HUBUNGAN RELIGIUSITAS DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA ALUMNI BERASRAMA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO

JURNAL

NUR AISYAH WIDYASRI
NIM : C03420012

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO
GORONTALO
2024

HUBUNGAN RELIGIUSITAS DAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA ALUMNI BERASRAMA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO

[1]Salahuddin Liputo, M.Psi., Psikolog [2]Muhammad Mursyid, S.Pd.I., M.A [3]Nur Aisyah Widyasri
[1]Dosen Pembimbing Utama Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo
[2]Dosen pembimbing Pembantu Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo
[3]Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gorontalo

NUR AISYAH WIDYASRI. The Relationship between Religiosity and Psychological Well-Being in Alumni Boarding Students at Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Supervised by Salahuddin Liputo, as the chairperson and Muhammad Mursyid, as a member.

This study aimed to investigate The Relationship between Religiosity and Psychological Well-Being in Alumni Boarding Students at Universitas Muhammadiyah Gorontalo. The research employed a quantitative design with a population of 1,019 dormitory alumni students. A sample of 213 students was selected using random sampling techniques. The results indicated that the level of religiosity among the dormitory alumni students was categorized as moderate, with 88.3% of subjects falling into this category. Meanwhile, the psychological well-being of the dormitory alumni students also fell into a moderate category, with 92.0% of subjects classified similarly. Based on the product-moment correlation test, the correlation coefficient (r) was found to be 0.416, with a significance value (p) of 0.000 ($p < 0.05$). Therefore, it can be concluded that there is a positive relationship between religiosity and psychological well-being. The research indicates that higher levels of religiosity are associated with better psychological well-being among these students.

Keywords: Religiosity, Psychological Well-Being

NUR AISYAH WIDYASRI. Hubungan Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Alumni Berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Dibimbing oleh Salahuddin Liputo sebagai Ketua dan Muhammad Mursyid, sebagai Anggota.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Alumni Berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Penelitian ini menggunakan Desain penelitian Kuantitatif dengan jumlah populasi 1.019 mahasiswa alumni berasrama. Jumlah sampel 213 mahasiswa dengan menggunakan teknik *random sampling.* Hasil penelitian menunjukkan tingkat religiusitas mahasiswa alumni berasrama berada pada distribusi kategorisasi sedang sebanyak 88,3% subjek. Sementara kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama berada pada distribusi kategorisasi sedang sebanyak 92,0% subjek. Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* dengan nilai korelasi (*r*) sebesar 0,416 dan nilai sig (*p*) = 0,000 ($p<0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas, maka semakin baik pula kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

Kata Kunci: Religiusitas, Kesejahteraan Psikologis

PENDAHULUAN

Setiap orang memiliki keinginan di dalam hidupnya, salah satunya adalah kesejahteraan. Kesejahteraan yang diinginkan bukan hanya kesejahteraan fisik melainkan juga kesejahteraan emosional. Biasanya dikenal dengan kesejahteraan psikologis yaitu suatu keadaan optimal dimana individu berfungsi secara maksimal mewujudkan segala potensinya sering kali diidentikkan dengan kesehatan mental. Individu yang sehat secara psikologis memiliki sikap positif terhadap diri dan orang lain, mampu membuat keputusan sendiri, dan mengatur prilaku sendiri. Kesejahteraan psikologis ini tidak hanya dapat diukur dengan banyaknya harta atau terpenuhinya seluruh kebutuhan, tetapi juga melalui kemampuan individu dalam mengahadapi berbagai faktor yang dapat menyebabkan masalah dalam hidupnya dan berfungsi sebagai psikologi positif (Purnomosidi, 2022).

Dalam masyarakat global kesejahteraan psikologis juga sangat relevan. Karena kesejahteraan psikologis individu dapat meningkatkan kebahagiaan, kesehatan mental yang positif, dan pertumbuhan diri. Namun prevalensi gangguan mental seperti depresi dan stres yang berkepanjangan masih meningkat, dan dibutuhkan dukungan positif dari lingkungan sekitar bagi orang-orang dengan gangguan mental tersebut (Distina, 2019).

Untuk mencapai kesejahteraan psikologis dalam diri manusia harus memenuhi berbagai kebutuhan. Kebutuhan manusia mencakupi elemen-elemen yang diperlukan setiap individu untuk mempertahankan dirinya sehingga tercipta keseimbangan antara aspek fisiologis dan psikologis. Teori Maslow mengungkapkan bahwa manusia memiliki lima kebutuhan dasar yang harus dipenuhi untuk mempertahankan hidupnya, yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan akan kasih sayang, kebutuhan akan harga diri, dan kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri (Trived & Metha, 2019).

Kesejahteraan psikologis mencakup berbagai aspek, termasuk perasaan positif, kepuasan hidup, dan keseimbangan emosional, yang semuanya berkontribusi pada kualitas hidup individu. Di sisi lain, orientasi religiusitas merujuk pada sejauh mana seseorang menginternalisasikan nilai-nilai serta praktik keagamaan dalam kehidupan sehari-hari mereka (Hidayati & Fadhilah, 2021).

Salah satu faktor yang mempengaruhi terhadap kesejahteraan psikologis adalah religiusitas. Religiusitas menjadi karakteristik yang dikenali dari mahasiswa berasrama, orientasi religius merupakan aspek penting dalam hal ini menunjukkan pada pandangan mahasiswa tentang peran agama dalam kehidupan mereka. Apakah sebagai landasan moral atau sekadar alat untuk memenuhi kebutuhan pribadi (Linawati & Desiningrum, 2017).

Temuan dari studi yang dilakukan oleh Imelda Suciana membuktikan bahwa adanya interaksi yang positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis terhadap mahasiswa dengan koefisien korelasi antar variabel sebesar 0,485. Semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis, dan sebaliknya semakin rendah tingkat religiusitas maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis. Religiusitas memberikan sumbangan efektif intensitas terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 23,5% (Suciana, 2016).

Universitas Muhammadiyah Gorontalo dikenal sebagai lembaga pendidikan tinggi yang berlandaskan nilai-nilai islam, salah satu kampus di provinsi Gorontalo yang terletak di Kabupaten Gorontalo, terdapat asrama didalamnya yang menjadikan pragram berasrama diwajibkan bagi seluruh mahasiswa baru. Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gorontalo diwajibkan mengikuti program berasrama selama kurang lebih 4 bulan. Jadi mahasiswa berasrama maupun alumni berasrama pasti memiliki karakteristik tersendiri dalam dirinya disebabkan oleh bekal ilmu yang telah diberikan selama berasrama.

Selain itu mahasiswa berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo memiliki program yang dirancang dapat menunjang beberapa aspek yakni *happy, enjoy*, dan demokratis. Program berasrama sebagai salah satu wadah pembinaan mahasiswa di lingkungan kampus yang dirangkaikan dengan Program Pembinaan Kepribadian dan Karakter Mahasiswa Baru (PPKKMB) (Irdja, 2021).

Berdasarkan hasil studi awal dengan salah satu musrifah di asrama mengenai program berasrama di UMGo pada tanggal 17 Mei 2024 menyatakan bahwa, “Aktifitas yang mereka lakukan selama 24 jam per 7 hari yaitu runtinitas selama 4 bulan sudah di jadwalkan contohnya shalat

subuh, magrib, isya berjamaah, bada solat magrib diisi waktu dengan tadarus Al-Quran atau mengaji, sesuai kebutuhan mahasiwsa mahasiswi berasrama tersebut sambil menunggu waktu shalat isya. Hari senin dan kamis umumnya dilaksanakan puasa sunah berjamaah, dan hari jumat mahasiswa berasrama ada kegiatan kajian subuh yang diwajibkan bagi seluruh mahasiswa berasrama."

Berdasarkan hasil studi awal penulis dengan 5 mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo pada tanggal 25 Mei 2024, bahwa terdapat beberapa masalah yang mereka alami yaitu mereka memiliki tuntutan dari tekanan akademik, kurangnya implementasi rutinitas religiusitas harian dalam diri. Bahkan pada saat ini mereka belum ada arah tujuan kedepanya atau merasakan cemas akan masa depan, terkadang jika dipertemukan dengan masalah sulit mereka susah untuk beradaptasi dengan keadaan sampai mengakibatkanya stres. Mereka menganggap kehidupan mereka masih ngambang, dan ada juga yang merasa tidak puas dengan kehidupanya disebabkan kurangnya dukungan dari pihak keluarga maupun lingkungan sekitar.

Oleh karena itu, penulis melihat fenomena, data, dan hasil penelitian sebelumnya, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Alumni Berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif. Adapun teknik análisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah análisis korelasi *product moment*. Populasi dalam penelitian ini adalah 1.019 mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini terdapat 213 mahasiswa alumni berasrama, teknik pengambilan sampel yaitu *random sampling* dengan rumus pengambilan sampel menggunakan tabel Isac & Maichel.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuisioner menggunakan skala *likert* dengan alternatif pilihan jawaban yakni SS (sangat setuju), S (setuju), TS (tidak setuju) dan STS (sangat tidak setuju). Pada penelitian ini menggunakan 2 skala yaitu skala Kesejahteraan Psikologis disusun berdasarkan aspek-

aspek dari teori Ryff (1995) dan Religiusitas yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari teori Glock dan Stark (1968) dengan memodifikasi skala milik (Liputo, 2009).

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi product moment dengan bantuan aplikasi SPSS versi 26 *for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	1	0,5%
Sedang	196	92%
Tinggi	16	7,5%
Total	**213**	**100%**

Sumber : Hasil Olahan SPSS 2024

Berdasarkan distribusi kategorisasi subjek pada tabel 10, dapat di ketahui bahwa terdapat 213 subjek yang diikutkan uji skala kesejahteraan psikologis menunjukkan sebanyak 5% subjek berada dalam kategori skor rendah, 92% subjek dalam kategori sedang, dan 7,5% subjek dalam kategori skor kesejahteraan psikologis tinggi. Hal ini menyampaikan bahwa sebagian besar subjek ditemukan dalam kategori menengah.

Tabel 2. Kategorisasi Religiusitas

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	0	0%
Sedang	188	88,3%
Tinggi	25	11,7%
Total	**213**	**100%**

Sumber : Hasil Olahan SPSS 2024

Berdasarkan distribusi kategorisasi subjek pada tabel 12 di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat 213 subjek yang diikuti uji skala aspek religiusitas menunjukkan tidak ada subjek yang berada dalam skor kategori rendah, 88,3% subjek dalam kategori skor religiusitas sedang, dan 11,7% subjek dalam kategori skor religiusitas tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas subjek termasuk dalam kategori sedang.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		213
Normal Parameters[a,b]	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.21889864
Most Extreme Differences	Absolute	.072
	Positive	.072
	Negative	-.050
Kolmogorov-Smirnov Z		1.051
Asymp. Sig. (2-tailed)		.219

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

Sumber : Hasil Olahan SPSS 2024

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa skor Kolmogorov-Smirnov untuk variabel kesejahteraan psikologis dan religiusitas memiliki nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,219 > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa

nilai residual kedua variabel tersebut berdistribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

Variabel	*Deviation From Linearity*	Ket
X - Y	52,839	*Linear*

Sumber : Hasil Olahan SPSS 2024

Berdasarkan tabel uji linieritas kesejahteraan psikologis dan religiusitas memiliki keterangan nilai signifikansi sebesar 52,839 > 0,05. Oleh karena itu mengindikasikan agar adanya keterkaitan yang linier secara signifikan di antara kesejahteraan psikologis dengan religiusitas.

Uji Hipotesis

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Product Moment

Correlations

		R-S	PWB
R-S	Pearson Correlation	1	.416**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	213	213
PWB	Pearson Correlation	.416**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	213	213

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber : Hasil Olahan SPSS 2024

Berdasarkan hasil analisis pada tabel korelasi antara variabel kesejahteraan psikologis dan religiusitas menunjukkan nilai r = 0,416 dan p = 0,000 atau nilai sig. (2-tailed) 0,000 < 0,05 karena nilai p < 0,05, hal Ini mengindikasikan bahwa adanya hubungan positif antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

PEMBAHASAN

Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Alumni Berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo yang telah diuraikan sebelumnya didapatkan hasil uji kategorisasi kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama dari 213 responden yang memiliki kategorisasi rendah sekitar 0,5%. Pada kategorisasi sedang sekitar 92% dan yang memiliki kategorisasi Tinggi sekitar 7,5%. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dilihat bahwa Mahasiswa Alumni berasrama di UMGo memiliki kesejahteraan psikologis dominan sedang.

Artinya bahwa hanya sekitar 0,5% dari responden yang berada dalam kategori kesejahteraan psikologis rendah. Ini menunjukkan bahwa hampir seluruh mahasiswa alumni berasrama memiliki kesejahteraan psikologis yang relatif baik. Tingkat rendahnya presentase mahasiswa dengan kesejahteraan

psikologis rendah mengindikasikan bahwa kondisi psikologis mereka tidak berada dalam keadaan yang buruk atau mengkhawatirkan.

Sekitar 92% responden berada dalam kategori kesejahteraan psikologis sedang. Ini mencerminkan bahwa sebagian besar mahasiswa alumni berasrama mengalami tingkat kesejahteraan psikologis yang stabil dan tidak ekstrem. Mereka mungkin mengalami kesejahteraan psikologis yang cukup baik, tetapi tidak dalam kondisi yang sangat optimal atau ideal.

(Zahrah & Sukirno, 2022) mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis yang berada dalam kategori sedang dapat menunjukkan adanya keseimbangan yang baik antara tekanan akademik dan dukungan sosial. Mahasiswa mungkin merasa cukup baik secara psikologis, tetapi mungkin masih menghadapi beberapa tantangan yang mempengaruhi tingkat kesejahteraan mereka.

Temuan dalam penelitian ini bahwa variabel kesejahteraan psikologis, terdapat beberapa aspek yang memiliki pengaruh besar terhadap subjek. Yaitu aspek penerimaan diri yang memberikan pengaruh terbesar, dengan persentase 81,2% dengan kategori tinggi 12,2%. Adapun aspek hubungan positif dengan orang lain dengan kategori sedang presentase sebesar 69,0%, dengan kategori tinggi sebesar 31,0%. Aspek kemandirian kategori sedang sebesar 65,7%, tinggi 32,4%. Sedangkan aspek penguasaan terhadap lingkungan juga berpengaruh sangat besar, dalam kategori sedang presentase sebesar 74,6% dan tinggi sebesar 24,4%.

Artinya mahasiswa alumni berasrama menunjukkan bahwa mampu menerima diri sendiri, keterhubungan yang baik dengan orang lain, serta kemandirian, dan penyesuaian lingkungannya. Aspek-aspek ini secara signifikan berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Karena sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Sayyidah, 2022) mengindikasikan bahwa kemampuan penerimaan diri, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, kemandirian dalam berpikir dan bertindak, serta kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan memiliki peranan penting dalam kehidupan setiap individu.

Selain itu, aspek tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi juga berkontribusi, masing-masing sebesar

73,7% dan 78,4% dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa aspek-aspek ini juga sama penting pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kategorisasi variabel kesejahteraan psikologis lebih dominan sedang, dengan aspek-aspek yang lebih berpengaruh dalam penelitian ini yaitu, aspek penerimaan diri, dan pertumbuhan pribadi. Dan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang yaitu lingkungan sosial, pengembangan kemandirian, keterampilan pengelolaan emosi, kedisiplinan, serta religiusitas yang kuat.

Religiusitas pada Mahasiswa Alumni Berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo yang telah diuraikan sebelumnya didapatkan hasil uji kategorisasi religiusitas pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo dari 213 responden yang memiliki kategorisasi 0% atau tidak ada responden dalam kategori rendah. Pada kategorisasi sedang sekitar 88,3% dan yang memiliki kategorisasi Tinggi sekitar 11,7%. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dilihat bahwa mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo memiliki religiusitas yang dominan sedang.

Hal ini menunjukkan mayoritas responden yaitu sekitar 88,3% subjek, berada dalam kategori religiusitas sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa alumni berasrama di universitas ini umumnya memiliki tingkat religiusitas yang tidak terlalu tinggi, tetapi juga tidak rendah. Religiusitas sedang ini mungkin mencerminkan pemahaman dan praktik keagamaan yang baik dalam kehidupan sehari-hari mereka. Mereka mahasiswa alumni berasrama menjalankan ibadah dan ritual agama secara rutin, tetapi tidak menunjukkan tingkat komitmen yang ekstrem dalam kegiatan religiusitas.

Adapun beberapa aspek yang mempengaruhi hasil responden, yaitu yang pertama aspek keyakinan berkontribusi sebesar 87,8% subjek, kategori tinggi sebesar 12,2% subjek. Hal ini menunjukkan bahwa keyakinan individu terhadap ajaran agama dan

nilai-nilai keagamaan atau spiritualitas yang dianutnya sangat berpengaruhi prilaku dan sikap mereka dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu praktik ibadah juga berkontribusi sebesar 86,9% dalam kategori sedang dengan frekuensi 185 subjek, kategori tinggi sebesar 11,7% dengan frekuensi 25 subjek, dan termaksuk dalam kategori rendah sebesar 1,4% dengan frekuensi 3 subjek. Selain itu kategori sedang pada aspek pengalaman mendapatkan 87,8%, aspek pengetahuan agama 71,8%, dan aspek konsekuensi 54,0%. Hal ini mencakup berbagai kegiatan ritual dan kebiasaan yang dilakukan oleh individu sebagai bentuk penghayatan terhadap keyakinan setiap individu.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat religiusitas mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo berada pada kategori sedang. Perbedaan persentase antara keyakinan dan praktik ibadah menunjukkan bahwa meskipun seseorang memiliki keyakinan yang kuat, tidak semua individu menerapkan keyakinan tersebut dengan intensitas praktik ibadah yang tinggi.

Hubungan Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Alumni Berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi cenderung menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik, sementara mahasiswa dengan tingkat religiusitas yang lebih rendah cenderung mengalami tingkat kesejahteraan yang lebih rendah.

Dapat dilihat dari hasil uji korelasi *product moment* menggunakan 213 Sampel mahasiswa alumni berasrama diperoleh nilai Korelasi (r) yaitu sebesar 0,416 dan nilai sig. (2-tailed) = 0,000 ($p<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, karena terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

Sesuai dengan analisis diatas dapat disimpulkan bahwa, meskipun religiusitas berperan penting dalam kesejahteraan psikologis, tidak dapat di pungkiri bahwa ada juga faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa alumni berasrama, seperti dukungan sosial, kondisi akademik, dan kondisi lingkungan tempat tinggal.

Mahasiswa yang memiliki sistem dukungan sosial yang kuat, seperti keluarga, teman, dan organisasi kampus, cenderung merasa lebih aman dan bahagia. Begitu pula, mahasiswa yang berhasil menyeimbangkan tuntutan akademik dan kehidupan pribadi lebih mungkin mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

KESIMPULAN

Hasil distribusi kategorisasi subjek religiusitas memiliki 88,3% dan kesejahteraan psikologis sebanyak 92% subjek dimana kedua variabel tersebut lebih dominan sedang. Yang artinya religiusitas memiliki hubungan yang positif dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo dapat dilihat dari hasil uji hipotesis yang mengungkapkan bahwa nilai sig. (2-tailed) = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas, maka semakin baik pula kesejahteraan psikologis pada mahasiswa alumni berasrama di Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Karena Religiusitas memberikan fondasi moral dan spiritual yang membantu mahasiswa dalam mengatasi berbagai tantangan hidup di lingkungan sekitar. Dengan memiliki keyakinan agama yang kuat, mereka lebih mampu mengelola stres, memiliki pandangan hidup yang lebih positif, serta mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Distina, P. P. (2019). Pengembangan Dimensi Psychological Well-Being Untuk Pengurangan Risiko Gangguan Depresi. *Mawa'izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, *10*(1), 39–59. Https://Doi.Org/10.32923/Maw.V10i1.768

Hidayati, B. M. R., & Fadhilah, 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

Irdja, M. (2021). *Program Berasrama Umgo Berperan Dalam Membentuk Karakter Mahasiswa*. Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Https://Umgo.Ac.Id/?P=6795

Linawati, R. A., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Siswa Smp Muhammadiyah 7 Semarang. *Jurnal Empati, Agustus*, *7*(3), 105–109.

Liputo. (2009). *Pengaruh Religiusitas Terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Maliki Malam*.

Purnomosidi, F., Widiyono, & Musslifah, A. R. (2022). *Buku Referensi Kesejahteraan Psikologis Dengan Sholat Dhuha*.

Sayyidah, A. F., Mardhotillah, R. N., Sabila, N. A., & Rejeki, S. (2022). Peran Religiusitas Islam Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis. *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, *13*(2), 103–115. Https://Doi.Org/10.15548/Alqalb.V13i2.4274

Suciana, I. (2016). *Hubungan Orientasi Religiusitas Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Suka Riau*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Trived, A. J., & Metha, A. (2019). Maslow's Hierarchy Of Needs. A Theory Of Human Motivation. Psychological. *International Journal Of Research In All Subjects In Multi Languages*, *7*(6), 38–41.

Zahrah, N. A. N., & Sukirno, R. S. H. (2022). Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Santri Ditinjau Dari Dukungan Sosial & Stress Akademik. *Jurnal Psikologi Integratif*, *10*(2), 189. Https://Doi.Org/10.14421/Jpsi.V10i2.2526