

Religiositas dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau di Pulau Jawa

Religiosity and Psychological Wellbeing in Overseas Students in Java Island

I Gede Yulian Nato Subagyo^(1*) & Arthur Huwae⁽²⁾

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia

Disubmit: 14 Mei 2025; Direview: 24 Mei 2025; Diaccept: 06 Juni 2025; Dipublish: 17 Juni 2025

*Corresponding author: yuliannato01@gmail.com

Abstrak

Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi dimana individu mengembangkan potensi diri, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta mampu menghadapi tekanan hidup dengan optimal. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah agama dan spiritualitas. Religiositas merupakan sistem-sistem atau nilai-nilai sakral yang terorganisir, yang berpusat pada hal-hal paling maknawi yang dirasakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiositas dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif korelasi bivariat *cross-sectional*. Subjek penelitian berjumlah 132 partisipan yang diperoleh dengan menggunakan Insidental *sampling*. Pengukuran menggunakan Variabel religiositas dari Glock dan Stark yang terdiri dari 25 aitem, sedangkan variabel kesejahteraan psikologis yang terdiri dari 28 aitem. Data di analisis dengan menggunakan teknik analisis uji *product moment* dari *Karl Pearson* dan diperoleh hasil sebesar 0,504 dengan sig. = 0,000 ($p < 0,01$). Hasil dari penelitian ini adanya hubungan positif yang cukup signifikan antara religiositas dan kesejahteraan psikologis, yang berarti semakin tinggi tingkat religiositas mahasiswa rantau, maka semakin tinggi juga kesejahteraan psikologis yang dimiliki mahasiswa rantau.

Kata Kunci: Religiositas; Kesejahteraan Psikologis; Mahasiswa Rantau.

Abstract

Psychological well-being is a condition in which individuals develop their potential, have clear life goals, and are able to deal with life pressures optimally. One of the factors that can affect psychological well-being is religion and spirituality. Religiosity is an organised system or sacred values, which is centred on the most meaningful things that are felt. This study aims to determine the relationship between religiosity and the psychological well-being of overseas students. The research method used is a cross-sectional bivariate correlation quantitative method. The research subjects were 132 participants obtained using incidental sampling. Measurement uses the religiosity variable from Glock and Stark which consists of 25 items, while the psychological well-being variable consists of 28 items. Data were analysed using Karl Pearson's product moment test analysis technique and obtained a result of 0.504 with sig. = 0,000 ($p < 0,01$). The result of this study is a significant positive relationship between religiosity and psychological well-being, which means that the higher the level of religiosity of overseas students, the higher the psychological well-being of overseas students.

Keywords: Religiosity; Psychological Wellbeing; Overseas Students.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v6i2.733>

Rekomendasi mensitasi :

Subagyo, I. G. Y. N. & Huwae, A. (2025), Religiositas dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Rantau di Pulau Jawa. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 6 (2): 726-736.

PENDAHULUAN

Memilih untuk menjalani kehidupan sebagai mahasiswa rantau ialah salah satu tindakan positif untuk bisa bereksistensi meningkatkan kualitas diri termasuk aspek pendidikan yang ditekuni. Meskipun demikian, hal ini tidak mudah bagi mahasiswa rantau untuk bisa menggapai segala sesuatu dengan mudah. Seseorang memilih untuk merantau ke tempat lain karena ingin mendapatkan pendidikan yang layak guna mencapai cita-cita dan harapan dengan menjalani hidup secara mandiri (Nusi et al., 2022). Selain itu, individu mulai memantapkan langkah untuk menata masa depan yang lebih terarah dan realistis. Kemenristekdikti pada tahun 2018 melaporkan bahwa bagi perantau, pulau Jawa menjadi tujuan utama untuk melanjutkan pendidikan. Provinsi Jawa Tengah berada pada posisi kelima dengan mahasiswa terbanyak, dengan jumlah 181.958 mahasiswa di Universitas Negeri dan sebanyak 419.660 mahasiswa di Universitas Swasta (Ahdiat, 2022).

Sebagai mahasiswa yang hidup diperantauan, tampak sangat tidak mudah karena harus mandiri dalam segala aspek kehidupan. Dinamika yang dialami tidak jarang menimbulkan berbagai dampak secara fisik, psikis, dan sosial. Banyak tantangan dan risiko mahasiswa yang harus dihadapi selama merantau, dan sering kali permasalahan di rantau berdampak pada proses akademik yang ditekuni (Taneo & Huwae, 2023). Persoalan yang dialami juga berdampak pada sulitnya pencapaian kesejahteraan psikologis mahasiswa di perantauan. Apabila problematika yang kompleks di perantauan tidak bisa diatasi oleh

mahasiswa rantau itu sendiri, maka masalah psikologisnya akan semakin memperburuk kualitas hidupnya secara menyeluruh selama menempuh studi di perantauan (Ibrahim et al., 2022).

Menindaklanjuti hal tersebut, peneliti melakukan *survey* awal kepada 32 mahasiswa rantau yang berasal dari luar Pulau Jawa pada bulan Maret 2024. Hasil *survey* menemukan bahwa sebanyak 25 mahasiswa rantau (78%) mengungkapkan bahwa masih sulit menerima diri karena adanya tuntutan keluarga dan akademik yang harus mereka jalani dan itu bukan atas dasar keinginan diri sendiri. Selama dirantau, 29 mahasiswa (91%) menganggap bahwa masih kesulitan membangun hubungan dengan orang lain terkhususnya orang-orang yang berbeda latar belakang dengan dirinya. Secara otonomi, 29 mahasiswa rantau (91%) menilai bahwa di 3-6 bulan awal perantauan mereka masih mudah bergantung pada orang lain dan masih kebingungan untuk mengarahkan diri secara mandiri. Sejalan dengan itu, 30 mahasiswa rantau (94%) menyakini bahwa masih sulitnya memahami lingkungan yang beragam dan berbeda dengan lingkungan asalnya, sehingga masih sangat ragu untuk terkoneksi secara dalam. Kemudian, semua mahasiswa rantau masih menganggap bahwa mereka cenderung mengikuti keinginan orang tua dan keluarga, sehingga sulit untuk merealisasikan tujuan hidup yang mereka inginkan. Begitu juga dengan persoalan yang masih mereka hadapi berkaitan dengan sulitnya bertumbuh di tengah-tengah kehidupan yang berat di rantau.

Dinamika persoalan di atas jika ditinjau lebih jauh, menunjukkan bahwa

kondisi yang dialami oleh mahasiswa rantau ialah sulitnya mencapai kesejahteraan psikologis selama hidup di perantauan. Cahyadi (2019) mengungkapkan bahwa mahasiswa rantau yang kesulitan mencapai kesejahteraan secara psikologis digambarkan melalui tidak terealisasinya dimensi-dimensi pembentukan kesejahteraan psikologis dalam diri mahasiswa rantau itu sendiri. Sejalan dengan itu, Melati dan Barus (2024) mengungkapkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau akan selalu mengalami kesulitan untuk realisasi atau mencapai kesejahteraan psikologis, karena adanya berbagai problematika akan perasaan diri yang tidak baik dan tidak berkualitas, buruknya relasi dengan orang lain, ketidakmandirian, ketidakmampuan menguasai lingkungan, adanya kebingungan menentukan tujuan hidup, dan kesulitan mengembangkan diri secara totalitas. Dengan demikian, kajian tetap kesejahteraan psikologis masih perlu ditelusuri lebih lanjut dalam konteks mahasiswa rantau.

Kesejahteraan psikologis sendiri bisa dipahami sebagai suatu keadaan ketika individu bisa menerima segala sesuatu yang ada di dalam dirinya dan memahami lingkungan sekitarnya dengan baik (Ryff, 2013). Di dalam konteks ini, mahasiswa rantau harus menghadapi dan melewati kondisi baru yang penuh dengan tantangan dan risiko-risiko berat (Li et al., 2019). Hal ini dipertegas oleh Shafaei et al. (2018) bahwa mahasiswa rantau harus bisa mengusahakan capaian mereka dengan baik selama menempuh pendidikan. Pencapaian kesejahteraan psikologis pada individu diperolehnya melalui enam dimensi, yaitu *self-acceptance* (penerimaan

diri), *positive relations with others* (hubungan positif dengan orang lain), *autonomy* (kemandirian), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), *purpose in life* (tujuan hidup), dan *personal growth* (pengembangan diri) (Ryff, 2013). Keenam dimensi ini harus dibentuk dan dicapai oleh setiap individu mahasiswa rantau, agar hidupnya lebih optimal secara psikologis (Bua & Huwae, 2023).

Menjadi mahasiswa rantau haruslah memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Hal ini karena jika individu memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, maka akan menunjukkan kurangnya keterbukaan dengan pengalaman baru, dan hubungan sosial yang buruk (Mahmoodimehr et al., 2022). Selain itu juga, akan munculnya tingkat kecemasan dan depresi yang mengganggu kehidupan sebagai mahasiswa (Yin et al., 2024). Di sisi lain, mahasiswa rantau memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi membuat individu cenderung memiliki sikap positif terhadap diri, mandiri dalam belajar, dan memiliki hubungan sosial yang baik dengan orang lain (McKenna et al., 2017; Hallare & Loyola, 2024).

Pencapaian kesejahteraan psikologis bisa muncul karena dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal (McKenna et al., 2017). Mengacu pada adanya kecenderungan untuk tingkat kesejahteraan psikologis bisa dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu religiositas (Saleem & Saleem, 2017). Maka dari itu, seorang mahasiswa rantau diharapkan bisa memanfaatkan keintiman terhadap ajaran-ajaran agama serta memperkuat kemampuan dalam menghadapi berbagai situasi yang menekan (Chen, 2021). Reed dan Neville (2014) menyatakan bahwa

religiositas sangat memainkan peran penting tentang pencapaian kesejahteraan psikologis yang dilakukan oleh mahasiswa rantau guna untuk menjalani kegiatan sehari-hari maupun aktivitas perkuliahan tanpa terbebani oleh persoalan yang muncul.

Religiositas dipahami sebagai sikap batin atau pribadi individu kepada Tuhan yang pada umumnya memiliki aturan atau kewajiban yang harus dijalankan oleh pemeluknya untuk mengikat individu atau kelompok dengan Tuhan, sesama manusia, dan alam sekitar (Glock & Stark, 1968). Dengan demikian mengandung pengertian bahwa religiositas pada umumnya memiliki aturan dan kewajiban yang harus ditaati dan dipatuhi oleh pemeluknya (Hikmawati et al., 2022). Dalam konteks mahasiswa rantau, religiositas menjadi bagian yang tersentral dengan kehidupan individu selama menjalani hidup di perantauan untuk menghadapi berbagai rintangan hidup (Taneo & Huwae, 2023). Religiositas dibentuk oleh lima dimensi, yaitu eksperiensial, ritualistik, ideologi, intelektual, dan dimensi konsekuensial (Glock & Stark, 1968).

Individu yang memiliki tingkat pemahaman tinggi mengenai ajaran saja tanpa menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari maka akan kehilangan arah hidup (Stevenson, 2014). Sejalan dengan itu, Gardner et al. (2014) menegaskan bahwa seorang mahasiswa rantau yang memiliki nilai religiositas yang buruk, akan kesulitan dalam melewati rintangan dan ancaman hidup selama di perantauan. Sebaliknya, apabila seorang mahasiswa rantau memiliki religiositas yang tinggi, akan memudahkan dirinya untuk membatasi diri terhadap hal-hal yang

buruk di perantauan (Endes, 2015). Selain itu, dengan religiositas yang baik dalam diri mahasiswa rantau, akan membuat dirinya jauh dari pergaulan bebas dan perilaku tidak sehat (Taneo & Huwae, 2023).

Religiositas tampaknya memainkan peran penting bagi individu untuk mencapai hidup yang lebih sejahtera, khususnya dalam pencapaian kesejahteraan psikologis. Fitriani (2016) mengatakan bahwa religiositas menjadi salah satu faktor yang memainkan peran penting dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis. Selain itu, Hashemi et al. (2020) mengungkapkan bahwa identitas religiositas yang dibentuk oleh individu, sangat membantu dirinya untuk merealisasi kesejahteraan psikologis yang mencakup pencapaian diri, tujuan hidup, relasi, dan kemandirian dalam melakukan segala sesuatu. Sejalan dengan itu, meningkatnya kesejahteraan psikologis pada diri individu, disebabkan oleh kemampuan individu menyakini dan merealisasi nilai-nilai religi yang dianut sebagai falsafah hidupnya (Al Eid et al., 2020). Dengan demikian, religiositas memainkan peran penting terhadap peningkatan maupun penurunan kesejahteraan psikologis individu termasuk mahasiswa rantau.

Riset dari Hidayati dan Fadhilah (2021) menemukan bahwa religiositas memainkan peran secara signifikan dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa Fakultas Dakwah. Riset lain dari Kosasih et al. (2022), menemukan bahwa religiositas secara positif signifikan berkaitan dengan kesejahteraan psikologis. Begitu juga dengan riset dari Dimyathy dan Hazim (2024), bahwa

menjalani hidup sebagai siswa SMP, tampaknya religiositas yang dibentuk dibentuk dari dalam keluarga dan diterapkan di kehidupan sehari-hari dinilai berhubungan positif signifikan dengan pencapaian kesejahteraan psikologis.

Meskipun hasil riset sebelumnya menunjukkan adanya keterkaitan signifikan antara religiositas dan kesejahteraan psikologis, namun tidak bisa dipungkiri bahwa problematika yang dialami oleh mahasiswa rantau yang penuh dengan gejolak mental masih terus terjadi. Persoalan kesehatan mental berkaitan dengan kesejahteraan psikologis masih dirasa perlu ditinjau kembali, apalagi dengan adanya transisi hidup selama diperantauan. Pencapaian tersebut nampaknya juga memainkan peran penting religiositas sebagai salah satu faktor yang sangat melakat pada diri dan kehidupan mahasiswa rantau dalam eksistensi diri yang terus berkembang. Dengan demikian riset ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara religiositas dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau di Pulau Jawa. Kemudian peneliti mengajukan hipotesis riset yaitu religiositas berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau.

METODE PENELITIAN

Metode Riset ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi bivariat *cross-sectional*. Riset untuk melihat hubungan satu variabel religiositas sebagai variabel bebas (X) dengan satu variabel kesejahteraan psikologis sebagai variabel terikat (Y) pada mahasiswa rantau di Pulau Jawa. Partisipan yang terlibat dalam riset ini

sebanyak 132 mahasiswa yang berasal dari luar Pulau Jawa yang sedang menjalani perkuliahan di perantauan (Pulau Jawa) dengan menggunakan teknik *Insidental sampling* ialah sampel yang ditentukan secara kebetulan, siapa pun yang secara tidak sengaja bertemu dengan peneliti dan memenuhi kriteria bisa dijadikan sebagai sampel (Sugiyono, 2017). Adapun kriteria yang diambil dari partisipan riset yaitu, mahasiswa yang berasal dari luar pulau Jawa dengan minimal menjalani perkuliahan 1 tahun di perantauan. Seluruh partisipan riset terlebih dahulu akan diminta untuk mengisi lembar persetujuan (*informed consent*) berkaitan dengan prosedur riset. Untuk data demografi partisipan riset, disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1: Data Demografi Penelitian

| Kategori | Frekuensi | Presentase |
|---------------|-----------|------------|
| Jenis Kelamin | | |
| Perempuan | 74 | 56% |
| Laki-Laki | 58 | 43% |
| Usia | | |
| 18 | 12 | 9,0% |
| 19 | 23 | 17,4% |
| 20 | 27 | 20,4% |
| 21 | 33 | 25% |
| 22 | 37 | 28,0% |
| Lama Merantau | | |
| 1 tahun | 57 | 32,5% |
| 2 tahun | 44 | 43,1% |
| 3 tahun | 10 | 7,5% |
| 4 tahun | 21 | 15,9% |
| Total | 132 | 100 % |

Skala yang digunakan dalam riset terdiri dari dua skala religiositas dan skala kesejahteraan psikologis. Pengukuran Religiositas menggunakan skala *Religious Commitment Inventory*, berdasarkan dimensi religiositas oleh Glock dan Stark (1968), yaitu keyakinan, praktik agama, pengalaman, pengetahuan agama, dan konsekuensi. Skala religiositas terdiri dari 25 aitem dengan model penggunaan skala Likert pada lima opsi respons, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak

Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skala ini telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan dikontekskan pada mahasiswa rantau oleh Taneo dan Huwae (2023). Hasil pengujian skala diperoleh 25 aitem lolos memenuhi korelasi sejumlah 0,348-0,802 dengan nilai Alpha Cronbach skala sejumlah 0,929.

Kesejahteraan psikologis pada riset ini diukur menggunakan *Ryff's Psychological Well-Being Scale* (RPWBS) sesuai dengan enam dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff (2013) meliputi tujuan penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Skala RPWBS telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Fadhil (2021) dan diperoleh 28 aitem. Skala kesejahteraan psikologis kemudian akan disesuaikan kembali oleh peneliti berdasarkan konteks partisipan riset yang divalidasi oleh *expert judgement*. Skala kesejahteraan psikologis terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dengan menggunakan model skala Likert yang terdiri dari empat opsi respons, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Hasil pengujian skala diperoleh 28 aitem lolos dengan nilai kisaran aitem total korelasi antara 0,04-0,832 dengan nilai Alpha Cronbach skala sejumlah 0,942.

Teknik analisis data yang dilakukan pada riset ini menggunakan uji *product moment* dari *Karl Pearson* untuk mengetahui hubungan religiositas dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau. Sebelum menguji hipotesis, peneliti akan melakukan beberapa uji prasyarat, yaitu uji asumsi normalitas dan uji asumsi

linieritas. Selain itu, dilakukan uji deskriptif statistik guna mengetahui kategorisasi kedua skala yang diukur. Pengujian keseluruhan data menggunakan bantuan program *IBM SPSS 26 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada Tabel 2, skor Religiositas yang diperoleh partisipan, dengan rata-rata 93,52 berada pada kategori tinggi dengan presentase 87,8 % (standar deviasai 7,377). maka sebagian besar partisipan mempunyai tingkat religiositas yang berada pada kategori tinggi.

Tabel 2: Kategorisasi Religiositas

| Interval | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|---|----------|-----------|------------|
| $85 \leq x \leq 132$ | Tinggi | 116 | 87,8% |
| $45 \leq x < 85$ | Sedang | 16 | 12,2% |
| $5 \leq x < 45$ | Rendah | 0 | 0% |
| Jumlah | | 132 | 100% |
| Min = 79; Max = 125; Mean = 93,52; SD = 7,377 | | | |

Pada Tabel 3, skor Kesejahteraan Psikologis diperoleh partisipan, dengan rata-rata 81,17 berada pada kategori tinggi dengan presentase 75% (standar deviasai 6,957). maka sebagian besar partisipan mempunyai tingkat kesejahteraan psiko-logis yang berada pada kategori tinggi.

Tabel 3: Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

| Interval | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|---|----------|-----------|------------|
| $84 \leq x \leq 112$ | Tinggi | 33 | 25% |
| $56 \leq x < 84$ | Sedang | 99 | 75% |
| $28 \leq x < 56$ | Rendah | 0 | 0% |
| Jumlah | | 132 | 100% |
| Min = 66; Max = 110; Mean = 81,17; SD = 6,957 | | | |

Dari hasil uji normalitas pada Tabel 4, variabel religiositas mempunyai nilai K-S-Z sejumlah 1,282 dengan *probabilitas* (p) atau signifikansi sejumlah 0,075 ($p > 0,05$), maka variabel religiositas berdistribusi normal. Pada variabel kesejahteraan psikologis mempunyai nilai K-S-Z sejumlah 1,243 dengan *probabilitas* (p) atau signifikansi sejumlah 0,091 ($p > 0,05$), yang menunjukkan variabel kesejahteraan psikologis normal.

Tabel 4: One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Religiositas | Kesejahteraan Psikologis |
|--------------------------|----------------|--------------|--------------------------|
| N | | 132 | 132 |
| Normal Parameters | Mean | 93,52 | 81,17 |
| | Std. Deviation | 7,377 | 6,957 |
| Most Extreme Differences | Absolute | 0,112 | 0,108 |
| | Positive | 0,112 | 0,108 |
| | Negative | -0,082 | -0,077 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | | 1,282 | 1,243 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | 0,075 | 0,091 |

Dari hasil uji linieritas pada Tabel 5, menunjukkan bahwa hubungan antara diperoleh nilai F_{hitung} sejumlah 54,253 religiositas dan kesejahteraan psikologis dengan $sig = 0,000$ ($p < 0,05$) yang ialah linier.

Tabel 5: ANOVA Table

| | | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|---|----------------|--------------------------|----------------|-----|-------------|--------|-------|
| Kesejahteraan Psikologis * Religiositas | Between Groups | (Combined) | 3376,863 | 31 | 108,931 | 3,676 | 0,000 |
| | | Linearity | 1607,760 | 1 | 1607,760 | 54,253 | 0,000 |
| | | Deviation from Linearity | 1769,104 | 30 | 58,970 | 1,990 | 0,006 |
| | Within Groups | | 2963,470 | 100 | 29,635 | | |
| | Total | | 6340,333 | 131 | | | |

Berdasarkan hasil perhitungan uji korelasi pada Tabel 6, diperoleh nilai *Pearson correlation* sejumlah 0,504 dengan $sig. = 0,000$ ($p < 0,01$). Dengan demikian menunjukkan bahwa adanya hubungan positif signifikan antara variabel religiositas dengan variabel kesejahteraan psikologis. Artinya, ketika terjadi

peningkatan religiositas, maka akan diikuti dengan peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau di pulau Jawa. Begitu juga sebaliknya, ketika terjadi penurunan religiositas, maka akan diikuti dengan penurunan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau di pulau Jawa.

Tabel 6: Correlation Karl Pearson

| | | Religiositas | Kesejahteraan Psikologis |
|--------------------------|---------------------|--------------|--------------------------|
| Religiositas | Pearson Correlation | 1 | 0,504** |
| | Sig. (1-tailed) | | 0,000 |
| | N | 132 | 132 |
| Kesejahteraan Psikologis | Pearson Correlation | 0,504** | 1 |
| | Sig. (1-tailed) | 0,000 | |
| | N | 132 | 132 |

** . Correlation is significant at the 0,01 level (1-tailed).

Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara variabel religiositas dengan variabel kesejahteraan psikologis. Jika terjadi peningkatan religiositas, maka akan diikuti peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau di Pulau Jawa. Begitupun sebaliknya, jika terjadi penurunan religiositas maka akan diikuti dengan penurunan kesejahteraan psikologis

mahasiswa rantau di Pulau Jawa. Hal ini sesuai dengan riset sebelumnya menurut Hamidah (2019) menemukan bahwa religiositas berhubungan positif cukup signifikan dengan kesejahteraan psikologis, yang dimana semakin tinggi religiositas maka semakin tinggi juga kesejahteraan psikologis mahasiswa tersebut, begitupun sebaliknya.

Hasil riset ini juga sesuai dengan pendapat Ryff (2013) religiositas menjadi hal penting dan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Religiositas juga dipahami seberapa jauh mahasiswa rantau dalam menyakini, memahami ajaran-ajaran agama yang dianut dalam membimbing kehidupan individu sehari-hari kepada Tuhan, yang bisa memberikan kebahagiaan dan ketenangan batin. Riset ini sejalan dengan riset (Lisnawati et al., 2017) bahwa terdapat hubungan positif antara religiositas dengan kesejahteraan, individu yang memiliki religiositas yang cukup tinggi dan cukup berpegang teguh pada pandangan agamanya dan mengakui kebenaran ajaran agamanya.

Dalam riset ini juga menemukan bahwa ada hubungan positif cukup signifikan religiositas dengan kesejahteraan mahasiswa rantau. Dimana nilai tersebut menunjukkan ada hubungan cukup yang signifikan antara variabel religiositas dan variabel kesejahteraan psikologis. Artinya ketika mahasiswa memiliki tingkat religiositas yang cukup tinggi maka kesejahteraan psikologis mahasiswa tinggi. Riset ini juga telah menjawab hipotesis yang diajukan peneliti, yang dimana religiositas berhubungan dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau. Hasil riset ini juga membantah hasil riset terdahulu yang membuktikan bahwa tidak ada hubungan terkait dengan religiositas dan berkorelasi secara signifikan (Harpan, 2015).

SIMPULAN

Hasil riset diatas bisa dilihat bahwa adanya hubungan positif dan cukup signifikan antara religiositas dengan

kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau di Pulau Jawa. Religiositas berada pada kategori tinggi dan kesejahteraan psikologis berada pada kategori rendah. Artinya ketika terjadinya peningkatan religiositas akan diikuti peningkatan kesejahteraan psikologis. Begitupun sebaliknya, ketika terjadinya penurunan religiositas maka akan diikuti oleh penurunan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau. Selain itu, Riset ini masih memiliki kelemahan yang dimana pada saat pengambilan data secara keseluruhan hanya diambil menggunakan kuesioner sehingga kurang menggambarkan kondisi partisipan yang sesungguhnya. Adapun kelemahan berikutnya yaitu pada riset pada variabel yang dimana pada riset ini hanya menggunakan variabel religiositas yang tidak menggabungkan dengan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis.

Bagi para mahasiswa rantau di luar sana khususnya di Pulau Jawa disarankan agar tetap mempertahankan dan meningkatkan religiositasnya untuk semakin mendekatkan diri kepada Tuhan dengan melakukan aktifitas religius yang bisa membantu memperkuat keyakinan dan pemahaman akan Tuhan dan nilai-nilai agama serta selalu menerapkan dengan baik dalam kehidupan di perantauan ini dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis masing masing mahasiswa rantau.

Untuk bisa meningkatkan kualitas riset lebih lanjut, khususnya yang berhubungan dengan religiositas dan kesejahteraan psikologis. Peneliti selanjutnya diharapkan bisa membuat riset yang lebih luas, misalnya saja dengan

memperluas populasi atau menambahkan variabel lain yang ikut memberikan sumbangan yang efektif untuk kesejahteraan psikologis. Selain itu juga bisa melakukan riset menggunakan metode studi *komparatif* yang ialah metode riset perbandingan yang dimana untuk menemukan kesamaan dan perbedaan antara mahasiswa merantau dengan mahasiswa yang tidak merantau untuk mengukur kesejahteraan psikologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahdiat, A. (2022). Jumlah mahasiswa di Indonesia, dari Aceh sampai Papua. *Databoks*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/09/05/jumlah-mahasiswa-di-indonesia-dari-aceh-sampai-papua>
- Al Eid, N. A., Alqahtani, M. M., Marwa, K., Arnout, B. A., Alswailem, H. S., & Al Toaimi, A. A. (2020). Religiosity, psychological resilience, and mental health among breast cancer patients in Kingdom of Saudi Arabia. *Breast Cancer: Basic and Clinical Research*, 14, 1178223420903054. <https://doi.org/10.1177/1178223420903054>
- Asmon, R. A., & Adri, Z. (2021). Motivasi merantau pada remaja akhir Minangkabau. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 8(2), 77-83.
- Bua, S. T., & Huwae, A. (2023). Dimensi big five personality dan psychological well-being mahasiswa rantau asal daerah 3T. *Journal of Psychology and Instruction*, 7(3), 131-139. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/joPaI/article/view/69097>
- Cahyadi, M. D. (2019). Loneliness and psychological well being on international students of the darmasiswa program at Universitas Negeri Yogyakarta. *Psychological Research and Intervention*, 2(2), 43-54. <https://doi.org/10.21831/pri.v2i2.30326>
- Chen, P. L. (2021). Comparison of psychological capital, self-compassion, and mental health between with overseas Chinese students and Taiwanese students in the Taiwan. *Personality and Individual Differences*, 183, 111131. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111131>
- Dimyathy, M., & Hazim. (2024). Hubungan antara religiusitas dengan psychological well-being pada siswa sekolah menengah pertama (SMP). *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 1299-1309. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5070>
- Endes, Y. Z. (2015). Overseas education process of outgoing students within the erasmus exchange programme. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 174, 1408-1414. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.768>
- Fadhil, A. (2021). Evaluasi Properti Psikometris Skala Psychological Well-Being (PWB) Versi Indonesia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 4666-4674.
- Firdaus, R., & Hazim, H. (2023). Religiusitas dan psychological well-being: peran mediasi perilaku prososial pada mahasiswa aktivis organisasi IMM. *Jurnal Psikohumanika*, 15(2), 96-110. <https://doi.org/10.31001/j.psi.v15i2.2107>
- Fitriani, A. (2016). Peran religiusitas dalam meningkatkan psychological well being. *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, 11(1), 57-80. <http://dx.doi.org/10.24042/ajsla.v11i1.1437>
- Gardner, T. M., Krägeloh, C. U., & Henning, M. A. (2014). Religious coping, stress, and quality of life of Muslim university students in New Zealand. *Mental Health, Religion & Culture*, 17(4), 327-338. <https://doi.org/10.1080/13674676.2013.804044>
- Glock, C. Y., & Stark, R. (1968). *Americant Piety: The Nature of Religious Commitment*. Barkley: University of California Press.
- Hallare, S. M., & Loyola, A. D. (2024). The contribution of peer social support to psychological well-being among overseas students. *Journal of Health Sciences and Medical Development*, 3(01), 42-51. <https://doi.org/10.56741/hesmed.v3i01.491>
- Harpan, A. (2015). Peran religiusitas dan optimisme terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja. (Disertasi Doktorat). Fakultas Psikologi Universitas Ahamd Dahlan, Yogyakarta. <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i1.3198>
- Hamidah, T., & Gamal, H. (2019). Hubungan religiusitas dengan psychological well-being pada anggota Satpamwal Denma Mabes TNI. *Ikra-Ith Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 3(2), 139-146. <https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=833917&val=11753&title=HUBUNGAN%20RELIGIUSITAS%20DENG>

- N%20PSYCHOLOGICAL%20WELL-BEING%20PADA%20ANGGOTA%20SATPA MWAL%20DENMA%20MABES%20TNI
- Hashemi, N., Marzban, M., Sebar, B., & Harris, N. (2020). Religious identity and psychological well-being among middle-eastern migrants in Australia: The mediating role of perceived social support, social connectedness, and perceived discrimination. *Psychology of Religion and Spirituality*, 12(4), 475.
- Hidayati, B. M. R., & Fadhillah, T. N. (2021). Religiusitas dan kesejahteraan psikologis mahasiswa Fakultas Dakwah. *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences*, 2(3), 197-210. <https://doi.org/10.33367/ijhass.v2i3.2276>
- Hikmawati, F., Santika, H., & Hermawati, N. (2022). Religiosity and social support as predictors for subjective well-being of overseas students during pandemic. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 117-124. <https://doi.org/10.15575/psy.v9i1.18145>
- Ibrahim, M. M., Masyhadi, A. K., Damayanti, E., & Lutfi, M. M. (2022). Psychological well-being influenced by self-compassion and loneliness among overseas students in Jakarta. *Journal of Educational, Health & Community Psychology (JEHCP)*, 11(3), 669-683.
- Kemenristekdikti. (2018). *Selamat! 110.946 siswa lolos snmptn 2018*. Ristekdikti. <https://ristekdikti.go.id/kabar/selamat-110-946-siswa-lolos-snmptn-2018-2/>
- Kosasih, I., Kosasih, E., & Zakariyya, F. (2022). Religiusitas dan kesejahteraan psikologis. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(2), 127-134. <https://ejournal.upi.edu/index.php/insight/article/viewFile/64746/24962>
- Li, J., Wang, Y., & Xiao, F. (2019). East Asian international students and psychological well-being: A systematic review. *Journal of International students*, 4(4), 301-313.
- Lisnawati, R. A., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan antara Religiusitas dengan Psychology Well pada Siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati*. 7 (3). 105-109.
- Mamesah, T. S., & Kusumiati, R. Y. (2019). Hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru provinsi NTT yang merantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. *Psikologi Konseling*, 14(1), 317-329. <https://doi.org/10.24114/konseling.v14i1.13728>
- Mahmoodimehr, Hafezi, Bakhtiarpour, & Fard, (2022). The Correlation between Health-oriented Academic Lifestyle and Academic Well-being: The Mediating Role of Academic Resilience, 9(3), 160-167. <https://doi.org/10.30476/intjsh.2022.95753.1238>
- McKenna, L., Robinson, E., Penman, J., & Hills, D. (2017). Factors impacting on psychological wellbeing of international students in the health professions: A scoping review. *International Journal of Nursing Studies*, 74, 85-94. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2017.06.007>
- Melati, M. R. A. S., & Barus, G. (2024). Hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa rantau: Studi deskripsi korelasi pada mahasiswa baru angkatan 2023 Prodi BK Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. *Edukasi Elita: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(4), 74-85. <https://doi.org/10.62383/edukasi.v1i4.615>
- Nusi, P., Murdiana, S., & Siswanti, D. N. (2022). Homesickness ditinjau dari gaya kelekatan secure dan insecure pada mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(1), 1-10. <https://doi.org/10.26858/jtm.v2i1.36006>
- Pratama, H., & Fikri, Z. (2023). Pengaruh religiusitas terhadap psychological well being pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 3774-3781. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i2.6725>
- Reed, T. D., & Neville, H. A. (2014). The influence of religiosity and spirituality on psychological well-being among black women. *Journal of Black Psychology*, 40(4), 384-401. <https://doi.org/10.1177/0095798413490956>
- Risnawati, E., Arisandi, A., & Dawanti, R. (2019). Peran religiusitas dan psychological well-being terhadap resiliensi korban KDRT. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 10(02), 67-77. <https://doi.org/10.35814/mindset.v10i02.836>
- Rusmiani, N. & Sagir, Y. H. (2019). Sabar dan psychological well-being pada mahasiswa perantauan. *Pemerolehan Fonologi Anak Usia 3 Tahun*, XXXVIII (2), 81-84.
- Ryan, R. M., & Deci, E. 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. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and*

- Psychosomatics*, 83(1), 10-28.
<https://doi.org/10.1159/000353263>
- Saleem, S., & Saleem, T. (2017). Role of religiosity in psychological well-being among medical and non-medical students. *Journal of Religion and Health*, 56, 1180-1190.
<https://doi.org/10.1007/s10943-016-0341-5>
- Shafaei, A., Nejati, M., & Abd Razak, N. (2018). A model of psychological well-being among international students. *Educational Psychology*, 38(1), 17-37.
<https://doi.org/10.1080/01443410.2017.1356447>
- Stevenson, J. (2014). Internationalisation and religious inclusion in United Kingdom higher education. *Higher Education Quarterly*, 68(1), 46-64. <https://doi.org/10.1111/hequ.12033>
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Taneo, M., & Huwae, A. (2023). Religiositas dan kontrol diri pada mahasiswa rantau di Salatiga. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(2), 5200-5208.
<https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.14349>
- Yin, Z., Ong, L. Z., & Qiao, M. (2024). Psychological factors associated with Chinese international students' well-being in the United States: A systematic review. *Journal of International Students*, 14(4), 529-551.
<https://doi.org/10.32674/jis.v14i4.6428>