

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. *Psychological Well Being***

##### **1. Definisi *Psychological Well Being***

Berdasarkan Kementerian Koordinator Kesejahteraan Rakyat, sejahtera adalah suatu kondisi masyarakat dengan terpenuhinya kebutuhan dasar, yaitu sandang, pangan, papan, pendidikan, pekerjaan dan sebagainya. Dalam kamus besar bahasa Indonesia sejahtera sendiri berarti aman sentosa dan makmur, selamat (terlepas dari segala macam gangguan, kesuksesan dan sebagainya). Sedangkan “kesejahteraan” berarti keamanan dan keselamatan, serta kemakmuran Depdikbud (dalam Sinta, 2019).

Menurut Ryff (dalam Mayasari, 2014) *psychological well being* adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*). *Psychological well being* sebagai pencapaian tertinggi dari potensi psikologis seseorang. Dimana individu tersebut dapat menerima kekurangan dan kelebihan dari dirinya, sehingga bisa berhubungan hangat dengan orang lain, dapat hidup dengan kemandirian, tidak bergantung pada orang lain, sehingga dapat menciptakan lingkungannya sendiri sesuai keinginan, memiliki tujuan hidup yang jelas, sehingga mampu untuk melalui perkembangan dalam hidupnya dengan baik. *Psychological well being* (atau disingkat dengan PWB), merupakan konstruksi yang terbentuk dari sikap terhadap hidup seseorang.

Ryff dan Singer (dalam Zulifatul & Savira, 2015) menjelaskan bahwa tingkat *psychological well being* yang tinggi dapat terlihat pada individu yang memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan disekitarnya, memiliki kepercayaan diri yang baik, dapat membangun hubungan personal yang baik dengan orang lain, dan menunjukkan bahwa individu memiliki tujuan pribadi dan tujuan dalam pekerjaannya. *Psychological well being* berhubungan dengan kepuasan pribadi, harapan, rasa syukur, stabilitas suasana hati, pemaknaan terhadap

diri sendiri, harga diri, kegembiraan, kepuasan dan *optimisme*, termasuk juga mengenali kekuatan dan mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki.

Alston dan Dudley (dalam Widyastutik, Karini, & Agustin, 2016) menambahkan bahwa kepuasan hidup merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya, yang disertai tingkat kegembiraan. Menurut Snyder (dalam Ramadhani & Djunaedi, 2016) mengatakan *psychological well being* bukan hanya merupakan ketiadaan penderitaan, namun *psychological well being* meliputi keterikatan aktif dalam dunia, memahami arti dan tujuan hidup, dan hubungan seseorang dalam obyek ataupun orang lain.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa *psychological well being* adalah kondisi psikologis dari individu yang berfungsi dengan baik dan positif. Individu yang memiliki *psychological well being* menunjukkan sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki tujuan dalam hidupnya, memiliki kemampuan mengatur lingkungan, menjalin hubungan yang positif dengan orang lain dan berusaha menggali dan mengembangkan diri.

## **2. Dimensi-Dimensi *Psychological Well Being***

Menurut Ryff (dalam Yohana, 2018), untuk memperoleh *psychological well being* seseorang harus memenuhi komponen yang memiliki fungsi psikologis secara positif, ada 6 dimensi yaitu, penerimaan diri (*self-acceptance*) dimensi ini merupakan ciri utama kesehatan mental dan juga sebagai karakter utama dalam aktualisasi diri, berfungsi optimal, dan kematangan. Penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya. Kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalani. Individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan positif terhadap masa lalu. demikian pula sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang kurang baik yang memunculkan perasaan tidak puas

terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan mempunyai pengharapan untuk tidak menjadi dirinya saat ini.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri seseorang yang bisa dilihat dari bagaimana individu memandang keadaan dirinya secara positif dan bisa menerima keadaan masa lalunya secara bijak tanpa harus menyalahkan diri sendiri maupun orang lain atas permasalahan yang dihadapi.

Hubungan positif dengan sesama (*positive relations with others*). Ryff menekankan pentingnya menjalin hubungan saling percaya dan hangat dengan orang lain. Aspek ini juga menekankan adanya kemampuan yang merupakan salah satu komponen kesehatan mental yaitu kemampuan untuk mencintai orang lain. Individu yang tinggi atau baik dalam aspek ini ditandai dengan adanya hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain. Individu juga mempunyai rasa afeksi dan empati yang kuat. Sebaliknya, individu yang hanya mempunyai sedikit hubungan dengan orang lain, sulit bersikap hangat dan enggan untuk mempunyai ikatan dengan orang lain, menandakan bahwa dia kurang baik dalam aspek ini.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki hubungan yang positif dengan orang lain adalah individu yang bisa membuka diri dengan lingkungannya dan memiliki berbagai kasih sayang dan kepercayaan dengan orang lain sehingga dapat mengurangi ketegangan jiwa dan emosi individu.

Otonomi (*autonomy*). Aspek otonomi menjelaskan mengenai kemandirian, kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku. Seseorang yang mampu untuk menolak tekanan sosial, berpikir dan bertindak laku dengan cara-cara tertentu, serta dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal, hal ini menandakan bahwa individu tersebut baik dalam aspek ini. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam aspek otonomi akan memperhatikan harapan dan evaluasi dari orang lain, membuat keputusan berdasarkan penilaian orang lain, dan cenderung bersikap konformis.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang mandiri adalah dapat mempercayai kemampuan dirinya dalam menghadapi lingkungan termasuk situasi yang dapat mengancam dirinya serta memiliki ketrampilan yang baik dalam mengambil keputusan atas suatu permasalahan yang dihadapi.

Penguasaan terhadap lingkungan (*enviromental mastery*). Individu dengan *psychological well being* yang baik memiliki kemampuan untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisik dirinya. Dengan kata lain, memiliki kemampuan dalam menghadapi kejadian-kejadian di luar dirinya. Hal inilah yang dimaksud dalam aspek ini mampu memanipulasi keadaan sehingga dengan kebuTuhan dan nilai-nilai pribadi yang dianutnya dan mampu untuk mengembangkan diri secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental. Sebaliknya, individu yang kurang baik dalam aspek ini akan terlihat tidak mampu dalam mengatur kehidupan sehari-hari dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungan luar.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki penguasaan adalah individu yang dapat mengatur lingkungan dan dapat tetap peka terhadap lingkungan sekitarnya.

Tujuan hidup (*purpose in life*). Dimensi ini menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidup. Seseorang yang mempunyai rasa keterarahan dalam hidup, mempunyai perasaan bahwa kehidupan saat ini dan masa lalu mempunyai keberartian memegang kepercayaan yang memberikan tujuan hidup, dan mempunyai target yang ingin dicapai dalam hidup, maka dapat dikatakan mempunyai aspek tujuan hidup yang baik. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam aspek ini mempunyai perasaan bahwa tidak ada tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, tidak melihat adanya manfaat dalam masa lalu kehidupannya, dan tidak mempunyai kepercayaan yang dapat membuat hidup lebih berarti.

Berdasarkan teori di atas maka dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki tujuan hidup adalah yang memiliki keterarahan, mampu merasakan arti

hidup, melihat makna yang terkandung untuk hidupnya pada kejadian di masa lalu, dan memiliki gairah hidup agar tujuan hidup tercapai.

Pengembangan diri (*personal growth*). Dimensi pertumbuhan pribadi menjelaskan mengenai kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dalam diri dan berkembang sebagai seorang manusia. Aspek ini dibutuhkan oleh individu agar dapat optimal dalam berfungsi secara psikologis, salah satu hal penting dalam aspek ini adalah adanya kebuTuhan untuk mengaktualisasikan diri, misalnya dengan keterbukaan terhadap pengalaman. Seseorang yang baik dalam aspek ini mempunyai perasaan untuk terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang bertumbuh, menyadari potensi yang terdapat di dalam dirinya, dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan tingkah laku dari waktu ke waktu. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam aspek ini akan menampilkan ketidakmampuan untuk mengembangkan sikap dan tingkah laku baru, mempunyai perasaan bahwa individu tersebut adalah seorang pribadi yang stagnan dan tidak tertarik dengan kehidupan yang dijalani.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki pengembangan pribadi adalah individu yang memiliki keseimbangan dalam dirinya, memiliki dan menyadari potensi yang dimiliki serta dapat meningkatkan dan menambah pengetahuan.

### **3. Indikator *Psychological Well Being***

Indikator *psychological well being* menurut Ryff (dalam (Nesty Octavia Sormin, 2017)Yohana, 2018) indikator *psychological well being* yaitu : memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk dalam dirinya, perasaan positif tentang kehidupan masa lalu dan kehidupan yang dijalani sekarang, bersikap hangat dan percaya dalam berhubungan dengan orang lain, memiliki empati yang kuat, memahami pemberian, kedekatan dan penerimaan dalam suatu hubungan, kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri, mampu dan berkompetensi mengatur lingkungan, berperilaku sesuai dengan standar nilai individu itu sendiri,

mengevaluasi diri sendiri, mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bersikap dengan cara yang benar, mampu menghadapi kejadian di luar lingkungan, menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan, mampu merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang telah dijalani, memiliki tujuan hidup, misi dan arah yang membuatnya merasa bahwa hidup ini memiliki makna, memiliki harapan yang diharapkan, menyadari potensi yang ada dalam diri dan terus mengembangkan potensi tersebut, melakukan perbaikan dalam hidupnya setiap waktu, sesuai dengan kapasitas periode perkembangan, berubah dengan cara yang efektif untuk menjadi lebih terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru.

Berdasarkan beberapa penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa dalam indikator *psychological well being* individu memiliki sikap penerimaan diri yang positif, mampu menerima keadaan masa lalunya tanpa harus menyalahkan diri sendiri maupun orang lain, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain dengan cara dapat membuka diri dengan lingkungannya, individu mampu mandiri dan tidak menunjukkan ketergantungan dalam menghadapi lingkungan sekitarnya, individu dengan *psychological well being* yang baik memiliki kemampuan yang dapat menciptakan lingkungan yang sesuai dengan yang diharapkan, individu senantiasa memiliki tujuan hidup yang harus daitempuh untuk mencapai suatu harapan yang diinginkan, serta individu menyadari akan kemampuannya.

#### **4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Psychological Well Being***

Faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well being* seseorang antara lain Ryff (dalam Sormin, 2017). Faktor demografis, beberapa faktor demografis yang mempengaruhi *psychological well being* antara lain adalah sebagai berikut : usia, mengemukakan bahwa perbedaan usia mempengaruhi perbedaan dalam dimensi-dimensi *psychological well being*. Dalam penelitiannya, menemukan bahwa dimensi penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, terutama dari dewasa muda hingga dewasa madya. Dimensi hubungan positif dengan orang lain juga mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia. Sebaliknya, dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan

pribadi memperlihatkan penurunan seiring bertambahnya usia, penurunan ini terutama terjadi pada dewasa madya hingga dewasa akhir. Jenis kelamin, ditemukan bahwa dibandingkan pria, wanita memiliki skor yang lebih tinggi pada dimensi hubungan yang positif dengan orang lain dan dimensi pertumbuhan pribadi, status sosial ekonomi.

Perbedaan kelas sosial juga mempengaruhi kondisi *psychological well being* seorang individu. Subjek yang menempati kelas sosial yang tinggi memiliki perasaan yang lebih positif terhadap diri sendiri dan masa lalu subjek, serta lebih memiliki rasa keterarahan dalam hidup dibandingkan dengan subjek yang berada di kelas sosial yang lebih rendah, budaya. Penelitian mengenai *psychological well being* yang dilakukan di Amerika dan Korea Selatan menunjukkan bahwa responden di Korea Selatan memiliki skor yang lebih tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan skor yang rendah pada dimensi penerimaan diri. Hal ini dapat disebabkan oleh orientasi budaya yang lebih bersifat kolektif dan saling ketergantungan. Sebaliknya, responden Amerika memiliki skor yang tinggi dalam dimensi pertumbuhan pribadi (untuk responden wanita) dan dimensi tujuan hidup (untuk responden pria), serta memiliki skor yang rendah dalam dimensi otonomi, baik pria maupun wanita

Dukungan sosial, individu-individu yang mendapatkan dukungan sosial memiliki tingkat *psychological well being* yang lebih tinggi. Dukungan sosial sendiri diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang dipersepsikan oleh seorang individu yang didapat dari orang lain atau kelompok dukungan ini dapat berasal dari berbagai sumber, diantaranya pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, dokter, maupun organisasi sosial.

Evaluasi terhadap pengalaman hidup, pengalaman hidup tertentu dapat mempengaruhi kondisi *psychological well being* seorang individu. Pengalaman-pengalaman tersebut mencakup berbagai bidang kehidupan dalam berbagai periode kehidupan. Evaluasi individu terhadap pengalaman hidupnya memiliki pengaruh yang penting terhadap *psychological well being*. Mengenai pengaruh interpretasi

dan evaluasi individu pada pengalaman hidupnya terhadap kesehatan mental. Dimensi-dimensi *psychological well being* digunakan sebagai indikator kesehatan mental individu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mekanisme evaluasi diri ini berpengaruh pada *psychological well being* individu, terutama dalam dimensi penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan hubungan yang positif dengan orang lain.

*Locus of control* (loc), *locus of control* didefinisikan sebagai suatu ukuran harapan umum seseorang mengenai pengendalian (kontrol) terhadap penguatan (*reinforcement*) yang mengikuti perilaku tertentu. Ciri-ciri orang yang memiliki *locus of control* internal akan mencari informasi yang lebih banyak dibandingkan dengan orang yang memiliki *locus of control* eksternal. Seseorang dengan *locus of control* meyakini bahwa apa yang terjadi pada subjek ditentukan oleh diri subjek sendiri. Berbeda dengan *locus of control* eksternal yang menganggap kejadian yang menimpa diri subjek disebabkan oleh faktor eksternal, seperti takdir dan kendali orang lain. Seseorang dengan *locus of control* internal akan lebih aktif dan konstruktif dalam situasi yang frustrasi. Seseorang yang mempunyai *locus of control* internal akan lebih memberikan perhatian pada umpan balik atas tindakan subjek. Sedangkan seseorang dengan *locus of control* eksternal akan menaruh perhatian yang sedikit pada umpan balik, lebih kaku, dan kurang adaptif. Seseorang yang mempunyai *locus of control* internal akan bertahan dalam tekanan sosial dan pengaruh masyarakat dibandingkan orang yang memiliki *locus of control* eksternal dan sikap subjek relatif stabil. Sedangkan seseorang dengan *locus of control* eksternal akan bersikap lebih konformis. Individu dengan *locus of control internal* pada umumnya memiliki tingkat *psychological well being* yang lebih tinggi dibanding individu dengan *locus of control eksternal*.

Faktor religiusitas, penelitian-penelitian mengenai psikologi dan religiusitas yang dilakukan menemukan hubungan positif antara religiusitas dan *psychological well being*. Adanya kaitan antara keterlibatan religius (*religious involvement*) dengan *well-being* dalam penelitian yang berjudul *religious involvement among*



*older african americans* yang ditulis oleh levin ditemukan beberapa hal yang menunjukkan fungsi psikososial dari agama yang antara lain: 1). Doa dapat berperan penting sebagai *coping* dalam menghadapi masalah pribadi, 2). Partisipasi aktif dalam kegiatan keagamaan dapat berdampak pada persepsi rasa penguasaan lingkungan dan meningkatkan *self-esteem*, 3). Keterlibatan religius merupakan prediktor evaluasi kepuasan hidup.

## **B. Religiusitas**

### **1. Pengertian Religiusitas**

Religiusitas menurut Glock dan Strak (dalam Affandi, 2011) adalah seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa tekun pelaksanaan ibadah, seberapa dalam penghayatan agama yang dianut seseorang dan pengalaman individu dalam beribadah. James mendefinisikan agama dengan perasaan dan pengalaman manusia secara individual yang menganggap bahwa subjek berhubungan dengan apa yang dipandangnya sebagai Tuhan. Tuhan menurutnya, adalah kebenaran pertama yang menyebabkan manusia terdorong untuk mengadakan reaksi yang penuh hikmat dan sungguh-sungguh tanpa menggerutu atau menolaknya (Sururin, 2004).

Dalam Islam, religiusitas pada garis besarnya tercermin dalam pengamalan akidah, syariah, dan akhlak, atau dengan ungkapan lain: iman, Islam, dan ihsan. Bila semua unsur itu telah dimiliki oleh seseorang, maka dia itulah insan beragama yang sesungguhnya (dalam Amna, 2015).

Anggasari membedakan antara istilah religi atau agama dengan istilah religiusitas. Agama atau religi menunjuk pada aspek formal yang berkaitan dengan aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban, sedangkan religiusitas menunjuk pada aspek yang dihayati oleh individu. Hal ini selaras dengan pendapat Dister yang mengartikan religiusitas sebagai keberagaman, yang berarti adanya unsur internalisasi agama itu dalam diri individu. Lindridge (dalam Firmansyah, 2010) menyatakan bahwa religiusitas dapat diukur dengan kehadiran lembaga keagamaan dan pentingnya agama dalam kehidupan sehari-hari.

Berbeda lagi dengan Kendler, dkk, (dalam Rahmawati, 2017) yang menggambarkan religiusitas sebagai perwujudan kondisi dari seorang individu penganut agama tentang bagaimana hubungan individu dengan Tuhannya (*general religiosity*), bagaimana individu tersebut membangun hubungan dengan individu sesama penganut agamanya (*social religiosity*), segala sesuatu yang melambangkan Tuhan mencerminkan kepercayaan, keyakinan terhadap keterlibatan Tuhan dalam urusan manusia (*involve God*), bagaimana menggambarkan sikap perhatian, cinta kasih, dan saling memaafkan (*forgiveness*), menggambarkan kekuasaan yang dimiliki Tuhan atas pemberian ganjaran dari setiap perlakuan (*God as judge*), menggambarkan perilaku individu dalam rasa syukur, perasaan berterimakasih terhadap kehidupan dan Tuhan (*thankfulness*).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa religiusitas adalah kedalaman seseorang dalam meyakini suatu agama disertai dengan tingkat pengetahuan terhadap agamanya yang diwujudkan dalam pengamalan nilai-nilai agama yakni dengan mematuhi aturan-aturan dan menjalankan kewajiban-kewajiban dengan keikhlasan hati dalam kehidupan sehari-hari yang berkaitan dengan ibadah.

## **2. Dimensi-Dimensi Religiusitas**

Konsep religiusitas yang dirumuskan menurut Kendler, dkk. (dalam Rahmawati, 2017) religiusitas memiliki beberapa dimensi yaitu : dimensi *general religiosity*, dimana dalam dimensi ini seorang individu merefleksikan tentang perhatian dan keterlibatan dalam hal-hal yang berkaitan dengan spiritual, termasuk perasaan (*sense*) selama individu berada di dunia, dan keterlibatan Tuhan sehari-hari ketika sedang menghadapi masalah. Karena saat individu sedang dalam masa krisis (berhadapan dengan masalah), subjek akan menjadikan agama sebagai cara untuk membantunya menyelesaikan masalah. Hal ini dinamakan coping religiusitas dan berfungsi lebih cepat dan proksimal dalam memberikan implikasi terhadap kesehatan. Selanjutnya dijelaskan bahwa ada tiga jenis coping religious dalam penyelesaian masalah, yaitu : berserah diri yaitu meminta penyelesaian masalah

kepada Tuhan saja, yaitu dengan cara berdoa dan meyakini bahwa Tuhan akan menolong hambanya dan menyerahkan semua keputusan kepada Tuhan, kolaborasi yaitu hamba meminta solusi kepada Tuhan dan hamba-nya senantiasa berusaha, mengandalkan kemampuan sendiri yaitu individu bertanggung jawab sendiri dalam menjalankan coping.

Dimensi *social religiosity*, dimana pada dimensi ini, individu merefleksikan dirinya terhadap hubungan kepada orang-orang di sekitarnya, sikap dan kegiatan beribadah yang dijalannya dan dilakukan secara kolektif.

Dimensi keterlibatan Tuhan dalam keseharian (*involve god*), individu mampu menghadirkan Tuhan secara positif didalam kesehariannya. Menggambarkan kepercayaan akan adanya Tuhan dalam kehidupan sehari-hari, bahwa segala sesuatunya berasal dari Tuhan. Merefleksikan bahwa Tuhan merupakan cerminan dalam keyakinan individu secara aktif dan positif terlibat dalam urusan setiap individu yang ada di muka bumi ini.

Dimensi memaafkan (*forgiveness*) dan rasa tidak dendam (*unvengefulness*), dimensi memaafkan, dimana individu dapat merefleksikan dirinya sebagai individu yang penuh dengan kasih sayang, perhatian dan pendekatan memaafkan kepada dunia. Dimensi ini menggambarkan perilaku individu yang tidak menaruh rasa dendam. Individu diminta untuk tidak merasa keberatan ataupun memiliki perasaan negatif ketika diberikan suatu kejadian yang tidak menyenangkan dan tidak ada rasa penyesalan setelah kejadian tersebut hilang.

Dimensi Tuhan sebagai penatap takdir (*god as judge*), pada dimensi ini, individu diminta untuk ikhlas karena pada dasarnya segala sesuatu yang terjadi merupakan suatu takdir yang harus dijalani. Berhubungan dengan takdir yang dimiliki oleh individu. Dan mengetahui bagaimana seorang individu memahami dan menghadapi permasalahan yang besar dalam kehidupan serta menilai kembali tentang ganjaran yang diberikan Tuhan. Dimensi ini menjelaskan tentang kepercayaan bahwa Tuhan akan memberikan ganjaran dari apa yang dilakukan, seperti saat melakukan hal baik terhadap Tuhan maka Tuhan akan memberikan

pahala begitu pula sebaliknya saat melakukan kesalahan kepada Tuhan maka Tuhan akan memberikan hukuman atau dosa.

Dimensi bersyukur (*thankfulness*), dalam dimensi ini, individu mampu merefleksikan dirinya untuk berterima kasih kepada Tuhannya. Dimensi ini sangat berhubungan dengan cara pandang kehidupan psikologi positif, karena hubungan antara bersyukur dan keadaan kehidupan, stressor eksternal dapat mengubah perasaan bersyukur. Dan yang menjadi hal penting adalah saat seseorang dapat tetap merasa bersyukur dalam situasi yang tidak baik bagi dirinya. Sikap bersyukur menunjukkan bahwa hidup adalah karunia.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dimensi religiusitas meliputi sebagai perwujudan kondisi dari seorang individu penganut agama, tentang bagaimana hubungan individu dengan Tuhannya (*general religiosity*), bagaimana individu tersebut membangun hubungan dengan individu sesama penganut agamanya (*social religiosity*), segala sesuatu yang melambangkan Tuhan mencerminkan kepercayaan, keyakinan terhadap keterlibatan Tuhan dalam urusan manusia (*involve god*), bagaimana menggambarkan sikap perhatian, cinta kasih, dan saling memaafkan (*forgiveness*), menggambarkan kekuasaan yang dimiliki Tuhan atas pemberian ganjaran dari setiap perlakuan (*god as judge*), menggambarkan perilaku individu dalam rasa syukur, perasaan berterimakasih terhadap kehidupan dan Tuhan (*thankfulness*).

### **3. Indikator Religiusitas**

Menurut Kendler, dkk. (dalam Rahmawati, 2017) religiusitas memiliki beberapa indikator yaitu : keterikatan individu dengan Tuhannya, kemampuan memperhatikan dan keterlibatan individu pada hal-hal yang berkaitan dengan spiritual (perasaan *sense*), tempat subjek selama ada didunia, dan keterlibatan aktif dengan Tuhan, kemampuan membina hubungan dengan individu sesama manusia (khususnya sesama penganut agamanya), frekuensi seseorang untuk hadir beribadah di tempat-tempat ibadah, kepercayaan dan keyakinan terhadap adanya keterlibatan Tuhan yang secara aktif dan positif dalam kehidupannya, kemampuan untuk

bersikap perhatian, menunjukkan cinta kasih, dan saling memaafkan dengan sesama penganut agama, kemampuan menggambarkan perilaku individu yang tidak menaruh rasa dendam, keyakinan terhadap adanya ganjaran atau hukuman dari Tuhan terhadap perilakunya, kemampuan individu dalam mensyukuri dan berterimakasih atas kenikmatan yang diterima dari Tuhan

#### **4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Religiusitas**

Thouless (dalam Azizah, 2016) membedakan faktor-faktor yang mempengaruhi sikap keagamaan menjadi empat macam, yaitu : pengaruh pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial (faktor sosial), faktor ini mencakup semua pengaruh sosial dalam perkembangan keagamaan itu, termasuk pendidikan dari orang tua, tradisi-tradisi sosial, tekanan dari lingkungan social untuk menyesuaikan diri dengan berbagai pendapat dan sikap yang disepakati oleh lingkungan itu. Berbagai pengalaman yang membantu sikap keagamaan, terutama pengalaman-pengalaman mengenai : keindahan, keselarasan, dan kebaikan di dunia lain (faktor alami), konflik moral (faktor moral), pengalaman emosional keagamaan (faktor afektif), faktor-faktor yang seluruhnya atau sebagian. timbul dari kebutuhan-kebutuhan yang tidak terpenuhi, terutama kebutuhan-kebutuhan terhadap keamanan, cinta kasih, harga diri dan ancaman kematian.

Berbagai proses pemikiran verbal (faktor intelektual), menurut Thouless (dalam Azizah, 2016) berkaitan dengan berbagai proses penalaran verbal atau rasionalisasi. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa religiusitas menurut Jalaluddin dipengaruhi beberapa faktor diantaranya pengaruh pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial (faktor sosial), berbagai pengalaman yang membantu sikap keagamaan.

#### **C. Kerangka Berpikir**

Religiusitas adalah tingkat keterikatan individu pada agama dan Tuhannya. Religiusitas merupakan hal yang berkaitan dengan segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi akan mampu memaknai kejadian dalam hidupnya dengan positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna.

Individu yang memiliki religiusitas tinggi menunjukkan perilaku suka menolong, bekerjasama dengan orang lain, berperilaku jujur, menjaga kebersihan, dan perilaku lain sesuai dengan ajaran agama yang diyakininya. Perilaku menjalankan apa yang diperintahkan dan menjauhi apa yang dilarang oleh agama akan memberikan rasa dekat dengan Tuhan, rasa bahwa doa-doa yang dipanjatkan selalu dikabulkan, rasa tenang, dan sebagainya. Sehingga perilaku keseharian individu benar-benar mencerminkan ajaran agamanya.

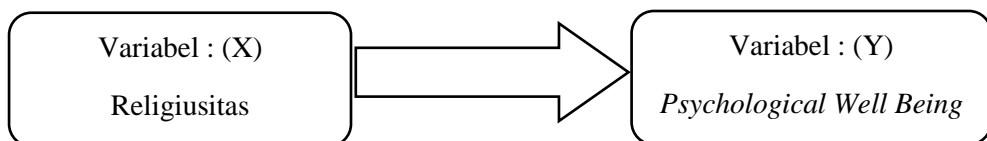
Religiusitas memberikan kesejahteraan yang mengarah pada kehidupan yang bermakna bukan sekedar lebih banyak mengalami perasaan positif dan mengalami kepuasan hidup yang subyektif. Religiusitas mengarahkan kebahagiaan kepada kehidupan yang membawa seseorang kepada pengoptimalan potensi diri, kemandirian, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain dan mampu menghadapi kejadian-kejadian yang terjadi pada dirinya. Religiusitas mengisi individu dengan harapan akan masa depan dan menciptakan makna dalam hidup. Individu yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi memiliki harapan yang lebih besar pada hidupnya, maka individu tersebut dapat meningkatkan optimisme terhadap masa depan hidupnya.

Sebagai individu yang hidup di dunia, tentunya tidak akan terlepas dari problema kehidupan, entah itu dalam segi fisik, sosial, ekonomi, dan psikologis. Dengan banyaknya masalah-masalah dalam kehidupan, tentunya seseorang ingin memiliki kesejahteraan dalam hidupnya, salah satunya adalah kesejahteraan psikologis atau yang bisa disebut dengan *psychological well being*, karena dengan kondisi *psychological well being* yang baik maka seseorang akan bisa menerima kekurangan dan kelebihan dari dirinya, sehingga bisa berhubungan hangat dengan orang lain, dapat hidup dengan kemandirian, tidak bergantung pada orang lain, sehingga dapat menciptakan lingkungannya sendiri sesuai keinginan, memiliki tujuan hidup yang jelas, sehingga mampu untuk melalui perkembangan dalam hidupnya dengan baik.

Salah satu permasalahan yang sering dialami masyarakat yaitu masalah perekonomian. Seseorang yang memiliki masalah dengan kondisi ekonomi lemah, subjek cenderung menyesali apa yang ada pada dirinya, lelah dengan kehidupannya, dan memiliki hubungan yang kurang baik dengan orang lain. Jika dibiarkan seperti ini terus maka akan berdampak terhadap kesejahteraan masyarakat itu sendiri baik secara psikologis ataupun sosiologis. Karena kesejahteraan merupakan hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia baik dalam segi psikologis, moral, pendidikan, agama maupun kesehatan. Para masyarakat yang mengalami kondisi perekonomian lemah dan memiliki religiusitas maka akan lebih menghayati dan menginternalisasikan agamanya, sehingga berpengaruh pada tindakan dan pandangan hidupnya, yaitu *psychological well being* pada diri subjek untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik didalam kehidupan bermasyarakat. Sehingga dapat menghapus rasa kekecewaan, putus asa dalam memperbaiki kehidupan yang seharusnya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan apabila seseorang memiliki religiusitas yang tinggi, akan merasakan *psychological well being* meskipun terjadi peristiwa yang kurang menyenangkan dalam hidupnya dan juga sebaliknya jika seseorang memiliki religiusitas yang rendah maka *psychological well being pada orang tersebut juga rendah*. Dengan religiusitas seseorang mampu memaknai peristiwa yang tidak menyenangkan tersebut secara positif sehingga individu tersebut dapat menghapus rasa kekecewaan, putus asa dalam memperbaiki kehidupan yang seharusnya.

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir



#### D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara religiusitas dan *psychological well being* pada ibu rumah tangga dengan

perekonomian lemah di Keputih tepatnya di daerah Keputih Tegal Timur Baru Surabaya, artinya jika ibu rumah tangga dengan perekonomian lemah di daerah Keputih Tegal Timur Baru Surabaya memiliki religiusitas yang tinggi maka *psychological well being* juga akan tinggi. Sebaliknya ibu rumah tangga dengan perekonomian lemah di daerah Keputih Tegal Timur Baru Surabaya memiliki religiusitas rendah maka kesejahteraan psikologisnya juga akan semakin rendah.