

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Psychological Well-being seseorang adalah kapasitas untuk pengakuan diri yang positif atau penerimaan diri dengan mempertahankan keadaan psikologis yang stabil antara diri mereka dan orang lain sehingga mereka dapat berkembang dan tumbuh dengan baik. Menurut Thouless (Jalaluddin, 2008) ada 6 faktor yang dapat digunakan untuk berpengaruh pada kesejahteraan psikologi, yaitu: demografi, dukungan sosial, kompetensi pribadi, kepribadian dan keagamaan. Salah satu faktor yang penting adalah keagamaan/religiusitas. Religiusitas dalam kehidupan manusia sangat berperan penting yang dapat dilakukan dengan jalan berdoa atau melakukan berbagai kegiatan keagamaan sesuai dengan perintah-Nya dalam rangka membangkitkan rasa percaya diri, membangun koneksi dengan pencipta, serta sebagai jalan dalam memberikan ketenangan jiwa atau batin. Religiusitas dapat dikatakan sebagai perasaan keagamaan artinya adanya perasaan batin yang memiliki hubungan dengan keberadaan Tuhan, misalnya ada timbul perasaan berdosa (*Guilth Feeling*), timbul perasaan takut (*Fear to God*), dan kebesaran akan adanya Tuhan (*God's Glory*) (Atmosuwito, 1989). Hal tersebut penting bagi siswa kelas XII yang berada pada fase remaja.

Siswa adalah individu dengan secara resmi yang terdaftar dan dapat ikut serta dalam pembelajaran pada dunia pendidikan (Sarwono, 2007). Dalam beberapa literatur siswa juga dapat disebut sebagai murid yaitu orang yang

dididik serta sedang mengalami atau sedang berada dalam proses pertumbuhan dan juga perkembangan secara fitrah yang membutuhkan untuk dibimbing dan diarahkan secara berkesinambungan (Arifin, 2000). Secara umum tingkatan siswa terbagi atas siswa kelas dasar (SD), siswa kelas menengah (SMP), siswa kelas atas (SMA), yang setiap tingkatan memiliki problematika dan perkembangan yang berbeda-beda.

Siswa SMA merupakan salah satu tingkatan pada jenjang pendidikan yang banyak mengalami perubahan baik secara fisik atau psikis. Para siswa yang berada pada tingkatan SMA berada pada fase remaja yaitu suatu tahapan transisi dalam rentang hidup manusia, yang menghubungkan masa anak-anak menuju masa dewasa (Santrock, 2011). Perubahan yang terjadi pada fisik remaja yaitu dapat berupa perubahan tinggi badan serta perubahan proporsi badan dan perubahan-perubahan khusus lainnya misalnya dada yang menjadi berbidang, tumbuhnya jakun, dan lain sebagainya. Kemudian perubahan secara psikis atau mental dapat berupa sikap ingin lepas dari pantauan orang tua, adanya kegelisahan, lebih mudah mengalami frustrasi ataupun stress, menentang lingkungan, mencari jati diri, rasa tidak percaya diri, keinginan untuk mengetahui sesuatu sangat tinggi, adanya perasaan ingin merdeka sehingga cenderung tidak memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, belajar untuk menentukan tujuan hidup secara pribadi (R. Fatmawaty, 2019).

Dari berbagai perubahan tersebut, yang cukup menjadi perhatian ialah perubahan secara psikis ataupun mental. Jika dalam perubahan fisik dapat langsung terlihat oleh orang lain, maka perubahan secara psikis atau mental

tidak mudah terlihat hanya bisa diamati dan dirasakan dalam beberapa waktu, sehingga membuat perubahan secara psikis atau mental yang terjadi pada remaja sering terabaikan, padahal pada fase remaja dapat dikatakan sebagai fase dalam usia bermasalah. Menurut Hurlock (1991) keadaan psikis dan emosional pada remaja seperti fase “tekanan dan badai”, yakni fase dimana emosional remaja meningkat, dikarenakan adanya perubahan fisik dan kelenjar. Dengan kurangnya perhatian terhadap psikis remaja maka akan ada peluang besar terjadinya penyimpangan-penyimpangan atau yang disebut juga sebagai kenakalan remaja seperti penyalahgunaan narkoba, merokok, kecanduan internet dan games, serta minum-minuman keras (Maretha dan Leigh, 2007).

Terlebih siswa kelas XII SMA harus menentukan keputusan besar dalam hidupnya setelah menamatkan SMA. Tidak jarang karena faktor tersebut siswa-siswa kelas XII SMA ini merasakan tekanan psikologis yang dikenal sebagai stress. Sebuah penelitian yang dilakukan di salah satu SMA negeri di Bali menunjukkan bahwa sekitar 95,3% siswa-siswa SMA negeri kelas XII mengalami stres rendah hingga tinggi (Wibawa dan Widiasavitri, 2013). Sedangkan apabila stress tidak dapat ditangani dengan baik reaksinya dapat menimbulkan kenakalan remaja.

Kenakalan remaja yaitu tindakan remaja yang merusak dirinya sendiri, mengganggu orang lain ataupun ketentraman masyarakat secara umum dengan tindakan yang bertentangan dengan aturan agama, hukum, dan norma masyarakat (Wilis, 2012). Di Indonesia kenakalan remaja semakin mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, dari data Badan Pusat Statistik (BPS), tingkat

angka kenakalan remaja tahun 2013 yaitu telah mencapai 6.325 kasus, dan 7007 kasus di tahun 2014 dan tahun 2015 telah terjadi kenakalan remaja yaitu 7.762 kasus. Hal ini berarti dari tahun 2013 - 2015 kenaikan tindakan kenakalan remaja yaitu 10,7 %. Peningkatan drastis kenakalan remaja tersebut sejalan dengan peningkatan kejahatan atau kriminalitas dari tahun 2022 sebanyak 372.965 menjadi 584.991 pada tahun 2023. Berdasarkan data diatas maka sangat penting untuk menjaga kesejahteraan psikis remaja atau *psychological Well-being*, untuk meminimalisir terjadinya berbagai kenakalan remaja.

Berdasarkan penelitian dengan judul “Hubungan Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis Siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang” oleh Rusda dan Dinie (2017) menunjukkan adanya hubungan positif antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis. 57,2% penelitian tersebut menunjukkan kecukupan dengan kesejahteraan mental dan masih melambung tinggi dengan berbagai variabel yang dapat mempengaruhi kesejahteraan mental. Sedangkan, dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Harpan, A (2015) terhadap siswa-siswi Sekolah Menengah Umum Negeri 1 Sleman berjudul Peran religiusitas dan optimisme untuk kesejahteraan mental pada Remaja. Dari penelitian ini terungkap bahwa tidak ada peran religiusitas pada kesejahteraan mental atau kesejahteraan mental. Dari penelitian tersebut dinyatakan tidak terdapat peran religiusitas terhadap *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis. Maka, berdasarkan dua penelitian diatas, terdapat perbedaan pada hasilnya. Di SMP Muhammadiyah 7 Semarang bahwa religiusitas memiliki hubungan dengan *psychological well-being*. Sedangkan di SMUN 1 Sleman, tidak ada peran

religiusitas terhadap *psychological well-being* sehingga tidak terdapat korelasinya.

Berdasarkan hasil observasi pada siswa kelas XII SMKN 1 Sragen yang dilakukan pada 28 Mei sampai dengan 13 Juni 2025 didapati SMKN 1 Sragen memiliki berbagai program kegiatan religi seperti kajian rutin, sholat berjamaah di kelas, jumat religi bagi yang muslim maupun non-muslim, dan kegiatan momentum seperti pesantren kilat serta hari besar keagamaan lainnya. Adapun penyelenggara kegiatan tersebut adalah organisasi internal sekolah yang menjalankan berbagai program, contohnya program jumat religi dengan mengadakan kajian atau membaca kitab suci serta adanya kajian rutin setiap satu pekan sekali setelah sepulang sekolah.

Hasil observasi di atas dikuatkan dengan hasil interview awal dengan empat siswa kelas XII SMKN 1 Sragen dengan inisial FS, NTH, ANK, A serta satu guru BK berinisial D sebagai informan pendukung. Dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 13 Juni 2025, pemilihan informan dengan metode *snowball* atau meminta rekomendasi kepada informan untuk memilih informan selanjutnya dengan acak. Berdasarkan interview awal didapati tiga informan menjelaskan dirinya merasa cukup bahagia dengan kehidupannya terutama di sekolah, tercermin dengan cara informan menjawab pertanyaan tentang penerimaan diri mereka menjawab bersyukur dengan kondisinya saat ini beserta segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki serta dapat fokus untuk mengembangkan diri. Akan tetapi ada satu informan yang masih merasa *insecure* dengan kondisinya saat ini, begitupun soal kemandirian disampaikan

belum sepenuhnya dapat mandiri dalam kehidupan sehari-hari. Semua informan menguatkan bahwa di SMKN 1 Sragen memiliki berbagai kegiatan religi.

Berdasarkan hasil observasi dan interview di atas dapat disimpulkan bahwa SMKN 1 Sragen merupakan sekolah dengan program religi yang cukup bervariasi untuk menunjang religiusitas siswanya. Kemudian dari empat informan dalam interview awal secara persentase didapati 75% menyatakan dirinya cukup sejahtera secara psikologis sementara 25% lainnya belum sepenuhnya memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Sehingga dari hasil tersebut peneliti merasa perlu untuk melakukan penggalian informasi yang lebih mendalam dengan melakukan penelitian.

Religiusitas memiliki kekuatan untuk mengarahkan tindakan individu yang akan memasuki fase remaja, maka religiusitas sangat penting bagi jiwa remaja. Sehingga nantinya remaja tidak melakukan tindakan yang menghambat atau merugikan orang lain ataupun diri sendiri, yang menyimpang dari standar dan cara pandang masyarakat (Sarwono, 2012). Berdasarkan data di atas maka penting untuk mengetahui bagaimana hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada siswa kelas XII SMKN 1 Sragen, supaya hasil penelitian ini dapat ditindaklanjuti sebagaimana mestinya.

1.2. Rumusan masalah

Apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada siswa kelas XII SMKN 1 Sragen?

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada siswa kelas XII SMKN 1 Sragen.

1.4. Manfaat

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan luaran berupa manfaat untuk kehidupan manusia. Adapun manfaat tersebut dapat peneliti rumuskan sebagai berikut:

1.4.1. Manfaat Teoritis

Adapun manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : Hasil penelitian ini diharapkan membawa wawasan pengetahuan dalam bidang psikologi positif dan psikologi pendidikan khususnya mengenai hubungan antara religiusitas terhadap *psychological well-being* pada siswa sekolah menengah keatas.

1.4.2. Manfaat Praktis

Selain manfaat teoritis dalam penelitian ini juga memiliki manfaat secara praktis bagi beberapa pihak diantaranya :

a. Bagi lembaga

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan dapat dijadikan wacana untuk menambah pengetahuan, khususnya tentang kebijakan pengembangan religiusitas siswa

SMKN 1 Sragen untuk menunjang *psychological well-being* dan mampu menekan angka kenakalan remaja serta manfaat baik lainnya secara tidak langsung dan jangka panjang.

b. Bagi orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan motivasi bagi orang tua untuk lebih memperhatikan kesejahteraan psikologis bagi anaknya.



1.5. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Nama, Judul, Instansi	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Rio Angga Syahputra, Hubungan antara Religiusitas dengan <i>Psycholpgical Well-being</i> pada Mahasiswa Anggota BEM Universitas Islam Riau Pekanbaru, Universitas Islam Riau Pekanbaru. (2020)	Kuantitatif	Berdasarkan hasil analisis data didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan <i>psycholpgical Well-being</i> pada mahasiswa anggota BEM Universitas Islam Riau Pekanbaru. Diperoleh harga Koefisien kolerasinya ($r = 0,458$ Dengan ($p = <0,000$) memberikan kontribusi sebesar 21% terhadap PWB. Artinya semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi juga PWB subjek.
2.	Hanna Herlina, Hubungan antara Religiusitas dengan <i>Psycholpgical Well-being</i> pada santri pondok pesantren Dar El Hikmah Pekanbaru. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. (2024).	Kuantitatif	Berdasarkan hasil analisis data Didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan <i>psycholpgical well-being</i> pada santri pondok pesantren Dar El Hikmah Pekanbaru. Diperoleh harga Koefisien kolerasinya ($F = 61.417$ dan $P = 0,000$) artinya semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi juga PWB subjek.
3.	Rista Putri Wihdati Rohmayati, Hubungan antara Religiusitas dengan <i>Psycholpgical Well-being</i> pada santri Madrasah Mu'llimat Roudlotul Thullab Paciran Lamongan. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. (2022).	Kuantitatif	Berdasarkan penelitian tersebut didapati hasil adanya hubungan positif antara religiusitas dengan <i>psychological Well-being</i> pada subjek yang diteliti.
4.	Waliyyatul 'Azma, Hubungan antara Religiusitas dengan <i>Psycholpgical Well-being</i> Santri P3TQ Al-Ishlah Semarang, Universitas Islam Sultan Agung Semarang. (2024).	Kuantitatif	Berdasarkan penelitian tersebut didapati hasil adanya hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan <i>psychological Well-being</i> pada subjek yang diteliti.
5.	Abang Harpan, Peran Religiusitas dan Optimisme Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja. (2015).	Kuantitatif	Berdasarkan penelitian tersebut tidak ada peran langsung religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis.

Persamaan dari penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan penulis lakukan adalah :

1. Persamaan variabel religiusitas
2. Persamaan variabel *pshycological Well-being*
3. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif

Perbedaan dari penelitian yang dilakukan sebelumnya dengan penelitian yang akan penulis lakukan adalah:

1. Lokasi penelitian yang berbeda
2. Sampel penelitian yang berbeda
3. Subjek penelitian
4. Usia dari subjek penelitian

