

Religiusitas, Penyesuaian Diri dan Subjektive Well Being

Nurul Muzakkiyah

Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Suharnan

prof_suharnan@yahoo.com
Fakultas Psikologi
Universitas Darul Ulum Jombang

Abstract. *The purpose of this study to examine the relationship between religiosity and conformity with subjective well being in jamaan Muslim Al Hidayah Surabaya. The subjects were 70 members of the congregation Al Hidayah Surabaya at the age of 50-60 years. Data obtained from the religiosity scale, adjustment and subjective well being tested using statistical regression. The results showed that there is a relationship between religiosity, adjustments with subjective well being in jamaan Al Hidayah Surabaya with the value $F = 71.848$ and $P = 0.000$ ($p < 0.01$). The results of the partial correlation between religiosity and subjective well being shows $F = 0.808$ and $p = 0.000$ ($p < 0.01$) and the partial correlation between adjustments with subjective well being shows $F = 0.815$ and $p = 0.000$ ($p < 0.01$).*

Keywords : *Religiosity, Adjustment, Subjective well being*

Intisari. Tujuan penelitian ini untuk menguji hubungan antara religiusitas dan penyesuaian diri dengan subjective well being pada jamaan muslim Al Hidayah Surabaya. Subjek penelitian adalah 70 orang anggota jamaah Al Hidayah Surabaya dengan usia 50-60 tahun. Data yang didapatkan dari skala religiusitas, penyesuaian diri dan subjective well being diuji dengan menggunakan statistic regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara religiusitas, penyesuaian diri dengan subjective well being pada jamaan Al Hidayah Surabaya dengan nilai $F=71,848$ dan $P = 0,000$ ($p<0,01$). Hasil korelasi parsial antara religiusitas dan subjective well being menunjukkan $F= 0,808$ dan $p = 0,000$ ($p< 0,01$) dan korelasi parsial antara penyesuaian diri dengan subjective well being menunjukkan $F = 0,815$ dan $p =0,000$ ($p<0,01$).

Kata kunci : Religiusitas, Penyesuaian Diri dan *Subjektive well Being*

PENDAHULUAN

Masa dewasa madya merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa dewasa madya merupakan masa perubahan dari masa dewasa ke masa dewasa madya yang meliputi perubahan penampilan fisik yang dikarenakan penuaan, kesepian yang disebabkan oleh kehilangan pasangan hidup dan anak-anak yang sudah berkeluarga. Selain itu pekerjaan yang sudah purna jabatan yang

sangat dimungkinkan pendapatan sudah tidak lagi diperoleh seperti saat masa muda.

Pada masa ini pula sudah bisa dipastikan bahwa tugas perkembangan di masa dewasa madya ada peralihan. Menurut Hurlock (dalam Syakdiyah, www.academia.edu/6502200/masadewasa_madya diakses pada tanggal 18 Desember 2014) sebagian tugas perkembangan pada masa dewasa madya lebih banyak berkaitan dengan: a) tugas-tugas yang berkaitan dengan perubahan fisik, b) tugas-tugas yang berkaitan dengan minat, c) tugas-

tugas yang berkaitan dengan penyesuaian keruan, d) tugas-tugas yang berkaitan dengan kehidupan keluarga. Selain itu, Sikap yang menentang pemantapan hubungan yang baik dengan pasangan hidupnya juga akan mengalami perubahan.

Menurut Monks, Knoers dan Heditono (2005) dan Hurlock (2005) bahwa usia dewasa madya merupakan masa yang sulit dalam rentang kehidupan seseorang, dan seberapa besar usaha seseorang untuk menyesuaikan diri, hasilnya akan tergantung pada dasar-dasar yang ditanamkan pada awal kehidupan seseorang tersebut, terutama harapan yang sesuai dengan peran yang diterima masyarakat. Dalam arti yang cukup kompleks, *adjustment* (penyesuaian diri) juga terkait dengan penyesuaian terhadap minat-minat sosial dan keberagamaan, terutama pada fase akhir dewasa madya. Hurlock (2005) dan Papalia dan Old's (2001) menjelaskan bahwa minat keberagamaan memiliki fungsi menjaga stabilitas psikologis sebagai bagian dari proses penurunan aktivitas sosial dan pencapaian prestasi, dan agama dipandang sebagai salah satu *coping emotional* yang efektif menurunkan stres dan ketidakbahagiaan. Kondisi tersebut menurut Papalia dan Old's (2001), pada usia akhir dewasa madya adalah penyesuaian secara radikal terhadap peran dan pola hidup yang berubah, khususnya bila disertai dengan berbagai perubahan fisik, serta sejumlah penyesuaian yang harus dilakukan di rumah, pekerjaan dan berbagai aspek sosial kehidupan seseorang maka fase ini sangat rentan dengan masalah gangguan kesehatan mental.

Hasil penelitian Oswald (2002); Barkan and Greenwood (2003), dan Qiang (2005), menyimpulkan bahwa pada akhir dewasa madya seseorang memiliki kecenderungan persoalan yang khas, seperti pekerjaan yang muncul sangat mungkin telah terselesaikan oleh mereka dalam mencapai pensiun, tetapi dalam situasi-situasi yang menuntut usia dewasa madya mencapai status memadai dalam jabatan, banyak diantara dewasa madya (khususnya pria) merasa tidak puas dalam pekerjaannya, masalah berkaitan dengan pola keluarga ada beberapa faktor yang menyulitkan seseorang dewasa madya dalam mengadakan

adjustment (penyesuaian diri). Kondisi tersebut menurut Erikson (1992) dikenali sebagai kondisi *despair*, atau adanya hambatan dalam pencapaian makna hidup yang *integrated*, menurut Fromm (2002), May (1999), dan McCullough and Willoughby (2009), dipandang sebagai akibat perilaku hedonis, pencapaian aktualisasi yang berorientasi ke luar diri sehingga mempengaruhi pencapaian kebermaknaan hidup (*quality in life review*), kepuasan (*life satisfaction*) dan kebahagiaan (*subjective well being*).

Menurut Winkelmann (2006), Wrosch, Amir, and Miller (2011), serta Scherer and Frisina (2008), kebahagiaan dapat dicapai apabila seseorang memiliki harga diri (*self esteem*), *sense of perceived control*, kepribadian, optimisme, pemahaman tentang makna dan tujuan hidup, neurotisme yang rendah, dan pengaruh masyarakat dan budaya, dan proses kognitif. Amir, and Miller (2011), menegaskan bahwa pemahaman tentang makna dan tujuan hidup, dan neurotisme terkait dengan kehidupan keberagamaan seseorang. Salah satu kegiatan keagamaan yang dilakukan oleh ibu-ibu yang berusia antara 50-60 tahun dalam lingkungan masyarakat adalah majlis taklim dimana didalamnya terdapat transfer ilmu pengetahuan (agama).

Majlis taklim merupakan pendidikan yang diselenggarakan untuk mengembangkan sikap dan kepribadian, maka majlis taklim sebagai bagian pendidikan Islam yang berorientasi pada internalisasi etika/moralitas sosial yang bersifat Islami yang bermuara pada mendidik peserta didiknya untuk berperilaku dengan nilai-nilai akhlak Islam dan mendidik anggotanya untuk mempelajari ajaran Islam atau pengetahuan agama Islam. Hal tersebut menunjukkan, bahwa majlis taklim sangat terkait dengan peran Islam sebagai agama. Dalam majlis taklim terdapat upaya peningkatan potensi spiritual dan membentuk anggotanya agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT. dan berakhlak mulia. Tujuan majlis taklim tersebut untuk mewujudkan manusia yang bertakwa kepada Allah SWT dan berakhlak mulia, serta bertujuan untuk menghasilkan manusia yang jujur, adil, berbudi pekerti, etis, saling

menghargai, disiplin, harmonis dan produktif, baik personal maupun sosial.

Dalam majlis taklim terdapat nilai-nilai keagamaan yang merupakan bagian terpenting dari agama. Menurut Nur Cholis Madjid (dalam Saifudin, 2008) nilai-nilai keagamaan dibagi menjadi dua, yaitu: nilai-nilai keagamaan yang menyangkut aspek ketuhanan dan nilai-nilai agama yang mencakup nilai kemanusiaan. Nilai-nilai ketuhanan lebih bersifat penanaman rasa takwa kepada Allah, sedangkan nilai kemanusiaan lebih menekankan pada pengembangan rasa kemanusiaan kepada sesama (dimensi kemanusiaan).

Hal-hal yang dijabarkan diatas adalah suatu nilai yang didapatkan tatkala seseorang menjadi anggota majlis taklim yang mana akan menumbuhkan rasa keagamaan yang tinggi dan menumbuhkan ketentraman dalam hati dan kebahagiaan dalam kehidupannya. Berdasarkan Penelitian lainnya, yang dilakukan Oswald (2002) tentang *subjective wellbeing* yang mengambil subjek penghuni rumah susun di Surabaya menyimpulkan bahwa faktor yang berperan cukup besar dalam membangun SWB selain *crowd* adalah masalah ketakutan (kecemasan) menghadapi kematian karena masalah prosesi dan pemakaman, serta kesehatan yang berkaitan dengan kecepatan mobilisasi pada penghuni rumah susun. Selain itu, tesis dari Syaiful Hida (2013) yang membahas Hubungan antara religisitas dengan *subjective well being* melalui kemampuan penyesuaian diri dari kalangan perguruan tinggi. Hasil penelitian ini menerangkan bahwa orang yang memiliki *subjective well being* yang lebih tinggi berada dalam kondisi keuangan yang baik dan cenderung berada dalam kesehatan yang baik pula. Sedangkan variabel agama perlu dimoderasi oleh faktor-faktor seperti harga diri dan optimism untuk mencapai kondisi *subjective well being*

Berkaitan dengan permasalahan beserta beberapa penelitian sebelumnya tentang religisitas dan *subjective well being*, ataupun *adjustment* dengan *subjective well being*, yang membedakan penelitian ini dengan penelitian tersebut adalah pendekatan analisis pada metode penelitian. Penelitian sebelumnya

menggunakan pendekatan yaitu digunakan korelasi langsung dan tidak langsung yaitu menempatkan variabel penyesuaian diri (*adjustment*) sebagai variabel moderasi. sehingga topik yang diajukan adalah “hubungan antara religisitas dengan *subjective well being* melalui kemampuan penyesuaian diri”. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional yang menghubungkan langsung antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Subjektive Well Being

Konsep teori *well-being* dapat diketahui sebagaimana beberapa kajian teori, yaitu: *Cognitive theories of well-being*, yaitu gagasan bahwa bagaimana seorang individu melihat, mempersepsikan dan memikirkan berbagai hal tentang dunia telah menentukan tingkat SWB seseorang. Banyak hal ditawarkan untuk menjadi panduan pengaturan suasana hati dan emosi individu. contohnya tradisi-tradisi filosofis dan religius, nasehat-nasehat untuk berpikir konstruktif, dan sebagainya (Diener, dalam Joshi, 2010). Dalam *areasubjective well being*, individu dapat menepiskan atau memperkuat emosinya melalui apa yang dipikirkannya. Hal tersebut menuntun pada pengalaman merasakan intensitas emosi yang lebih kuat atau sebaliknya lebih lemah, tergantung kehendak individu tersebut dalam berpikir

Context theories of well-being, dikemukakan oleh Winkelmann (2006), menyatakan bahwa SWB lahir disebabkan atas timbulnya rasa kepuasan atas kebutuhan kebutuhan universal manusia. Sebaliknya, *context theories* menurut Qiang, Li (2005), menekankan bahwa faktor yang mempengaruhi SWB sangat bervariasi tergantung waktu dan karakteristik kejadian hidup yang dialami. *Context theories* yang dikemukakan Diener, Suh & Oishi, (1997) juga menekankan bahwa baik buruknya label suatu pengamat hidup didasarkan pemikiran atas keadaan hidup tersebut. Beberapa hal lain yang dapat mempengaruhi SWB antara lain cita-cita individu, situasi alternatif imajinatif, tujuan hidup dan sebagainya.

Schwartz & Strack (dalam Diener, Oishi & Lucas, 2003), mendefinisikan, *subjective well-being can be simply defined as the individual's current evaluation of her happiness. Such an evaluation is often expressed in affective terms; when asked about subjective well-being, participants will often say, "I feel good". Subjective well-being is thus, at least in part, a proxy for a global affective evaluation* atau dapat dikatakan bahwa *Subjective Well-being* adalah suatu keadaan seorang individu mempersepsi dan mengevaluasi segala hal yang terjadi didalam kehidupan mereka, baik evaluasi kognitif maupun evaluasi afektif (Diener, 2000).

Berdasarkan beberapa definisi tentang *subjective well being* maka dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* merupakan suatu keadaan dimana seorang mempersepsi dan mengevaluasi segala hal yang terjadi di dalam kehidupan mereka, baik evaluasi secara kognitif maupun afektif dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.

Kemudian dalam penelitian ini indikator yang akan dijadikan pengukuran SWB mengacu pada konsep Diener, Suh & Oishi (1997), menyatakan bahwa *subjective well-being* terdiri atas tiga buah komponen umum. Ketiga komponen tersebut merupakan faktor global dari variabel-variabel yang saling berinterelasi, yaitu: (a) afek positif (*pleasant affect*). Afek positif merupakan afek yang meliputi emosi positif yang dialami oleh setiap individu dalam menjalani kehidupannya. Afek ini dapat terdiri atas emosi-emosi spesifik seperti sukacita, kasih sayang, harga diri dan sebagainya; (b) afek negatif (*unpleasant affect*). Sementara afek negatif merupakan afek yang meliputi emosi negatif yang dialami oleh setiap individu dalam menjalani kehidupannya. Afek ini terdiri atas emosi-emosi spesifik seperti rasa malu, rasa bersalah, kesedihan, kemarahan, kecemasan, dan sebagainya; dan (c) kepuasan hidup (*life satisfaction*). Kepuasan hidup merupakan kepuasan atas berbagai area kehidupan. Area kehidupan antara lain area rekreasi, cinta, pernikahan, persahabatan, kekeluargaan dan sebagainya.

Penyesuaian Diri

Grasha & Kirschenbaum (1980), menjelaskan "*adjustment is concerned with making our current abilities to the demands of living*" atau penyesuaian diri berkaitan dengan kemampuan memenuhi tuntutan hidup atau lingkungan sosial. Menurut Lazarus (1976), bahwa *adjustment consists of the psychological processes by means of which the individual manages or copes with various demands or pressures*, artinya Penyesuaian diri adalah proses psikologis dimana individu mengatur atau mengatasi berbagai tuntutan atau tekanan dari lingkungan sekitarnya.

Schneiders (dalam Semiun, 2005), menyatakan bahwa penyesuaian diri di sini akan mengungkapkan seluruh kemampuan individu untuk mengatasi lingkungan secara efektif, di dalam lingkungan masyarakat yang penuh dengan aturan, individu harus bisa memelihara individualitas, pada saat yang sama harus pula bisa mencocokkan diri dengan lingkungan masyarakat. Berdasarkan deskripsi teori di atas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan seseorang untuk mengenali diri dan melakukan evaluasi diri berkaitan dengan aktivitas di lingkungannya secara objektif dan mampu mengembangkan potensi diri berdasarkan evaluasi diri yang dilakukan serta mampu membina hubungan dengan lingkungan.

Berdasarkan penjabaran di atas maka yang akan dijadikan acuan dalam skala penyesuaian diri adalah yang dikemukakan oleh Schneiders (1964) bahwa kriteria penyesuaian diri meliputi: (a) *self knowledge – self insight*, yaitu usaha mengatasi konflik dan frustrasi, dan berusaha secara efektif mengatasi masalah dalam berbagai situasi dengan memahami kemampuan dan keterbatasan diri sendiri. *Self insight*, berarti sebuah kesadaran dan perspektif mengenai salah satu dasar motivasi, pengaruh motivasi ke dalam pikiran dan tingkah laku, keadaan diri, dan fungsi pribadi yang aneh, mekanisme dan kebiasaan, (b) *self objectivity – self acceptance*. *Self objectivity*, yakni kemampuan untuk berperilaku dan berpikir yang didasarkan atas pengetahuan obyektif dan *self acceptance* didasarkan atas pengetahuan yang objektif atau

menerima diri secara positif serta dapat menghargai diri sendiri secara lebih positif, (c) *self control – self development* adalah kemampuan untuk mengarahkan dan meregulasi impuls, pemikiran, kebiasaan, emosi, sikap dan tingkah laku untuk mengatasi ketegangan dan masalah yang dihadapinya serta pengembangan kepribadiannya pada tujuan yang matang. *Self-control* adalah dasar dari *self-development*, yang berarti setahap demi setahap dan berkelanjutan tumbuh dari kepribadian terhadap tujuan dari kematangan dan prestasi pribadi, dan (d) *good interpersonal relationship*, yaitu kemampuan untuk menunjukkan hubungan interpersonal yang baik dengan kasih sayang, altruisme, ramah, menghargai hak, pendapat dan perbedaan dengan orang lain yang pada dasarnya berbeda dengan dirinya sendiri.

Religiusitas

Woodworth (2000), menyebutkan bahwa religi adalah sistem keagamaan dan kepercayaan seseorang. Religi diikuti dengan ritualitas secara kontinyu mengikuti aturan-aturan yang sudah di tetapkan melalui kitab atau ajaran yang diyakini. Lebih lanjut dijelaskan bahwa religiusitas merupakan meta kebutuhan yang menjadi dorongan (*drive*) yang diperlukan manusia demi timbulnya suatu keseimbangan perilaku yang bersifat imaterial, yaitu keagamaan.

Menurut Djarir (2004) religiusitas adalah suatu kesatuan unsur yang komprehensif, yang menjadikan individu disebut sebagai individu beragama (*being religious*), dan bukan sekedar mengaku memiliki agama (*having religion*). Mangunwijaya (1991) yang berlatar belakang seorang sastrawan mengistilahkan bahwa religi (agama) berbeda dengan religiusitas, agama menunjuk pada aspek formal, yang berkaitan dengan aturan dan kewajiban sedangkan religiusitas menunjuk pada aspek religi yang telah dihayati oleh individu di dalam hati dan diamalkan dalam perbuatannya. Sejalan dengan hal itu, Dister (1998) mengartikan religiusitas sebagai keberagamaan berarti adanya unsur internalisasi agama di dalam diri individu.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dikemukakan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa religiusitas merupakan suatu motivasi yang mengarah pada keterikatan (internalisasi) individu terhadap sesuatu aktivitas keyakinan melalui norma-norma atau agama yang dipercayainya secara konsisten antara pikiran, perasaan dan perilakunya. Berdasarkan uraian diatas, dijelaskan bahwa religiusitas merupakan satu kesatuan yang utuh dari seluruh aspek kehidupan, bukanlah sesuatu yang tunggal. Dalam religiusitas terkandung unsur-unsur praktik peribadatan, keyakinan, pengetahuan tentang agama, pengalaman individual. Dimensi religiusitas menekankan pada bagaimana agama dihayati dan dipraktikan oleh penganutnya.

Di dalam penelitian ini dimensi religiusitas yang digunakan lebih menekankan pada teori menurut Glock dan Stark (dalam Robertson, 1988, h. 295-297), yaitu *Ritual Involvement* (dimensi praktik peribadatan atau agama) *Ideological Involvement* (dimensi keyakinan), *Intellectual Involvement* (dimensi pengetahuan agama), *Experience Involvement* (dimensi pengalaman), dan *Consequential Involvement* (dimensi pengalaman ajaran agama dalam tindakan nyata). Hal ini dikarenakan dimensi-dimensi tersebut dinilai dapat mewakili dimensi-dimensi religiusitas yang telah dikemukakan oleh fidelis. Selanjutnya dimensi-dimensi religiusitas tersebut akan digunakan oleh peneliti sebagai dasar teoritik.

HIPOTESIS

Berdasarkan kerangka berpikir dan kajian pustaka yang telah dikemukakan, serta permasalahan yang dipaparkan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

- a) Ada hubungan antara *religiusitas* dan *adjustment* dengan *subjectivewellbeing* pada anggota majlis taklim Al Hidayah yang berusia antara 50-60 tahun.
- b) Ada hubungan *religiusitas* dengan *subjective well being* pada anggota majlis taklim Al Hidayah yang berusia antara 50-60 tahun.

- c) Ada hubungan *adjustment* dengan *subjective well being* pada anggota majlis taklim Al Hidayah yang berusia antara 50-60 tahun.

METODE

Pada penelitian ini masalah populasi merupakan hal yang perlu diperhatikan terutama dalam menentukan sifat-sifat yang ada di dalam populasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua anggota Majelis Taklim Al Hidayah yang berusia antara 50-60 tahun.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *incidental sampling*, teknik *incidental sampling* adalah teknik pengambilan subyek yang ditemui oleh peneliti di lokasi penelitian secara kebetulan dan diberi skala untuk diisi (Hadi, 1996). Jumlah sampel dalam penelitian ini mengambil sebanyak 110 subyek. Kemudian dibagi menjadi dua tahap. Tahap pertama pengambilan 40 subyek untuk diambil uji coba. Tahap kedua pengambilan 70 subyek untuk diambil datanya dengan teknik pemilihan sampel menggunakan *quota incidental sampling*. Instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengungkap aspek yang ingin diteliti dalam suatu penelitian. Penelitian ini menggunakan skala religiusitas, skala penyesuaian diri, dan skala *subjective well being*. Hasil uji reliabilitas pada skala religiusitas diperoleh nilai sebesar 0,960 alat ukur dinyatakan reliabel (andal), hasil uji reliabilitas pada skala penyesuaian diri diperoleh nilai 0,891, dan hasil uji reliabilitas pada skala *subjective well being* diperoleh nilai sebesar 0,874.

HASIL

Hasil uji korelasi secara simultan untuk menjawab hipotesis yang menyatakan ada korelasi antara religiusitas dan *adjustment* dengan *subjective well being* diperoleh nilai $F = 71,848$ dengan nilai probabilitas sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara religiusitas dan *adjustment* dengan *subjective well being*.

Hasil uji korelasi parsial yang menyatakan bahwa ada korelasi antara religiusitas dengan *subjective well being* diperoleh nilai $F = 0,808$ dengan nilai probabilitas kurang dari 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini berarti bahwa ada hubungan positif yang signifikan religiusitas dengan *subjective well being* yang berarti semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi *subjective well being* pada anggota majlis taklim Al-Hidayah sehingga hipotesis ini **diterima**.

Hasil uji korelasi bahwa pada variabel *adjustment* dengan *subjective well being* diperoleh nilai $F = 0,815$ dengan nilai probabilitas sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini berarti ada hubungan positif yang signifikan antara *adjustment* dengan *subjective well being* yang berarti bahwa semakin tinggi *adjustment* maka semakin tinggi *subjective well being* pada anggota majlis taklim Al-Hidayah sehingga hipotesis ini **diterima**.

Hasil koefisien determinasi parsial pada variabel religiusitas dan *adjustment* diperoleh nilai sebesar 0,682 yang berarti religiusitas dan *adjustment* berpengaruh sebesar 68,2% dengan *subjective well being* pada anggota majlis taklim Al-Hidayah, yang kemudian berarti sisanya (31,8%) *subjective well being* pada anggota majlis taklim Al-Hidayah dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak menjadi fokus dalam penelitian ini.

PEMBAHASAN

Hasil uji korelasi secara uji simultan yang menyatakan ada korelasi antara religiusitas dan *adjustment* (penyesuaian diri) dengan *subjective well being* diperoleh nilai $F = 71,848$ dengan nilai probabilitas sebesar $0,000$ ($p < 0,01$), yang berarti bahwa hipotesis yang diajukan terbukti. Diterimanya hipotesis ini sesuai dengan hasil penelitian Diener, Oishi, and Lucas (2003), dan Schmidt and Welsh (2010), yang menyebutkan bahwa religiusitas dengan segala aspek di dalamnya secara konsisten mampu membantu seseorang meningkatkan *adjustment* (penyesuaian diri) sehingga mencapai kondisi *subjective well being*. Hasil penelitian Mc.Culbough dan Willoughby (2009) menyimpulkan bahwa religiusitas secara tidak langsung mempengaruhi *subjective well being*, yang artinya terdapat variabel lain yang memediasi religiusitas dengan *subjective well being*, salah satunya adalah *adjustment* (penyesuaian diri).

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini dan kesesuaian dengan penelitian sebelumnya dapat menegaskan bahwa semakin tinggi *adjustment* (penyesuaian diri) seseorang dalam menyesuaikan dirinya maka akan semakin tinggi pula *subjective well being* yang dialaminya, terutama *adjustment* (penyesuaian diri) yang terkait dengan kehidupan religiusitas seseorang. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien determinasi sebesar $0,808$ yang berarti bahwa religiusitas dengan *subjective well being* mampu memberikan kontribusi terhadap *subjective well being* sebesar $80,8\%$.

Hasil uji korelasi hipotesis minor antara *adjustment* (penyesuaian diri) dengan *subjective well being* memiliki nilai $r = 0,815$ dengan nilai probabilitas sebesar $0,000$ ($p < 0,01$) yang berarti bahwa hipotesis yang menyatakan *adjustment* (penyesuaian diri) memiliki korelasi dengan *subjective well being* terbukti. Schneiders (dalam Papalia dan Old's, 2001; Schmidt dan Welsh, 2010; serta Wrosch dan Miller, 2011) menjelaskan bahwa *adjustment* (penyesuaian diri) merupakan proses yang meliputi respon mental dan perilaku yang merupakan usaha individu untuk mengatasi dan menguasai kebutuhan dalam dirinya, ketegangan, frustrasi, dan konflik-konflik agar

terdapat keselarasan antara tuntutan atau harapan dari lingkungan di tempat tinggalnya.

Di samping itu, hasil korelasi antara *adjustment* (penyesuaian diri) dengan *subjective well being* diperoleh nilai $r = 0,815$ menunjukkan bahwa *adjustment* (kemampuan penyesuaian diri) seseorang mampu memberikan kontribusi terhadap pencapaian *subjective well being* sebesar $8,15\%$, sehingga dapat dikatakan bahwa selain faktor *adjustment* (penyesuaian diri) masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi *subjective well being*. Menurut Diener, et.al, (1997); Diener, Oishi, dan Lucas (2003), Joshi dan Bindu (2009), menyebutkan beberapa faktor yang relatif memiliki pengaruh kuat terhadap *subjective well being*, yaitu (a) tempramen yang didalamnya memiliki sifat-sifat kepribadian khusus dan faktor ini dapat dijadikan sebagai unit prediktor tingkat *subjective well being* seseorang, kemudian, (b) faktor biososial atau demografik, (c) faktor psikososial, dan (d) faktor budaya, bahwa konstruksi budaya tempat tinggal individu mempengaruhi cukup signifikan dalam membentuk pola pikir (*mind set*).

Hasil pengajuan hipotesis minor yang menunjukkan adanya korelasi antara religiusitas dengan *subjective well being* selain sebagai variabel yang harus dimediasi oleh variabel *adjustment* (penyesuaian diri). Adanya korelasi tersebut tidak bertentangan dengan banyak penelitian, seperti penelitian Barkan dan Green Wood (2003); Chang (2009); serta Wrosch, Ammer, and Miller (2011), yang menyimpulkan bahwa religiusitas memiliki keterkaitan erat dengan *subjective well being*. Namun demikian, hasil penelitian Colon-Boco (2010), justru menjelaskan bahwa religiusitas tidak dapat berdirisendiri sepenuhnya sebagai prediktor untuk mengukur *subjective well being*, karena memerlukan variabel demografis dan intensitas religius yang terukur sebagai moderasinya. Penelitian tersebut mengacu pada penelitian Barkan dan Greenwood (dalam Colón-Bacó, 2010), menjelaskan bahwa intensitas religius akan terukur melalui enam indikator, yaitu frekuensi doa, kehadiran dalam layanan keagamaan, interaksisosial dengan

teman, keluarga, dan tetangga, dan peristiwa kehidupan traumatis. Selain indikator tersebut variabel religiusitas dikendalikan oleh beberapa faktor sosio-demografis yang telah terbukti untuk mempengaruhi *subjective well being*. Penelitian Graham et.al., (dalam Chang, 2009) juga menilai hubungan terbalik antara *subjective well being* dan pendapatan serta kesehatan dengan menguji efek kebahagiaan pada pendapatan, kesehatan, dan faktor lainnya. Hasilnya menunjukkan bahwa orang memiliki *subjective well being* yang lebih tinggi berada dalam kondisi ekonomi keuangan yang baik, dan cenderung berada dalam kesehatan yang lebih baik, sedangkan variabel agama perlu dimoderasi oleh faktor-faktor seperti harga diri dan optimisme untuk menghubungkan dengan pencapaian kondisi *subjective well being*.

KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan penelitian, melalui analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa religiusitas dan *adjustment* (penyesuaian diri) memiliki keterkaitan dengan *subjective well being* pada usia akhir dewasa madya. Keterkaitan ini menunjukkan bahwa kehidupan

religi seseorang akan mengarahkan seseorang pada pengembangan kemampuan penyesuaian dirinya, sehingga dapat tercapai kondisi *subjective well being*.

Religiusitas dengan *subjective wellbeing* memiliki korelasi positif, atau dapat dikatakan kuat, yang berarti semakin tinggi *religiusitas* maka semakin tinggi *subjective wellbeing* pada anggota majlis taklim Al-Hidayah dengan disertai *adjustment* (penyesuaian diri) seseorang dapat meningkatkan *subjective wellbeing*.

Adjustment (penyesuaian diri) dengan *subjective wellbeing* memiliki korelasi yang positif, artinya semakin tinggi *adjustment* (penyesuaian diri) seseorang maka akan semakin tinggi pula *subjective well being* yang dapat dicapai di akhir usia dewasa madya. Namun demikian sumbangan *adjustment* (kemampuan penyesuaian diri) dalam penelitian yang mengambil subjek dari anggota majlis taklim Al-Hidayah ini masih tergolong rendah meskipun sebagian subjek ada yang memiliki *subjective well being* tergolong tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Ghazali, I. (2005). *Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro.
- Barkan, Steven E., and Greenwood, Susan F. (2003). Religious Attendance and Subjective Well-Being among Older Americans: Evidence from the General Social Survey. *Review of Religious Research*. Vol. 45., p: 116-29
- Chang, When Chun (2009). Religious Attendance and subjective Well-being in an Eastern-Culture Country: Empirical Evidence from Taiwan. *Marburg Journal of Religion*: Volume 14, No. 1
- Chapter II pdf.object. diambil dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/30274/4/Chapter%20II.pdf>) diakses pada tanggal 18 Desember 2014.
- Colón-Bacó, E (2010). The Strength of Religious Beliefs is Important for Subjective Well-Being. *Undergraduate Economic Review*. Vol. 6: Iss. 1, Article 11.
- David, Fontana. (2003). *Psychology, Religion, and Spirituality*. Oxford: The British Psychological Society and Blackwell Publishing Ltd.
- Diener E, Scollon CN, Oishi S, Dzokoto V, and Suh, M. (1997). Recent Findings

- on Subjective Well-Being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, Vol. 1., p:159–76
- Diener, E and Chan, M (2010). Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity. *Health Benefits of Happiness Journal of Personality*, Vol. 71, pg: 1-50
- Diener, ED, and Clifton. Don., (2002). Life Satisfaction and Religiosity in Broad Probability Samples. *Journal of Psychological Inquiry*, Vol. 13, p: 206-09.
- Diener, ED., Oishi, S., and Lucas, RE. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Revision Psychological Journal*. Vol. 54; page: 403–25
- Djarir, I. (2005). Erosi Moral dan Pemahaman Kembali Agama. Diambil pada tanggal 14 Februari 2013. http://www.suara_merdeka.com/harian/0406/18/op14.htm.
- Ellison, Christopher G. (1991). Religious Involvement and Subjective Well-Being. *Journal of Health and Social Behavior*. Vol. 32; page: 80-99.
- Erikson. H.E. (1992). *Siklus Hidup Manusia dan Krisis Identitas*. Cetakan kedua. (Alih bahasa : Suparmanto, T).Jakarta : Penerbit PT. Gramedia.
- Grasha, A.F & Kirschenbaum, D.S. (1980). *Psychology of Adjustment and Competence*. Cambridge, Massachusetts : Winthrop publisher, Inc
- Heaven, P. C. L., & Ciarrochi, J. (2007). Personality and religious values among adolescents: A three-wave longitudinal analysis. *British Journal of Psychology*, Vol. 98, p:681–694.
- Hida, Syaiful. 2013. *Hubungan antara Perilaku Keagamaan dengan Subjective Well Being Melalui Kemampuan Penyesuaian Diri*. Tesis. Untag. Surabaya.
- Hoorn, AV (2007). *A Short Introduction to Subjective Well-Being: Its Measurement, Correlates and Policy Uses*. Organized by the Bank of Italy, the Centre for Economic & International Studies (CEIS), the Joint Research Centre of the European Commission and the Organization for Economic Cooperation and Development (OECD). University of Rome 'or Vergata.
- Hurlock, B.E (2005). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Istiwidayanti dan Soejarwo, Pengalih bhs.). Jakarta: Erlangga.
- Joshi, U (2010). Subjective Well-Being by Gender. *Journal of Economics and Behavioral Studies*. Vol. 1, No. 1, pp. 20-26, Dec 2010.
- Joshi. LH., Singh, R and Bindu (2009). Psychological Distress, Coping and Subjective Wellbeing among Infertile Women. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. July 2009, Vol. 35, No. 2, 329-336.
- Kahneman, D and Krueger, AB (2006). Developments in the Measurement of Subjective Well-Being. *Journal of Economic Perspectives—Volume 20, Number 1—Winter 2006—Pages 3–24*
- Kashdan, TB (2004). *The Assessment of Subjective Well-Being (Issues Raised by the Oxford Happiness Questionnaire)*. University at Bualo, Department of Psychology, State University of New York: Park Hill

- Mangunwijaya, Y.B. (1991). *Menumbuhkan Sikap Religius Anak-Anak*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Markides, Kyriakos S. (1983). Aging, Religiosity, and Adjustment: A Longitudinal Analysis. *Journal of Gerontology*. Vol. 38., p: 621-25.
- McCullough, Michael E., and Willoughby, Brian L. B. (2009). Religion, Self-Regulation, and Self-Control: Associations, Explanations, and Implications. *Psychological Bulletin*. Vol. 135, No. 1, 69–93
- Mönks, E. J, Knoers, AMP, Haditono, S.R, (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya* (eds). Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Oswald (2002). *How Much do External Factors Affect Wellbeing? A Way to Use 'Happiness Economics' to Decide*. Artikel (Online) diakses dari www.warwick.ac.uk. Diterbitkan oleh London: Department of Economics, University of Warwick, Coventry, CV4 7AL.
- Qiang, Li (2005). Subjective Well-Being and Mortality in Chinese Oldest Old. *Working Paper*. WP.2005-11. April 2005. Rostock, Germany: Max Planck Institute for Demographic Research.
- Rinasti, Fernika. 2010. Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan *Subjective Well Being* pada Wanita Dewasa Madya. *Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma Jakarta*.
- Saifudin. 2008. *Pendidikan Majelis Ta'lim sebagai Upaya Mempertahankan Nilai-Nilai Keagamaan; (Studi di Majelis Ta'lim Raudhatut Thalibin Dusun Tempuran Kecamatan Singorojo Kabupaten Kendal)*. Skripsi. Fakultas Tarbiyah. Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Santrock, J.W. (2001). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Edisi 5, Jilid 1, alih bahasa, Juda Damanik & Ahmad Chusairi. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Scherer, MJ and Frisina, DR (2008). Characteristics Associated with Marginal Hearing Loss and Subjective Well-Being among a Sample of Older Adults. *Journal of Rehabilitation Research and Development*. Vol. 35 No. 4, Pages 420-426
- Schmidt, Christa K. and Welsh, Anne C. (2010). College Adjustment and Subjective Well-Being When Coping with a Family Member's Illness. *Journal of Counseling and Development*. Vol. 88, No. 4
- Schneiders, A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Semiun, Y. (2003). *Kesehatan Mental 1*. Cetakan Kedua. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Syakdiyah, Chalimatus. Peranan Majelis Taklim dalam Pembentukan Sikap Keadaan. Diambil dari http://www.academia.edu/6502200/masa_dewasa_madya. Diakses pada tanggal 18 Desember 2014.
- Widyasari. 2007. Hubungan antara *Subjective Well Being* dengan Religiusitas Individu Dewasa Madya. *Jurnal Psikologi*. Vol. 20, No. 2.
- Winkelmann, R (2006). *Unemployment, Social Capital, and Subjective Well-Being*. University of Zurich, Socioeconomic Institute Working Paper 0503. {Online} diakses dari pada tanggal 3 Februari 2007 melalui www.iza.org

Woodwoorth, M.R (2000). *Islam Jawa: Kesalehan Normatif Versus Kebatinan*. (Pengalih Bahasa : Salim, HS).Yogyakarta: LKiS

Wrosch C, Amir E, Miller GE. (2011). Goal Adjustment Capacities, Coping, and Subjective Well-Being: the Sample

Case of Caregiving for a Family Member with Mental Illness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2011 May;100(5):934-46.