

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Religiusitas*

1. Pengertian *Religiusitas*

Religiusitas adalah suatu simbol sistem keyakinan, nilai, dan perilaku yang memusatkan berbagai persoalan-persoalan duniawi yang keseluruhan maknanya disimpulkan dalam suatu keyakinan hakiki. Glock dan Strak mengemukakan ada beberapa dimensi dalam religiusitas yaitu ideologis, ritual, pengamalan, pengetahuan dan konsekuensi.¹⁷

Adapun penjelasan agama berdasarkan fungsi misalnya penjelasan agama sebagai sebuah pencarian terhadap yang Maha Suci atau aspek-aspek non material dari kehidupan. Pada perkembangannya, pengertian pertama ini menjadi istilah untuk apa yang disebut sebagai *religiusitas* dan pengertian kedua merujuk pada pengertian *spiritualitas*. *Spiritualitas* sering dipandang sebagai hal-hal yang bersifat fungsional sedangkan religiusitas dipandang sebagai hal-hal yang berkaitan dengan fungsi.¹⁸

2. Aspek-aspek *Religiusitas*

Dalam konteks agama Silam sebagai agama yang dianut oleh mayoritas masyarakat Indoneisa, lima dimensi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

¹⁷ Miatun, Sumbu Latim. "Pengaruh Religiusitas Terhadap Gaya Hidup Konsumen Muslim Toko Artomoro Di Ponorogo". Disertasi tidak diterbitkan. Ponorogo : Program Studi Jurusan Muamalah Fakultas Syariah Institut Agama Islam Negeri Ponorogo, 2018.

¹⁸ Fridayanti. "Religiusitas, Spritualitas Dalam Kajian Psikologi dan Urgensi Perumusan Religiusitas Islam", *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 2, No. 2, 2015, Hal.303.

- a. Dimensi Ritual; yaitu aspek yang mengukur sejauh mana seseorang melakukan kewajiban ritualnya dalam agama yang dianut. Misalnya; pergi ke tempat ibadah, berdoa pribadi, berpuasa, dan lain-lain. Dimensi ritual ini merupakan perilaku keberagamaan yang berupa peribadatan yang berbentuk upacara keagamaan.
- b. Dimensi Ideologis; yang mengukur tingkatan sejauh mana seseorang menerima hal-hal yang bersifat dogmatis dalam agamanya. Misalnya; menerima keberadaan Tuhan, malaikat dan setan, surga dan neraka, dan lain-lain. Dalam konteks ajaran islam, dimensi ideologis ini menyangkut kepercayaan seseorang terhadap kebenaran agama-agamanya. Semua ajaran yang bermuara dari Al quran dan hadits harus menjadi pedoman bagi segala bidang kehidupan. Keberagaman ditinjau dari segi ini misalnya mendarma baktikan diri terhadap masyarakat yang menyampaikan amar ma'ruf nahi mungkar dan amaliah lainnya dilakukan dengan ikhlas berdasarkan keimanan yang tinggi.
- c. Dimensi Intelektual; yaitu tentang seberapa jauh seseorang mengetahui, mengerti, dan paham tentang ajaran agamanya, dan sejauh mana seseorang itu mau melakukan aktivitas untuk semakin menambah pemahamannya dalam hal keagamaan yang berkaitan dengan agamanya. Secara lebih luas, Dimensi intelektual ini menunjukkan tingkat pemahaman seseorang terhadap doktrin-doktrin agama tentang kedalaman ajaran agama yang dipeluknya. Ilmu yang

dimiliki seseorang akan menjadikannya lebih luas wawasan berfikirnya sehingga perilaku keberagamaan akan lebih terarah.

- d. Dimensi Pengalaman; berkaitan dengan seberapa jauh tingkat Muslim dalam merasakan dan mengalami perasaan-perasaan dan pengalaman religius. Dalam Islam dimensi ini terwujud dalam perasaan dekat dengan Allah, perasaan doa-doanya sering terkabul, perasaan tenang bahagia karena menuhankan Allah, perasaan bertawakal, perasaan khusuk ketika melaksanakan sholat, perasaan tergetar ketika mendengar adzan atau ayat-ayat al-qur'an, perasaan syukur kepada Allah, perasaan mendapat peringatan atau pertolongan dari Allah.
- e. Dimensi Konsekuensi; Dalam hal ini berkaitan dengan sejauh mana seseorang itu mau berkomitmen dengan ajaran agamanya dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya; menolong orang lain, bersikap jujur, mau berbagi, tidak mencuri, dan lain-lain. Aspek ini berbeda dengan aspek ritual. Aspek ritual lebih pada perilaku keagamaan yang bersifat penyembahan/adorasi sedangkan aspek komitmen lebih mengarah pada hubungan manusia tersebut dengan sesamanya dalam kerangka agama yang dianut.¹⁹

3. Faktor-faktor yang dapat Menimbulkan *Religiusitas*

Berdasarkan penelitiannya, Thouless mengemukakan secara khusus beberapa faktor yang dapat menimbulkan *religiusitas*: *Pertama*, pengaruh pendidikan dan berbagai tekanan sosial. Faktor ini mencakup semua

¹⁹ Wahyudin, Larisa, Drs. Sumarsono, Siti Zulaikha” Dimensi Religiusitas Dan Pengaruhnya Terhadap Organizational Citizenship Behaviour (Studi Pada Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto)”, *Journal Of Applied Psychology*, Vol.02, No. 1, 2012, h. 6-7.

pengaruh sosial dalam perkembangan keagamaan itu, termasuk pendidikan dari orang tua, tradisi-tradisi sosial, tekanan dari lingkungan sosial untuk menyesuaikan diri dengan berbagai pendapat dan sikap yang disepakati oleh lingkungan itu. *Kedua*, faktor pengalaman. Berbagai pengalaman yang membantu sikap *religiusitas* terutama pengalaman tentang keindahan, konflik moral dan pengalaman emosional keagamaan. *Ketiga*, faktor kebutuhan. Kebutuhan ini secara garis besar dapat dibagi menjadi empat, yaitu: (a). Kebutuhan akan keamanan atau keselamatan, (b). kebutuhan akan cinta kasih, (c). Kebutuhan untuk memperoleh harga diri dan (d). Kebutuhan yang timbul karena adanya ancaman kematian. *Keempat*, faktor intelektual. Berkaitan dengan berbagai proses pemikiran verbal atau rasionalisasi.²⁰

B. Kesejahteraan Psikologis

1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Carol D Ryff merupakan pengagas teori kesejahteraan psikologis (*Psychological WellBeing*) yang selanjutnya disingkat dengan PWB menjelaskan istilah PWB sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus bertumbuh secara personal.

²⁰ Alfi Inayah, Nur. "Hubungan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Persepsi Terhadap Sinetron Religiusitas Bernuansa Mistis Dengan Religiusitas Wanita Dewasa Awal". Disertasi tidak diterbitkan. Jakarta: Program Sarjana Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2010.

Ryff menyebutkan bahwa PWB terdiri dari enam dimensi, yaitu penerimaan terhadap diri sendiri, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain kemandirian, penguasaan terhadap lingkungan, memiliki tujuan dan arti hidup serta pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan. Selain itu, setiap dimensi dari PWB menjelaskan tantangan yang berbeda yang harus dihadapi individu untuk berusaha berfungsi positif. Dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) adalah kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi adanya fungsi psikologis yang positif seperti penerimaan diri, relasi sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan dan otonomi.²¹

2. Aspek-Aspek Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Wellbeing*)

Menurut Ryff aspek-aspek yang menyusun kesejahteraan psikologis antara lain:

a. Penerimaan diri (*Self acceptance*).

Seseorang yang *psychological well-being*nya tinggi memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek positif dan negatif dalam dirinya, dan perasaan positif tentang kehidupan masa lalu.

b. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relations with others*).

²¹ Ros Mayasari “Religiusitas Islam Dan Kebahagiaan (Sebuah Telaah dengan Perspektif Psikologi)” *Jurnal Al-Munzir* Vol. 7, No. 2, 2014, h. 91-92.

Banyak teori yang menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama kesehatan mental. *Psychological well-being* seseorang itu tinggi jika mampu bersikap hangat dan percaya dalam berhubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi, dan keintiman yang kuat, memahami pemberian dan penerimaan dalam suatu hubungan.

c. Kemandirian (*Autonomy*).

Kemandirian merupakan kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri, mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bersikap dengan cara yang benar, berperilaku sesuai dengan standar nilai individu itu sendiri, dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal.

d. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*).

Mampu dan berkompotensi mengatur lingkungan, menyusun kontrol yang kompleks terhadap aktivitas eksternal, menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan, mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri.

e. Tujuan hidup (*Purpose in life*).

Kesehatan mental didefinisikan mencakup kepercayaan-kepercayaan yang memberikan individu suatu perasaan bahwa hidup ini memiliki tujuan dan makna. Individu yang berfungsi secara positif

memiliki tujuan, misi, dan arah yang membuatnya merasa hidup ini memiliki makna.

f. Pengembangan pribadi (*Personal growth*).

Merupakan perasaan mampu dalam melalui tahap- tahap perkembangan, terbuka pada pengalaman baru, menyadari potensi yang ada dalam dirinya, melakukan perbaikan dalam hidupnya setiap waktu.²²

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan penelitian yang dilakukan para ahli ditemukan sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, antara lain adalah:

a. Usia

Dalam penelitian Ryff dan Keyes ditemukan bahwa terdapat perbedaan usia dalam beberapa dimensi *Psychological Well-Being*, penelitian tersebut melibatkan tiga kelompok usia yakni dewasa muda, dewasa tengah, dan lansia. Mereka menemukan bahwa semakin bertambahnya usia maka semakin menurunnya tujuan hidup dan pertumbuhan personal (khususnya pada lansia). Disisi lain, semakin bertambahnya usia seseorang terdapat peningkatan pada dimensi penguasaan lingkungan dan kemandirian (khususnya pada usia dewasa menengah dan lansia). Sedangkan pada dimensi penerimaan

²² Sukma Adi, Muhana Sofiati, "Religiusitas Dan Psychological Well- Being Pada Korban Gempa", *Jurnal Psikologi*, Vol.34, NO. 2, (2015), h. 166.

diri dan hubungan positif dengan orang lain tidak terdapat adanya perbedaan baik antara usia dewasa muda sampai lansia.

b. Gender

Selain perbedaan usia, Ryff & Singer juga menemukan terdapat pengaruh gender pada *Psychological Well-Being*. Faktor gender menunjukkan perbedaan yang signifikan pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan dimensi positif. Hasil penelitian membuktikan bahwa wanita memiliki skor yang lebih tinggi secara signifikan daripada pria pada dimensi hubungan positif dengan orang lain.

c. Kesehatan fisik

Ryff menggunakan baik bukti empiris dan studi kasus untuk menggarisbawahi bagaimana berbagai dimensi dari hidup bahagia dan sejahtera (*eudaimonic*) dapat berpengaruh terhadap kesehatan seseorang secara umum. Misalnya memiliki sistem kekebalan tubuh yang lebih baik. Penelitian mereka juga menemukan bahwa satu dimensi *Psychological Well-Being* yaitu hubungan positif dengan orang lain terutama penting bagi peningkatan kesehatan.

d. Status sosial ekonomi

Penelitian yang dilakukan Ryff & Singer meneliti dampak dari kemiskinan terhadap kebahagiaan dengan menggunakan alat ukur *Psychological Well-Being*, mereka menemukan bahwa status sosial ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup,

penguasaan lingkungan, dan pertumbuhan personal. Terdapat banyak efek negatif dari status sosial ekonomi yang rendah pada dimensi-dimensi *psychological well being* tersebut. Hal ini disebabkan adanya perbandingan sosial dimana individu yang lebih miskin membandingkan diri mereka untuk meraih sumber daya yang dapat menyesuaikan kesenjangan yang dirasakannya tersebut.

e. Dukungan sosial

Penelitian mengenai *Psychological Well-Being* dan dukungan sosial yang dilakukan oleh Sood dan Bakhsi menemukan adanya hubungan yang signifikan antar dua variabel tersebut pada imigran usia lanjut. Penelitian serupa menemukan bahwa semakin besar dukungan sosial yang dirasakan, memberikan kontribusi yang signifikan terhadap *Psychological Well-Being* yang lebih baik pada imigran lansia.

f. Pendidikan dan pekerjaan

Pendidikan dan pekerjaan juga memiliki pengaruh terhadap *Psychological Well Being*. Ryff dan Singer menemukan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan dan pekerjaan seseorang, maka ia akan memiliki tingkat *Psychological Well-Being* yang semakin tinggi pula.

g. Kedekatan dengan orang lain

Beberapa ahli telah menyatakan bahwa kedekatan dengan orang lain merupakan suatu kebutuhan dasar manusia yang mendasar bagi

well being seseorang. Penelitian tentang keintiman juga menekankan pentingnya kedekatan tersebut terhadap *well being*. Dalam studi yang dilakukan oleh Ryff dan Singer, hubungan positif dengan orang lain merupakan salah satu dimensi dari *Psychological Well-Being*.

h. *Religiusitas*

Adapun salah satu faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-Being* menurut Ryff yaitu *religiusitas*. Hal ini berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna.²³

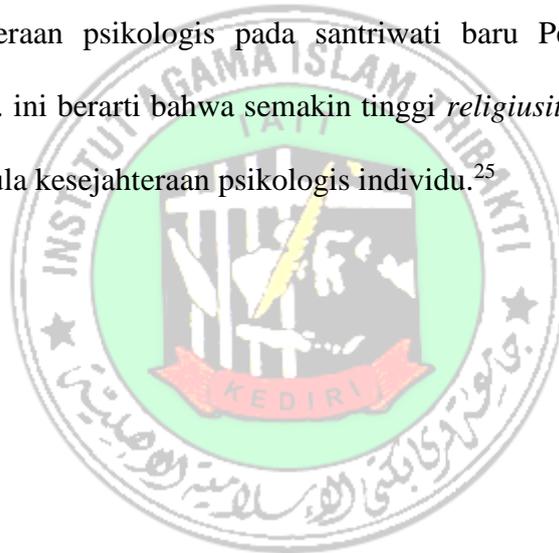
C. Keterkaitan *Religiusitas* terhadap Kesejahteraan Psikologis

Adanya hubungan antara *religiusitas* dan kesejahteraan psikologis (*Psychological well being*) sejalan dengan teori yang disampaikan oleh Ellison yang menjelaskan adanya korelasi antara *religiusitas* dengan *Psychological well being*, dimana pada individu dengan *religiusitas* yang kuat, lebih tinggi tingkat *Psychological well being*nya dan semakin sedikit dampak negatif yang dirasakan dari peristiwa traumatik dalam hidup. Penelitian yang mendukung hal ini dilakukan oleh Lovinger dan Spero yang menyatakan bahwa komitmen religius mempunyai hubungan dengan salah satu dimensi *Psychological well being* yaitu hubungan positif dengan orang lain. Semakin baik komitmen religius seseorang maka semakin baik

²³ Sartini Tanjung, Erfina Agus. "Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Psychological Well-Being Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan". Disertasi tidak diterbitkan. Medan: Progam Pasca Sarjana Universitas Medan Area, 2018.

pula tingkat hubungan dengan lingkungannya kerana dengan berbagai aktivitas keagamaan maka dapat meningkatkan rasa solidaritas kelompok dan memperkuat ikatan kekeluargaan.²⁴

Dalam penelitian milik Faiqotul Himmah yang berjudul Hubungan *Religiusitas* dengan Kesejahteraan Psikologis, berdasarkan hasil penelitian yang diuji menggunakan teknik analisis korelasi *Kendall Tau*, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara *religiusitas* dengan kesejahteraan psikologis. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ sehingga hipotesis terdapat hubungan yang signifikan antara *religiusitas* dengan kesejahteraan psikologis pada santriwati baru Pesantren An- Nuriyah diterima. ini berarti bahwa semakin tinggi *religiusitas* maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis individu.²⁵



²⁴ Batubara, Azizah. "Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well Being Ditinjau Dari Big Five Personality Pada Siswa Sma Negeri 6 Binjai". *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, (online), Vol. 7, No. 1, 2017, h. 52.

²⁵ Himmah, Faiqotul " Hubungan Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis" . Disertasi tidak diterbitkan. Surabaya : Program Sarjana Universitas Islam Negri Sunan Ampel Surabaya, 2016.