adalah kurang optimalnya perkembangan individu dan risiko depresi akibat stres. Sebuah penelitian dilakukan oleh Oktaviani & Suprapti (2021) yang menunjukkan hasil *psychological well-being* memiliki pengaruh terhadap stres-stres akademik. Kesimpulan lain dari penelitian ini adalah berbagai stresor mungkin akan muncul, tetapi dengan peningkatan aspek-aspek dari *psychological well-being* membuat pribadi individu menjadi lebih tangguh (*resilient*). Tangguh (*resilient*) berarti orang dapat bertahan melalui berbagai peristiwa yang sulit (Dariyo & Tumanggor, 2021).

Dilansir pada Suara.com yang bertajuk “Riset Garmin: Indonesia Jadi Negara dengan Tingkat Stres Tertinggi dan Jarang Olahraga”, masyarakat di Indonesia menunjukkan tingkat stress yang tinggi pada usia 26-45 tahun Tidak hanya orang dewasa saja, namun remaja juga dapat mengalami stres seperti stres di sekolah yang diakibatkan ujian maupun pergaulan teman sebaya (P2PTN Kemenkes RI, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Soeli et al. (2021) terhadap siswa SMP menunjukkan bahwa siswa yang melaksanakan sistem *full day school* mengalami stres dengan rata-rata siswa mengalami stres ringan.

Pada dewasa ini, mayoritas orang dewasa mengalami stres yang disebabkan oleh lingkungan tempat bekerja. Dewasa awal dikatakan memiliki kualitas tidur yang baik ketika tidur tanpa ada gangguan selama kurang lebih 7-8 jam sehari (Restu Nadya, & Linda Wati. 2023). Kehidupan keluarga yang harmonis ini supaya menjadi pondasi yang kuat untuk anak-anaknya di kemudian hari (Putri Diana, & Agustina. 2023). Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang memiliki keterikatan dalam hubungan darah, kelahiran dan pernikahan (Fanny Febrianti, & Untung Subroto. 2023). Penelitian yang dikemukakan oleh Washinta & Hadi (2021) memiliki hasil stres kerja yang tinggi memberikan dampak negatif terhadap *psychological well-being*. Penelitian lainnya dari Sarah (2018) menghasilkan sebuah kesimpulan berupa stres kerja dan kepuasan kerja memengaruhi *psychological well-being* individu. Hasil yang sama juga ditunjukkan oleh penelitian Issom & Makbulah (2017) dimana stres memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being* seseorang.

Stres seringkali bersinggungan dengan *psychological well-being*. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya penelitian mengenai stres dengan *psychological well-being*. Semakin tinggi tingkat stres, maka semakin rendah pula *psychological well-being* pada seseorang. Tentu bukanlah hal yang baik memiliki *psychological well-being* yang buruk. Efek dari *psychological well-being* yang buruk adalah rasa kesepian yang meningkat (Rantepadang & Gery, 2020). Beberapa strategi untuk menangani (*coping*) stress ini dapat dilakukan demi meningkatkan *psychological well-being* seperti bersyukur dan memaafkan orang lain (Pridayati & Indrawati, 2019., Sujatmi & Qodariah, 2022). Namun peneliti tertarik dengan variabel lain yakni religiusitas, yang berkaitan secara tidak langsung dengan bersyukur dan memaafkan orang lain. Alasannya pun berlandaskan pada banyaknya orang-orang di sekeliling peneliti yang menggunakan religiusitas sebagai strategi *coping*-nya.

Religiusitas merupakan bentuk kepercayaan manusia terhadap sosok Pencipta dan dilihat dari nilai-nilai agama dalam diri seseorang (Aviyah & Farid, 2014). Religiusitas terdiri dari beberapa aspek yang dapat mempengaruhi (Huber & Huber, 2012). Aspek tersebut ialah a) Intelektual (*intellectual*), b) Ideologi (*ideology*), c) Aktivitas yang dilakukan dengan orang lain (*public practice*), d) Aktivitas yang dilakukan sendirian (*private practice*), e) Pengalaman religius (*religious experience*). **Intelektual (*intellectual*)**, berarti ukuran untuk individu yang memiliki pengetahuan dan ilmu, serta dapat memberikan pendapatnya sesuai dengan pengetahuan yang dipunyai terkait agama yang dianutnya. **Ideologi (*ideology*)**, memiliki kaitan yang identik dengan kepercayaan (iman). Aspek ini dapat mencakup hal-hal yang mungkin tidak bisa diterima oleh logika manusia (transendensi), untuk itu kepercayaan sangat memainkan perannya di dalam aspek ini. Sebagai contoh pertanyaan mengenai keberadaan Tuhan yang nyata atau tidak.

Jawaban setiap orang berbeda tergantung dari percaya atau tidak percayanya seseorang kepada Tuhan. **Aktivitas yang dilakukan dengan orang lain (*public practice*)**, menunjukkan aktivitas keagamaan/kerohanian yang berhubungan dengan komunitas tempat dimana seseorang dapat bertumbuh. Mengikuti ritual keagamaan (beribadah, berdoa bersama) adalah indikator yang menentukan aspek ini. **Aktivitas yang dilakukan sendirian (*Private Practice*)**, melambangkan kehidupan privat individu dengan agamanya. Hal yang paling terlihat di dalam aspek ini ialah aktivitas berdoa, meditasi, ataupun aktivitas spiritual lainnya yang dilakukan dalam ruang privasi. **Pengalaman religius (*religious experience*)**, berarti individu memiliki pengalaman secara pribadi dengan sosok supranatural atau yang dipercaya Tuhan. Pengalaman ini merupakan pengalaman yang dirasa intim dan satu dengan satu bersama Tuhan itu sendiri.

Tidak mengherankan jika banyak sekali orang-orang di Indonesia memilih jalan religiusitas sebagai salah satu pilihan *coping* yang paling populer karena banyaknya penelitian mengenai stress dengan religiusitas ini. Sekitar 20.900 lebih naskah ilmiah di dalam *database Google* untuk penggunaan judul dengan kata “religiusitas” (El Hafiz & Aditya, 2021). Tidak hanya itu, variabel religiusitas sendiri memiliki banyak manfaat. Pernyataan ini didukung oleh penelitian Darmawanti (2012) dengan hasil religiusitas memiliki hubungan dengan seberapa baik seseorang dalam kemampuannya dalam mengatasi stres. Bonar Hutapea (2014) pun menemukan bahwa religiusitas merupakan senjata yang ampuh untuk menanggulangi stress akibat tekanan penyesuaian diri. Selain itu, penelitian Afifah dan Kumolohadi (2022) menyatakan tingkat stress yang rendah cenderung memiliki hubungan dengan tingkat religiusitas yang tinggi pula. Tidak hanya stres, fenomena *quarter life crisis* juga dapat dibendung jika memiliki tingkat religiusitas yang tinggi (Habibie et al., 2019). Data survey pada tahun 2020 oleh *Pew Research Center* menyatakan bahwa orang-orang Indonesia memiliki tingkat religius di peringkat pertama dari 34 negara. Lebih lanjut, 96% diantaranya menganggap moral didapatkan dari iman kepada Tuhan. Bahkan, 98% diantaranya pun menganggap agama itu penting di dalam hidupnya.

Di dalam beberapa penelitian mengenai religiusitas dengan *psychological well-being* yang telah dilakukan, hasil yang dikemukakan cukup beragam. Penelitian yang dilakukan oleh Situmorang dan Andriani (2018) menunjukkan adanya indikasi hubungan positif antara religiusitas dengan *psychological well-being*. Selain itu, di dalam penelitian ini pula ditemukan adanya resiliensi yang lebih baik dengan hasil kecenderungan dampak negatif akibat peristiwa traumatik. Penelitian lainnya oleh Hariyani dan Sulaiman (2023) pun juga terdapat hubungan yang positif antar dua variabel tersebut. Namun, terdapat hal menarik di dalam penelitian tersebut dimana terdapat tiga dimensi yang memiliki skor tinggi, yakni pertumbuhan pribadi, hubungan positif, dan penerimaan diri. Sedangkan dalam penelitian Amna (2015) ditemukan bahwa hubungan positif memiliki skor yang cukup rendah, walaupun masing-masing variabel religiusitas dan *psychological well-being* memiliki hubungan positif. Dalam kedua penelitian tersebut terdapat dimensi yang sama dengan skor yang tidak konsisten, dengan subjek dengan umur yang sama. Kemudian, dengan subjek yang berbeda, Rajawane (2011) melalui penelitiannya juga menemukan adanya hubungan positif religiusitas dengan *psychological well-being* pada individu yang sudah lanjut usia. Hasil yang sama juga ditemukan oleh Putri (2013) dengan partisipan dengan usia lanjut dengan umur 60 tahun ke atas.

Berdasarkan literatur yang telah dijabarkan di atas, maka dasar penulis dalam melakukan penelitian adalah untuk meneliti sampel yang ada di dalam area peneliti.

## **METODE**

Pada penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang memperoleh hasil penelitian dalam bentuk angka dengan menggunakan statistika sebagai teknik analisis (Afifah, *et al.*, 2020). Penelitian korelasional adalah metode penelitian non eksperimental yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antara dua variabel yang akan diteliti. Peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional dengan tujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara religiusitas dan psychological well-being melalui data statistik.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Uji Normalitas**

Uji normalitas adalah cara yang digunakan untuk melihat apakah data yang dikumpulkan oleh peneliti terdistribusi normal atau tidak. Dengan begitu, uji normalitas menggunakan adalah uji *one sample Kolmogrov-Smirnov*. Maka dari itu, kedua variabel harus diuji normalitas datanya dengan cara satu persatu. Berdasarkan nilai Asymp. Sig (2 tailed) sebesar 0.000 sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian tersebut terdistribusi tidak normal. Mengenai hasil pengelolaan data dapat dilihat dalam Tabel 1.

**Tabel 1. Uji Normalitas Variabel *Psychological Well-Being* dan Religiusitas**

Variabel	Kolmogrov-SmirnovZ	P	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i>	0.055	0.200	Terdistribusi normal
Religuisitas	0.128	0.000	Terdistribusi tidak normal

### **Analisis data utama**

Berdasarkan data yang diperoleh merupakan data yang terdistribusi tidak normal, sehingga uji korelasi dilakukan dengan *Spearman Correlation*. Hasil uji dari korelasi penelitian ini mendapatkan nilai  $r = 0.456^{**}$  dengan nilai korelasi lebih tinggi dari 0.01. Dari nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi kuat antara variabel *Psychological Well-Being* dengan religiusitas. Mengenai penjelasan lebih lengkap terdapat pada Tabel 2.

**Tabel 2. Uji korelasi Variabel *Psychological Well-Being* dengan religiusitas**

Variabel	N	P	R	Keterangan
<i>Psychological Well-Being</i> dengan religiusitas	110	0.000	0.456**	Terdapat korelasi positif dan signifikan

#### **a. Uji Korelasi Antara Dimensi Religiusitas dan *Psychological Well-Being***

Selain itu, peneliti juga melakukan uji korelasi variabel *Psychological Well-Being* dengan dimensi religiusitas. Berdasarkan hasil yang diperoleh bahwa hasil nilai  $r=0.361$  dan  $p=0.000$  ( $p < 0.01$ ). Dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara dimensi intelektual dengan *Psychological Well-Being*.

Setelah itu dimensi yang kedua adalah *ideology* hasil nilai  $r = 0.304$  dan  $p = 0.001$  ( $p < 0.01$ ) Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara dimensi *ideology* dengan Psychological Well-Being. Dimensi yang ketiga adalah *public practice*, hasil nilai  $r = 0.370$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara dimensi *public practice* dengan Psychological Well-Being. Dimensi yang ke empat adalah *Private Practice*, hasil nilai  $r = 0.344$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara dimensi *Private Practice* dengan Psychological Well-Being. Dimensi yang ke empat adalah *Private Practice*, hasil nilai  $r = 0.392$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara dimensi *religious experience* dengan Psychological Well-Being.

**Tabel 3. Uji Korelasi antara Dimensi Religiusitas dengan Variabel Psychological Well-Being**

Dimensi Religiusitas	N	P	R	Keterangan
<i>Intellectual</i>	110	0.000	0.361**	Terdapat korelasi positif dan signifikan
<i>Ideology</i>	110	0.000	0.304**	Terdapat korelasi positif dan signifikan
<i>Public Practice</i>	110	0.000	0.370**	Terdapat korelasi positif dan signifikan
<i>Private Practice</i>	110	0.000	0.344**	Terdapat korelasi positif dan signifikan
<i>Religious Experience</i>	110	0.000	0.392**	Terdapat korelasi positif dan signifikan

**Tabel 4. Analisis Data Uji pada Variabel Psychological Well-Being**

Uji Validitas dan Reliabilitas	Alpha Cronbach	Corrected Item Total Correlation	Jumlah Butir	Nomor Butir yang Dibuang
Sebelum butir negatif dibuang	0.707	-0.264 - 0.591	18	-
Setelah butir negatif dibuang	0.825	0.307 - 0.634	13	5

**b. Analisis Uji Korelasi Antara Religiusitas dan Psychological Well-Being**

Pengujian korelasi menggunakan Nonparametric dengan metode Spearman karena persebaran data item yang tidak terdistribusi secara normal. Hasil dari pengujian ini adalah adanya korelasi sangat kuat antara variabel *psychological well-being* dengan religiusitas. Hal ini ditunjukkan oleh skor koefisien korelasi sebesar 1.000 dengan 0.435. Selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 6.

**Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Antara Psychological Well-being dan Religiusitas**

	Psychological well-being	Religiusitas
Koefisien Korelasi	1,000	0,435**
Koefisien Korelasi	0,435**	1,000

**Analisis data tambahan**

**a. Analisis Uji Beda Pada Religiusitas dan Psychological Well-Being Berdasarkan Jenis Kelamin**

Analisis uji beda religiusitas dan *psychological well-being* yang ditinjau dari jenis kelamin menggunakan analisis *test for several independent samples* dengan metode tes *Kruskal-Wallis*. Berdasarkan hasil uji beda yang telah dilakukan pada *psychological well-being* yang ditinjau dari jenis kelamin didapatkan hasil *mean* pada laki-laki sebesar 64.74 sedangkan *mean* pada perempuan sebesar 50.82. Hasil uji beda menghasilkan nilai  $p = 0.030 < 0.05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada *psychological well-being* yang ditinjau dari jenis kelamin. Selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 7.

**Tabel 6. Uji Beda Psychological Well-being Berdasarkan Jenis Kelamin**

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	p	Keterangan
Psychological Well-Being	Laki-Laki	37	64.74	0.030	Terdapat perbedaan yang signifikan
	Perempuan	73	50.82		

Selanjutnya analisis uji beda berdasarkan jenis kelamin dilakukan pada variabel religiusitas. Hasil uji beda menghasilkan *mean* laki-laki sebesar 55.19 sedangkan *mean* perempuan sebesar 55.66 dengan nilai  $p = 0.942 > 0.05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan pada religiusitas berdasarkan jenis kelamin. Selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 8.

**Tabel 7. Uji Beda Pada Religiusitas Berdasarkan Jenis Kelamin**

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	p	Keterangan
Religiusitas	Laki-Laki	37	55.19	0.942	Tidak terdapat perbedaan yang signifikan
	Perempuan	73	55.66		

**b. Analisis Uji Kategorisasi Dimensi Self-Acceptance**

Berdasarkan uji kategorisasi pada dimensi *self-acceptance*, didapatkan hasil bahwa data didominasi oleh partisipan yang memiliki tingkat *self-acceptance* yang rendah dengan total partisipan sebanyak 66 partisipan (60%). Data selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 8.

**Tabel 8. Uji Kategorisasi Dimensi Self-Acceptance**

	N	Persentase
Rendah	18	16.4%
Sedang	66	60.0%
Tinggi	26	23.6%
Total	110	100.0%

**c. Analisis Uji Kategorisasi Dimensi Purpose in Life**

Berdasarkan pengujian kategorisasi yang telah dilakukan pada dimensi *purpose in life*, dapat diketahui bahwa mayoritas partisipan berada pada tingkat sedang dengan jumlah partisipan sebanyak 59 partisipan (53.6%). Data selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 9.

**Tabel 9.** Uji Kategorisasi Dimensi *Purpose in Life*

	N	Persentase
Rendah	15	13.6%
Sedang	59	53.6%
Tinggi	36	32.7%
Total	110	100%

**d. Analisis Uji Kategorisasi Dimensi *Environmental Mastery***

Hasil uji kategorisasi pada dimensi *environmental mastery* mendapatkan hasil bahwa data didominasi oleh partisipan pada tingkatan sedang dengan jumlah partisipan sebanyak 75 partisipan (68.2%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 10.

**Tabel 10.** Uji Kategorisasi Dimensi *Environmental Mastery*

	N	Persentase
Rendah	13	11.8%
Sedang	75	68.2%
Tinggi	22	20.0%
Total	110	100.0%

**e. Analisis Uji Kategorisasi Dimensi *Positive Relations***

Berdasarkan uji kategorisasi pada dimensi *positive relations*, didapatkan hasil bahwa terdapat 22 partisipan (20%) yang memiliki *positive relations* yang rendah. Pada tingkat sedang dan tinggi memiliki jumlah partisipan yang sama, yaitu 40 partisipan (40%). Data selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 11.

**Tabel 11.** Uji Kategorisasi Dimensi *Positive Relations*

	N	Persentase
Rendah	22	20%
Sedang	40	40%
Tinggi	40	40%
Total	110	100%

**f. Analisis Uji Kategorisasi Dimensi *Personal Growth***

Berdasarkan uji kategorisasi yang telah dilakukan pada dimensi *personal growth*, didapati hasil bahwa sebanyak 27 partisipan (24.5%) berada pada tingkat rendah, sedangkan sebanyak 29 partisipan (26.4%). Data selengkapnya dapat dilihat pada Table 12.

**Tabel 12.** Uji Kategorisasi Dimensi *Personal Growth*

	N	Persentase
Rendah	27	24.5%
Sedang	54	49.1%
Tinggi	29	26.4%
Total	110	100%

**g. Analisis Uji Kategorisasi Dimensi *Autonomy***

Berdasarkan uji kategorisasi yang dilakukan pada dimensi *autonomy*, diketahui data didominasi oleh partisipan yang memiliki tingkat *autonomy* sebanyak 88 partisipan (80%). Sebanyak 12 partisipan (10.9%) berada pada tingkat *autonomy*

yang rendah, sedangkan sebanyak 10 partisipan (9.1%) berada pada tingkat *autonomy* yang tinggi. Selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 13.

**Tabel 13. Uji Kategorisasi Dimensi *Autonomy***

	<b>N</b>	<b>Persentase</b>
Rendah	12	10.9%
Sedang	88	80.0%
Tinggi	10	9.1%
<b>Total</b>	<b>110</b>	<b>100.0%</b>

**h. Analisis Uji Kategorisasi Variabel *Psychological Well-Being***

Berdasarkan uji kategorisasi yang dilakukan pada variabel *psychological well-being* diketahui kebanyakan partisipan penelitian ini memiliki *psychological well-being* yang sedang dengan total 79 orang. Kemudian 18 orang dengan skor *psychological well-being* yang tinggi, serta 13 orang dengan skor *psychological well-being* yang rendah. Selengkapnya dapat dilihat di Tabel 14.

**Tabel 14. Uji kategorisasi *Psychological Well-Being***

	<b>N</b>	<b>Persentase</b>
Rendah	13	11.8%
Sedang	79	71.8%
Tinggi	18	16.4%
<b>Total</b>	<b>110</b>	<b>100.0%</b>

**SIMPULAN**

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa telah diperoleh jawaban atas hipotesis penelitian. Terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara variabel religiusitas dan *psychological well-being*, yang berarti semakin tinggi religiusitas semakin tinggi pula *psychological well-being*.

**DAFTAR PUSTAKA**

Afifah, E. M., & Kumolohadi, R. A. R. (2022). Hubungan Religiusitas dan Stres pada Individu Muslim Dewasa Awal. *Jurnal Riset Psikologi*, 105-108.

Amna, B. N. (2015). Hubungan tingkat religiusitas dengan kesejahteraan psikologis siswa SMK Muhammadiyah 2 Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri dan kenakalan remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 126-129.

Baltes, P. B., Reuter-Lorenz, P. A., & Rösler, F. (Eds.). (2006). *Lifespan development and the brain: The perspective of biocultural co-constructivism*. Cambridge University Press.

Cardwell, J. D. (1980). *The social context of religiosity*. Lanham, MD: University Press of America

Colarusso, C. A. (1992). *Middle Adulthood (Ages 40–60)*. *Child and Adult Development*, 163–182. doi:10.1007/978-1-4757-9673-5\_11

Demerath, N. J., III, & Hammond, P. E. (1969). *Religion in social context*. New York: Random House.

- Diener, E. (1984). *Subjective well-being*. Psychological Bulletin, 95(3), 542–575.
- Diener, E.; Ryan, K. (2009). *Subjective Well-Being: A General Overview*. South African Journal of Psychology, 39(4), 391–406
- Eid, M., & Larsen, R. J. (Eds.). (2008). *The science of subjective well-being*. Guilford Press.
- Fanny Febrianti, & Untung Subroto. (2023). Hubungan Pola Asuh dengan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja. Journal of Social and Economics Research, 5(2), 799-811. <https://doi.org/10.54783/jsr.v5i2.183>
- Fromm E. 1981. Primary and secondary process in waking and in altered states of consciousness. Acad. Psychol. Bull. 3:29–45
- Fundrika, B. A. & Prastya, D. (2021, Desember 12). Riset Garmin: Indonesia Jadi Negara dengan Tingkat Stres Tertinggi dan Jarang Olahraga. Suara.com. <https://www.suara.com/tekno/2021/12/12/164223/riset-garmin-indonesia-jadi-negara-dengan-tingkat-stres-tertinggi-dan-jarang-olahraga>
- Holdcroft, B. B. (2006). What is religiosity. Catholic Education: A Journal of inquiry and practice, 10(1).
- Hoyer, William J. & Paul A. Roodin (2009). *Adult Development And Aging* (6th ed.) New York: McGraw Hill.
- Hurlock, E. B. (1980). Psikologi Perkembangan. Erlangga.
- Maslow, A. H. (2000). *A theory of human motivation*. Classics in Management Thought-Edward Elgar Publishing, 1, 450.
- McGillivray, M., & Clarke, M. (Eds.). (2006). *Understanding human well-being* (pp. 30-46). Tokyo: United Nations University Press.
- P2PTM Kemenkes RI. (2019, Januari 12). Apa saja penyebab Stres?. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stress/apa-saja-penyebab-stres>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human development*. McGraw-Hill.
- Perez, J. A. (2012). *Gender difference in psychological well-being among Filipino college student samples*. International journal of humanities and social science, 2(13), 84-93.
- Putri Diana, & Agustina. (2023). Gambaran Persepsi Pernikahan Pada Perempuan Dewasa Muda Dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai Dan Fatherless . Journal of Social and Economics Research, 5(2), 720-731. <https://doi.org/10.54783/jsr.v5i2.181>
- Restu Nadya, & Linda Wati. (2023). *Problematic Internet Use dan Kualitas Tidur Pada Dewasa Awal*. Journal of Social and Economics Research, 5(2), 412-419. <https://doi.org/10.54783/jsr.v5i2.150>
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). *Successful Aging*. The gerontologist, 37(4), 433-440.
- Ryan, Richard M.; Deci, Edward L. (2001). *On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being*. Annual Review of Psychology, 52(1), 141–166.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. Journal of personality and social psychology, 57(6), 1069.

- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). *The structure of psychological well-being revisited*. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719.
- Ryff, Carol D.; Singer, Burton (1996). *Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research*. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65(1), 14-23.
- Sari, J. L. (2014). Hubungan religiusitas terhadap pengambilan keputusan dalam memilih pasangan hidup mahasiswi Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Savahl, S., Adams, S., & Hoosen, P. (2023). *The Subjective and Psychological Well-Being of Children in South Africa: a Population-Based Study*. *Applied Research in Quality of Life*, 1-33.
- Schaie, K. W. (1996). *Intellectual development in adulthood*. *Handbook of the psychology of aging*, 4, 266-286.
- Schaie, K. W. (2010). *Adult cognitive development from a lifespan developmental perspective*. *Annual Report of Meiso University*. Tokyo, Meiso University, 28, 21-36.
- Unterrainer, H. F., Ladenhauf, K. H., Moazedi, M. L., Wallner-Liebmann, S. J., & Fink, A. (2010). *Dimensions of religious/spiritual well-being and their relation to personality and psychological well-being*. *Personality and Individual Differences*, 49(3), 192-197.
- Widiyanta, A. (2005). Sikap terhadap lingkungan dan religiusitas. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 1(2).
- Willis, S. L., & Martin, M. (Eds.). (2005). *Middle adulthood: A lifespan perspective*. Sage.
- Zimmermann, P.; Iwanski, A. (2014). *Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental variations*. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 182-194..