

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Psychological Well-Being*

1. Definisi *Psychological Well-Being*

Menurut Ryff, *psychological well-being* adalah kondisi di mana seseorang tidak hanya bebas dari stres atau masalah mental, tetapi juga berada dalam keadaan mental yang sehat dan berfungsi secara optimal.¹ Istilah ini digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu yang tercapai melalui pemenuhan kriteria fungsi psikologis positif (*positive psychological functioning*).²

Ryff menyatakan bahwa *psychological well-being* adalah keadaan di mana individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri sendiri, membangun hubungan yang positif dengan orang-orang di sekitarnya, memiliki kemampuan untuk membuat keputusan secara mandiri, mampu mengelola lingkungan sekitar, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta merasa mampu melewati berbagai tahapan perkembangan dalam hidupnya.³

Menurut Snyder dan Lopez, *psychological well-being* adalah kondisi di mana individu tidak hanya bebas dari penderitaan, tetapi juga aktif terlibat dalam kehidupan, memahami makna dan tujuan hidupnya, serta

¹ Carol D. Ryff & Corey L M Kayes, The Structure of psychological well-Being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, (1995) 719-727.

² Desmita, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 2006)

³ Carol D. Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being", *Journal of American Psychological Association*, Vol. 56 (1989), 1069-1081

memiliki hubungan yang bermakna dengan orang lain atau hal-hal di sekitarnya.⁴ *Psychological well-being* juga diartikan oleh Car Allan yang mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah dorongan untuk menggali potensi diri individu secara keseluruhan.⁵

Psychological well-being adalah cerminan Kesehatan psikologis orang bersumber pada pemenuhan guna *positive psychology*. *Psychological well-being* kerap kali dimaknai dengan bagaimana seseorang bisa mengevaluasi dirinya sendiri.⁶

Berdasarkan berbagai pendapat yang telah disebutkan, dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* adalah kondisi di mana individu merasa positif terhadap segala aspek dalam dirinya, sehingga ia mampu membuat keputusan yang tepat untuk kehidupannya yang mendukung perkembangan pribadi dan masa depannya.

2. Dimensi *Psychological Well-Being*

Menurut Carol Ryff, *psychological well-being* terdiri dari enam dimensi utama.⁷ Berikut adalah penjelasan singkat tentang setiap dimensi dan indikator yang terkait:

a. Penerimaan diri (*Self-acceptance*)

Ryff menyatakan bahwa individu dengan tingkat *psychological well-being* yang tinggi memiliki kemampuan penerimaan diri yang baik, yang terlihat dari sikap positif terhadap dirinya sendiri. Mereka

⁴ Snyder & Lopez, Shane J, *Handbook of Positive Psychology* (New York: Oxford University Press, 2002)

⁵ Alan Carr, *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths* (New York: Brunner-Routledge, 2013)

⁶ Kartika Sari Dewi, *Buku Ajar Kesehatan Mental*, (Semarang: UPT UNDIP Press, 2012), 20

⁷ Carol D Ryff, "Happiness is ...," 107f

mampu mengakui dan menerima semua aspek dalam dirinya, baik yang positif maupun negatif, serta memiliki pandangan yang positif terhadap pengalaman masa lalu.⁸

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

Banyak teori yang menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang penuh kehangatan dan saling percaya dengan orang lain. *Psychological well-being* seseorang dianggap tinggi apabila ia mampu bersikap hangat dan penuh kepercayaan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki empati, keterbukaan, keintiman yang kuat, serta memahami dinamika pemberian dan penerimaan dalam suatu hubungan.⁹

c. Otonomi (*Autonomy*)

Merupakan kemampuan individu untuk membuat keputusan secara mandiri, mampu menanggapi tekanan sosial dengan berpikir dan bertindak sesuai dengan nilai-nilai pribadi, berperilaku sesuai dengan standar yang telah ditetapkan oleh diri sendiri, serta melakukan evaluasi diri berdasarkan kriteria pribadi.

d. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*)

Kemampuan untuk mengelola dan mengatur lingkungan sekitar, menyusun kontrol yang efektif terhadap aktivitas eksternal, memanfaatkan peluang yang ada dengan efisien, serta mampu

⁸ C. D Ryff, *Psychological Well-Being in Adult Life. Current Directions in Psychological Science*, vol. 4, (1995): 99-10

⁹ D. E Papalia, Old, S. W., Feldman, & R. D, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Salemba Humanika, (2001)

memilih dan menciptakan situasi yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai pribadi.

e. Tujuan hidup (*Purpose in life*)

Kesehatan mental yang mencakup keyakinan yang memberi individu rasa bahwa hidupnya memiliki arah dan makna. Individu yang berfungsi dengan baik memiliki tujuan, misi, dan pandangan hidup yang memberikan mereka perasaan bahwa kehidupan ini penuh makna.

f. Pertumbuhan pribadi (*Personal growth*)

Merupakan perasaan individu yang mampu melewati berbagai tahap perkembangan, terbuka terhadap pengalaman baru, menyadari potensi diri, dan berkomitmen untuk terus memperbaiki kualitas hidup secara berkesinambungan.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

Menurut Ryff dan Singer ada beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* yaitu:¹⁰

a. Faktor Demografis

1) Usia

Perbedaan usia dapat mempengaruhi dalam dimensi-dimensi *psychological well-being*. Ryff menemukan dimensi penguasaan lingkungan dan otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia. Sebaliknya, dimensi tujuan hidup dan

¹⁰ C. D Ryff & Singer, Burton H. Know Thyself and Becoming What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(2008) 13-39.

pengembangan pribadi semakin menurun seiring bertambahnya usia, terutama pada masa dewasa madya hingga masa lansia seseorang akan mempertimbangkan hal-hal di masa lalu dan tidak merasakan sensasi berkembang menuju masa depan. Sementara dimensi penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain tidak ada pengaruh yang signifikan pada setiap rentang usia tertentu.¹¹

2) Jenis kelamin

Terdapat perbedaan dalam *psychological well-being* antara laki-laki dan perempuan. Perempuan cenderung lebih unggul dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain dan pertumbuhan pribadi dibandingkan laki-laki. Namun, perempuan cenderung memiliki nilai yang lebih rendah dalam dimensi otonomi dibandingkan laki-laki.

3) Status sosial ekonomi

Ryff dan Singer menemukan bahwa *psychological well-being* cenderung lebih baik pada individu dengan pendidikan dan jabatan yang tinggi, terutama dalam dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Mereka yang memiliki status sosial ekonomi yang lebih tinggi biasanya menunjukkan kondisi psikologis yang lebih positif.

4) Budaya

¹¹ Putri Novitasari Apriyani, “Hubungan Dukungan Sosial dengan Psychological Well Being pada Mahasiswa Rantau di Tengah Pandemi Covid-19” *Jurnal Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*, (2020), 12.

Ryff dan Singer menyatakan bahwa adanya perbedaan kondisi kesejahteraan psikologis antara masyarakat dengan budaya individualisme dan dengan budaya kekeluargaan. Pada budaya barat yang menganut kemandirian dimensi penerimaan diri dan otonomi lebih terlihat. Sedangkan pada budaya timur yang menganut kekeluargaan dimensi hubungan positif dengan orang lain terlihat lebih tinggi.¹²

b. Dukungan Sosial

Dukungan Sosial dapat diberikan dalam berbagai bentuk, seperti bantuan finansial, nasihat, dukungan dari teman sebaya, dan lainnya. Bentuk dukungan ini dapat memberikan motivasi yang kuat bagi individu, yang pada gilirannya membantu menciptakan pola pikir yang lebih sehat dan positif. Oleh karena itu, dukungan sosial sangat penting untuk mendukung terciptanya *psychological well-being* yang baik bagi seseorang. Pemberian dukungan ini akan memiliki dampak psikologis yang lebih besar jika berasal dari hubungan yang dekat dan personal.¹³

c. Religiusitas

Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara ketiaatan beragama (*religiosity*) dan *psychological well-being*. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi cenderung memiliki tingkat *psychological well-*

¹² Irfan aulia syaiful dkk, konstruksi konsep kesejahteraan psikologi (*psychological well-being*) pada wirausahawan kecil menengah: sebuah studi kualitatif, *jurnal ilmiah psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*, vol 2 (2018) 35-36

¹³ Nila Zaimatus Septiana dan Shonia Rachma Dewi, “Psychological Well Being: Studi Kasus Pada Peserta Didik Yang Mengalami Burnout Di MAN 2 Kediri,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 10, no. 1 (2020): 30.

being yang lebih baik, serta lebih sedikit mengalami trauma. Individu yang memiliki religiusitas yang kuat biasanya menunjukkan sikap yang lebih positif, merasa lebih puas dengan hidup, dan mengalami rasa kesepian yang lebih sedikit.

d. Kepribadian

Individu dengan kepribadian yang memiliki kompetensi pribadi dan sosial yang baik, seperti penerimaan diri, kemampuan untuk membangun hubungan yang harmonis, serta kemampuan untuk mengatasi masalah, cenderung lebih mampu menghindari konflik dan stres.

B. Religiusitas

1. Definisi Religiusitas

Kata religiusitas berasal dari Bahasa latin “*religio*” yang mana akar katanya “*religare*” berarti mengikat. Maka dari itu, religiusitas berarti suatu agama yang memiliki beberapa aturan dan kewajiban yang harus dilaksanakan.¹⁴ Menurut Glock dan Stark, religiusitas adalah bentuk kepercayaan diri individu yang tercermin dalam penghayatan hidup sehari-hari dengan cara menginternalisasi nilai-nilai agama. Mereka juga menyatakan bahwa agama merupakan simbol, sistem keyakinan, dan sistem perilaku yang terstruktur dalam lembaga, yang semuanya berfokus pada persoalan-persoalan yang dianggap paling bermakna dan memiliki

¹⁴ Ghufron dkk, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2012).

arti mendalam (*ultimate meaning*).¹⁵ Religiusitas merupakan internalisasi dari nilai-nilai agama dalam diri seseorang.¹⁶

Menurut Zakiyah Darajat, religiusitas adalah perasaan, pemikiran, dan motivasi yang mendorong seseorang untuk melakukan perilaku beragama.¹⁷ Sementara itu, menurut Ancok dan Suroso, religiusitas mencakup keberagaman yang melibatkan berbagai dimensi, yang tidak hanya terlihat dalam perilaku ritual (seperti ibadah), tetapi juga dalam aktivitas lain yang dipengaruhi oleh kekuatan supranatural.¹⁸

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa religiusitas merupakan sebuah sistem simbol, keyakinan, dan nilai yang dimiliki oleh individu, yang mendorong terwujudnya perilaku beragama.

2. Dimensi Religiusitas

Religiusitas yang mengacu kepada konsep Glock dan Stark yang kemudian didefinisikan dan dikembangkan dengan konsep islam oleh Ancok dan Suroso dimensi religiusitas ada 5 yaitu:¹⁹

a. Dimensi keyakinan (*the ideological dimension*)

Dimensi ini berkaitan dengan keyakinan seseorang terhadap ajaran-ajaran yang dianut dalam agama. Dimensi ini menunjuk pada seberapa tingkat keyakinan kebenaran ajaran-ajaran agamanya,

¹⁵ Charles Y. Glock dan Rodney Stark, *Religion and society in Tension*. (USA: Rand MSNally & Company, 1965)

¹⁶ Evi Aviyah dan Muhammad Farid, "Religiusitas, Kontrol Diri, Dan Kenakalan Remaja," *Jurnal Psikologi Indonesia* 3, no. 2 (2014): 125.

¹⁷ Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Mental*. (Jakarta: Gunung Agung. 1990)

¹⁸ Ancok, D. & Suroso, F. N, *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2005)

¹⁹ Ancok, D. & Suroso, F. N, *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2004), hlm. 80-81

terutama terhadap ajaran-ajaran yang bersifat fundamental dan dogmatic seperti keyakinan tentang Allah, para malaikat, nabi atau rosul, kita-kitab Allah, surga dan neraka, serta qadha' dan qadhar. Inti dimensi akidah dalam ajaran islam adalah tauhid.

b. Dimensi peribadatan dan praktek (*the ritualistic dimension*)

Dimensi ini mengukur sejauh mana seorang individu menjalankan perintah agamanya. Hal ini berkaitan dengan praktik keagamaan yang dilakukan oleh pemeluk agama tersebut, baik secara pribadi maupun secara kolektif. Dimensi ini meliputi berbagai perilaku keagamaan, seperti ibadah, ketaatan, dan tindakan lain yang menunjukkan komitmen seseorang terhadap agama yang diyakininya. Ritual, dalam hal ini, merujuk pada serangkaian tindakan keagamaan yang formal dan praktik-praktik yang dianggap suci. Dalam Islam, sebagian dari harapan tersebut diwujudkan melalui ibadah seperti shalat, zakat, puasa, qurban, dan lainnya.

c. Dimensi Pengalaman (*the experiencial dimension*)

Dimensi ini menunjuk pada seberapa tingkatan muslim berperilaku dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya, yaitu bagaimana individu berhubungan dengan dunianya, terutama dengan manusia lain. Dalam keberislaman, dimensi ini meliputi perilaku suka menolong, kerjasama, mensejahterakan dan menumbuh kembangkan orang lain, menegakkan keadilan dan kebenaran, berlaku jujur, memaafkan, menjaga lingkungan hidup, menjaga amanat, tidak mencuri, tidak korupsi, tidak menipu, tidak berjudi, tidak meminum

minuman yang memabukkan, mematuhi norma-norma islam dalam perilaku seksual.

d. Dimensi pengetahuan agama (*the intellectual dimension*)

Dimensi ini menunjuk pada seberapa tingkat pengetahuan dan pemahaman. Muslim terhadap ajaran-ajaran pokok dari agamanya, sebagaimana dalam kitab sucinya. Dalam keberislaman, dimensi ini terwujud dalam perasaan dekat atau akrab dengan Allah, perasaan do'aanya sering terkabul, perasaan tenram bahagia karena menuhankan Allah SWT, perasaan bertawakkal (pasrah diri secara positif) kepada Allah, perasaan khusyuk ketika melaksanakan sholat atau berdo'a, perasaan bergetar ketika mendengar adzan atau ayat-ayat Al-Qur'an, perasaan bersyukur kepada Allah, perasaan mendapat peringatan atau pertolongan dari Allah.

e. Dimensi efek atau pengamalan (*the consequential dimension*)

Dimensi ini menyertai keyakinan, pengalaman, dan peribadatan. Dimensi penghayatan menunjuk pada seberapa jauh tingkat muslim dalam merasakan dan mengalami perasaan-perasaan dan pengalaman-pengalaman religius. Dalam keberislaman, dimensi ini terwujud dalam perasaan dekat akrab dengan Allah, perasaan do'a-do'aanya sering terkabul, perasaan tenram bahagia karena menuhankan Allah SWT, perasaan bergetar ketika mendengar adzan atau ayat-ayat Al-Qur'an, perasaan bersyukur kepada Allah dan perasaan diberi peringatan oleh Allah.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Religiusitas

Thouless membedakan faktor-faktor yang mempengaruhi sikap religiusitas ada empat macam:²⁰

- a. Pengaruh pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial (faktor sosial)

Faktor ini meliputi segala bentuk pengaruh sosial yang mempengaruhi perkembangan keagamaan, seperti pendidikan yang diberikan oleh orang tua, tradisi sosial, serta tekanan dari lingkungan untuk mengikuti pandangan dan sikap yang berlaku di masyarakat.

- b. Faktor pengalaman

Berkaitan dengan berbagai jenis pengalaman yang membentuk sikap keagamaan. terutama pengalaman-pengalaman yang mengenai:

- 1) Keindahan, keselarasan, dan kebaikan di dunia lain (faktor alami),
- 2) Konflik moral (faktor moral),
- 3) Pengalaman emosional keagamaan (faktor afektif)

- c. Faktor kehidupan

Kebutuhan ini secara garis besar dibagi menjadi empat yaitu:

- 1) Kebutuhan akan keamanan atau keselamatan
- 2) Kebutuhan akan cinta kasih
- 3) Kebutuhan untuk memperoleh harga diri, dan
- 4) Kebutuhan yang timbul karena adanya ancaman kematian

²⁰ R. H. Thouless, *pengantar psikologi agama*. (PT Raja Grafindo Persada: 2000)

d. Berbagai proses pemikiran verbal (faktor internal)

Menurut Thouless berkaitan dengan berbagai proses penalaran verbal atau rasionalisasi.

Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa faktor yang mempengaruhi perkembangan sikap religiusitas terdiri 4 faktor yaitu faktor pendidikan, faktor pengalaman, faktor kehidupan dan faktor intelektual.

4. Religiusitas Remaja

Menurut Zakiah Daradjat, religiusitas remaja adalah suatu sistem yang kompleks dari kepercayaan, keyakinan, sikap, dan upacara yang menghubungkan individu dengan sesuatu yang bersifat keagamaan.²¹ Agama merupakan faktor penting dalam pembentukan moral dan karakter remaja, terutama dalam menghadapi gejolak emosi dan tantangan hidup.²²

Para ahli mengambil patokan usia remaja dimulai pada munculnya kegoncangan yang ditandai dengan menstruasi (haidh) pertama bagi wanita dan mimpi basah bagi pria. Secara umum sekitar umur 13-21 tahun.²³

WHO memberikan definisi tentang remaja yang lebih bersifat konseptual. Dalam definisi tersebut dikemukakan tiga kriteria, yaitu

²¹ Zakiah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1970)

²² Radhia, C. Pemikiran Zakiah Daradjat Tentang Pembinaan Moral Remaja Dalam Perspektif Pendidikan Islam. Iseedu: *Journal of Islamic Educational Thoughts and Practices*, Vol 4(2020)

²³ Zakiah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1993), hal. 71-72

biologis, psikologis, dan social ekonomi, sehingga secara lengkap definisi tersebut berbunyi sebagai berikut: Remaja adalah suatu masa dimana:²⁴

- a. Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai ia mencapai kematangan seksual
- b. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
- c. Terjadi peralihan dari ketergantungan social-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relative lebih mandiri. Pada tahun-tahun berikutnya, definisi ini makin berkembang kearah yang lebih konkret operasional.

Selain itu WHO sebuah badan kesehatan dunia dibawah naungan PBB menetapkan batas usia remaja antara 10-20, dan terbagi menjadi dua kurun usia dalam dua bagian yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-20 tahun.

5. Dimensi Religiusitas Remaja

Kehidupan religiusitas pada remaja dipengaruhi oleh pengalaman struktur kepribadian serta unsur kepribadian lainnya, pada masa remaja perkembangan keagamaan ditandai dengan adanya keraguan-keraguan terhadap ketentuan-ketentuan agama. Namun pada dasarnya remaja tetap membutuhkan agama sebagai pegangan dalam kehidupan terutama pada saat menghadapi kesulitan. Dengan kecenderungan sikap remaja terhadap agama tersebut dapat dilihat dari dimensi-dimensi beragama. Diantaranya:

²⁴ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011), cet. 14, hlm. 12.

a. Ideologi

Perkembangan agama pada remaja ditandai dengan tingkah remaja yang berpendapat bahwa:

- 1) Agama adalah omong kosong
- 2) Mengingkari pentingnya agama
- 3) Menolak kepercayaan-kepercayaan terdahulu²⁵

b. Ritual

Pandangan remaja tentang ritual diungkapkan sebagai berikut:

- 1) Mereka sembahyang karena mereka yakin Tuhan mendengar dan akan mengabulkan do'a mereka.
- 2) Sembahyang dapat menolong dan meredakan kesusahan yang mereka derita.
- 3) Sembahyang menyebabkan mereka menjadi senang sesudah menunaikannya.
- 4) Sembahyang dapat meningkatkan tanggung jawab dan tuntutan sebagai anggota Masyarakat
- 5) Sembahyang merupakan kebiasaan yang mengandung arti penting.²⁶

c. Eksperiensial

Kegelisahan kadang muncul karena adanya perbedaan dan pertentangan antara nilai-nilai ajaran agama yang dipelajari dengan sikap dan tindakan kehidupan sehari-hari yang dilakukan oleh orang

²⁵ Opcit, Zakiah Darajat, hal: 110

²⁶ Jalaludin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: RajaGrafindo, 2007), h. 77

yang lebih dewasa. Bisa juga kegelisahan muncul dari rasa berdosa karena telah berbuat salah.

Kegoncangan-kegoncangan jiwa yang yang disebabkan oleh faktor-faktor tersebut biasanya tidak tampak langsung dari luar. Namun ia terlihat dari berbagai sikap yang muncul seperti pemalas, acuh tak acuh, nakal, dan lain sebagainya. Namun bisa juga sebaliknya muncul rasa bersalah yang membawa pada situasi tobat.

Dengan kecenderungan sikap remaja terhadap agama tersebut memunculkan beragam kesadaran. Ciri-ciri kesadaran beragama remaja yang menonjol diantaranya :

- 1) Pengalaman Ketuhanannya makin bersifat individual
- 2) Keimanannya makin menuju realitas yang sebenarnya,
- 3) Dalam melakukan peribadatan mulai disertai penghayatan yang tulus.

Dari berbagai ciri-ciri di atas, secara umum beberapa sikap remaja terhadap agama yang kemungkinan muncul adalah :

- 1) Percaya terus-menerus
- 2) Percaya dengan penuh kesadaran
- 3) Percaya dengan sedikit keraguan dan
- 4) Tidak percaya sama sekali.

d. Intelektual

Perkembangan intelek remaja akan mempunyai pengaruh terhadap keyakinan agama mereka. Fungsi intelektual akan memproses secara analisis terhadap apa yang dimiliki selama ini,

remaja sudah mulai melakukan kritik tentang masalah yang diterima dalam kehidupan masyarakat, mereka mulai mengembangkan ide-ide keagamaan walaupun hal tersebut muncul dari suatu perangkat keilmuan yang matang, tetapi dari keadaan psikis mereka yang sedang bergejolak dalam bidang-bidang tertentu yang dianggap cocok dan relevan akan diterimanya, kemudian dengan kemauan keras dijabarkan dalam kenyataan kehidupannya seolah-olah tidak ada alternatif lagi yang harus dipikirkan.

Selain itu ide-ide dan dasar keyakinan beragama yang diterima remaja dari masa kanak-kanak sudah tidak begitu menarik bagi mereka. Sikap kritis terhadap ajaran agama mulai timbul. Selain masalah agama mereka pun sudah tertarik pada masalah kebudayaan, ekonomi, dan norma-norma kehidupan lainnya

e. Konsekuensial

Pada masa remaja, konsep moral remaja yang terbentuk meskipun masih akan berubah bila ada tekanan sosial yang kuat, remaja akan menemukan bahwa kelompok sosial terlibat dalam berbagai tingkat kesungguhan pada berbagai macam perbuatan. Pengetahuan ini kemudian akan digabungkan dalam religiusitasnya. Apabila perubahan terjadi remaja berpikir dengan cara-cara yang lebih konvensional, artinya mereka melakukan dan mematuhi sesuatu sesuai aturan-aturan, harapan-harapan dan konvensi masyarakat;

Perkembangan moral remaja bertitik tolak dari rasa berdosa dan usaha untuk mencari proteksi. Tipe moral yang terlihat pada remaja mencakupi:

- 1) *Self-directive*, taat terhadap agama atau moral berdasarkan pertimbangan pribadi.
- 2) *Adaptive*, mengikuti situasi lingkungan tanpa melakukan kritik.
- 3) *Submissive*, merasakan keraguan terhadap ajaran moral dan agama.
- 4) *Unadjusted*, belum meyakini akan kebenaran ajaran agama dan moral.
- 5) *Deviant*, menolak dasar dan hukum keagamaan serta tatanan moral masyarakat.²⁷

C. Dukungan Sosial Teman Sebaya

1. Definisi Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Sarafino Dukungan Sosial adalah suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diberikan orang lain kepada individu atau kelompok.²⁸ Menurut Rook dalam Smet menyatakan Dukungan Sosial sebagai salah satu fungsi pertalian sosial yang menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal yang akan melindungi individu dari stres.²⁹ Sedangkan menurut Baron &

²⁷ Opcit, Jalaludin, h. 76

²⁸ E.P Sarafino, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7 ed. (New York: John Wiley & Sons, Inc., 2011). 81

²⁹ Bart Smet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT Gramedia Widiasama Indonesia, 1994), 134.

Byrne Dukungan Sosial diartikan sebagai kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau anggota keluarga.³⁰

Dukungan Sosial (*social support*) menurut Gottlieb, didefinisikan sebagai informasi, baik verbal maupun non-verbal, saran, bantuan konkret, atau perilaku yang diberikan oleh individu-individu yang dekat dengan seseorang dalam lingkungan sosialnya. Dukungan ini juga mencakup kehadiran mereka serta hal-hal yang dapat memberikan manfaat emosional atau mempengaruhi perilaku penerimanya.³¹ Menurut Sarafino teman sebaya merupakan sumber dukungan emosional penting sepanjang transisi masa remaja. Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan yang diberikan kepada individu oleh kelompok sebayanya berupa kenyamanan secara fisik dan psikologis sehingga individu merasa dicintai, diperhatikan, dihargai sebagai bagian dari kelompok sosial.³²

Dukungan Sosial sangat penting bagi siapa saja yang membutuhkannya, terutama bagi mereka yang mengalami depresi atau memiliki hubungan sosial yang lemah, yang bergantung pada interaksi dengan orang lain untuk kelangsungan hidup mereka di tengah masyarakat, karena manusia adalah makhluk sosial. Dukungan Sosial dapat datang dari berbagai sumber, salah satunya adalah teman sebaya. Menurut Santrock, teman sebaya adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kedewasaan yang serupa.³³

³⁰ Baron & Byrne, *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 2* (Jakarta: Erlangga, 2003), 244

³¹ Benjamin H.Gottlieb, *Social Support Strategies*. (California:Sage Publication, 1983), 28

³² E.P Sarafino, *Health Psychology* 81

³³ John W. Santrock, *Perkembangan Masa Hidup, Edisi Lima, Jilid 1-2*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002), 145

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa Dukungan Sosial Teman Sebaya adalah pemberian dukungan yang diberikan oleh orang lain baik secara langsung ataupun tidak langsung sehingga individu yang diberikan dukungan merasa diperhatikan, disayangi, dan dicintai.

2. Dimensi Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Sarafino, Dukungan Sosial Teman Sebaya terdiri dari empat dimensi yaitu:³⁴

- a. Dukungan emosional: Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan.
- b. Dukungan penghargaan: Dukungan ini terjadi lewat ungkapan perhargaan positif kepada orang lain, yang melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju, dorongan maju dan penilaian positif terhadap ide-ide, pendapat perasaan dan performa orang lain.
- c. Dukungan instrumental: Dukungan yang berupa pemberian bantuan secara langsung seperti bantuan uang atau materi lainnya. Penerimaan dalam bentuk materi seperti pinjaman uang atau pemberian jasa dapat berbentuk pemberian pertolongan pada pekerjaan atau tugas individu.
- d. Dukungan informative: Dukungan yang terdiri dari pemberian nasihat, pengarahan, saran, atau umpan balik mengenai apa yang dilakukan oleh orang lain.

³⁴ E.P Sarafino, *Health Psychology*, 81

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Myers, ada empat faktor yang dapat menyebabkan terbentuknya Dukungan Sosial, yaitu:³⁵

a. Empati

Empati adalah kemampuan dan kecenderungan untuk merasakan dan memahami perasaan orang lain, yang menjadi pendorong utama dalam tindakan individu. Rasa empati memungkinkan seseorang untuk ikut merasakan emosi yang dialami oleh orang lain. Dengan empati, seseorang dapat memberikan dorongan dan motivasi untuk membantu mengurangi masalah yang sedang dihadapi orang lain.

b. Norma

Norma yang diterima seseorang selama proses tumbuh kembang dan pengalaman bersosialisasi membimbing individu untuk bertindak dengan cara yang tepat, serta mewajibkan mereka untuk menjalankan kewajiban sosial. Proses ini akhirnya membentuk rasa kepedulian dan dorongan untuk membantu orang lain.

c. Pertukaran Sosial

Teori pertukaran sosial menjelaskan interaksi antar manusia yang berlandaskan pada prinsip ekonomi sosial, di mana terdapat sistem pemberian dan penerimaan imbalan serta kompensasi. Teori ini menyatakan bahwa individu cenderung berusaha untuk memaksimalkan keuntungan yang diterima dan meminimalkan

³⁵ David, G. Myers, *Psikologi sosial edisi 10*, (Jakarta: Salemba Humanik, 2012), 114

kerugian, sehingga dapat digunakan untuk memprediksi perilaku orang lain.

d. Sosiologi

Teori ini berakar pada prinsip evolusi, yang menyatakan bahwa perilaku menolong dianggap lebih menguntungkan apabila diberikan kepada individu yang memiliki hubungan darah, karena hal tersebut meningkatkan peluang kelangsungan hidup keturunan. Sebaliknya, menolong individu yang tidak ada ikatan darahnya dianggap menghabiskan waktu dan sumber daya. Namun, jika seseorang memutuskan untuk menolong orang lain, hal tersebut biasanya didorong oleh harapan untuk mendapatkan timbal balik berupa bantuan di masa depan dari individu yang ditolong.

D. Pengaruh Religiusitas (X_1) dan Dukungan Sosial Teman Sebaya (X_2) dengan *Psychological Well-Being* (Y)

1. Pengaruh Antara Religiusitas Terhadap *Psychological Well-Being*

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Dimyathy dan Hazim, dengan judul “Hubungan Antara Religiusitas Dengan *Psychological Well-Being* Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)”. Hasil analisis data dan pengolahan data yang diperoleh menunjukkan nilai $r_{xy}=0,454^{**}$ dengan sig. 0,000, maka hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima. Artinya, terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada siswa SMP Unggulan Al-Falah Siwalanpanji. Kesimpulan dari penelitian ini yakni siswa dengan religiusitas tinggi cenderung mempunyai *psychological well-being* tinggi

dan siswa dengan religiusitas rendah maka memiliki *psychological well-being* yang rendah.³⁶

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Haditiya Pratama dan Zulian Fikri dengan judul “Pengaruh Religiusitas terhadap Psychological Well Being pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Padang” Menunjukan bahwa religiusitas berperan positif terhadap *Psychological well-being* dengan perolehan nilai R 2 0,42 ($p=0,042 < 0,005$). artinya regiliusitas berpengaruh signifikan terhadap *Psychological well-being*.³⁷

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aisyah Hariyani dan Sulaiman dengan judul “Hubungan Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Siswa” Menunjukkan bahwa terdapat hubungan atau korelasi antar variabel religiusitas dengan *psychological well-being* dengan arah hubungan bersifat positif artinya semakin tinggi religiusitas siswa maka semakin tinggi juga *psychological well-being* nya, dengan nilai signifikansi 0,000 kecil dari 0,05, dan nilai koefesien korelasinya yaitu 0,708.³⁸

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Junaidin dengan judul “Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Santri di Pondok Pesantren Al-Mutmainnah Desa Leseng Kab. Sumbawa”

³⁶ M Dimyathy dan hazim, “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)”. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol 8(2024), 1299.

³⁷ H Pratama & Z Fikri, “Pengaruh religiusitas terhadap psychological well being pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Padang”. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol 7(2023), 3774.

³⁸ A Hariyani & S Sulaiman, “Hubungan Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Siswa”. *An-Nuha: jurnal Pendidikan islam*, Vol 3(2023), 292.

Menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas dan *psychologycall well-being* dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,598 dengan nilai p hitung = 0,005 atau $p < 0,05$ yang berarti semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi pula *psychological well-being* begitu juga sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin rendah juga *psychological well-being* pada santri di pondok pesantren Al-Muthmainnah desa Leseng.³⁹

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Azizah Batubara dengan judul “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Ditinjau Dari Big Five Personality Pada Siswa Sma Negeri 6 Binjai” Berdasarkan penelitian ini diperoleh $F = 2395,290$ dengan signifikansi 0,000 dan $p < 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut datap dikatakan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dan *Psychological well-being* pada *big five personality*.⁴⁰

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Dimyathy dan Hazim (2024), Haditiya Pratama dan Zulian Fikri (2023), Aisyah Hariyani dan Sulaiman (2023), Junaidin (2023), dan Azizah Batubara (2017). Dapat ditarik benang merah bahwa Religiusitas memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *Psychological Well-being*.

2. Pengaruh Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap *Psychological Well-Being*

³⁹ Junaidin, “Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Santri di Pondok Pesantren Al-Mutmainnah Desa Leseng Kab. Sumbawa”. *Journal on Education*, Vol 5 (2023), 3808.

⁴⁰ Azizah Batubara, “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Dengan Psychological Well Being Ditinjau Dari Big Five Personality Pada Siswa Sma Negeri 6 Binjai” *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 7(2017) 48.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Desi Kurniati, dkk dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being Pada Pengangguran Terdidik”. Menunjukkan bahwa Dukungan Sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being* pada pengangguran terdidik. Hasil juga menunjukkan bahwa Dukungan Sosial memiliki pengaruh sebesar 51,2% terhadap *psychological well-being* dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Dengan demikian, semakin tinggi Dukungan Sosial yang diperoleh oleh pengangguran terdidik, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimilikinya.⁴¹

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ardina Elly Elisa dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Psychological Well Being Siswa Sma Negeri 1 Muntilan”. Menunjukkan bahwa Dukungan Sosial keluarga berpengaruh positif dan signifikan terhadap *psychological well-being* siswa SMA Negeri 1 Muntilan (nilai sig. sebesar $0,000 < 0,05$). Sumbangan variabel Dukungan Sosial keluarga terhadap psychological well-being siswa SMA Negeri 1 Muntilan sebesar 46.1%.⁴²

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizky Ghoffar Ismail dan Endang Sri Indrawati dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well Being Pada Mahasiswa Stie Dharmaputra Program Studi Ekonomi Manajemen Semarang”. Hasil menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy} = 0,623$ dengan $p=0,000$ ($p<0,05$) berarti ada hubungan positif

⁴¹ Desi Kurniati, dkk. “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Psychological Well-Being pada Pengangguran Terdidik”. *Jurnal Psibernetika*, 16(2023) 1.

⁴² Ardina Elly Elisa, “Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Psychological Well Being Siswa SMA NEGERI 1 Muntilan”. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 7(2021), 162.

antara Dukungan Sosial dengan *psychological well-being*, semakin tinggi tingkat Dukungan Sosial seseorang, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* nya.⁴³

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Isna Ramadhanti Riansyah dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Mahasiswa”. Menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang moderat dan signifikan secara statistik antara Dukungan Sosial dan kesejahteraan psikologi mahasiswa. Dukungan Sosial bertanggung jawab atas 17,8% variasi kesejahteraan psikologi siswa, menurut analisis regresi linear. Menyimpulkan bahwa Dukungan Sosial sangat berpengaruh terhadap kesehatan psikologi siswa.⁴⁴

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Meilia Wigati dkk dengan judul “Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Sekolah Menengah di Provinsi Jambi”. Diketahui bahwa ada peran Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada siswa sekolah di Provinsi Jambi dengan peroleh korelasi r dengan nilai 0,543 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p<0,01$). Artinya ada peran Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada siswa sekolah di provinsi Jambi.⁴⁵

⁴³ Rizky G I & Endang S I, “Hubungan Dukungan Sosial dengan psychological well being pada mahasiswa STIE Dharmaputra Program Studi Ekonomi Manajemen Semarang”. *Jurnal Empati*, 2(2013), 416.

⁴⁴ Isna Ramadhanti Riansyah, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Mahasiswa”. *Journal of Business Innovation*, 1(2024), 403.

⁴⁵ Meilia Wigati dkk, “Peran Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Sekolah Menengah Di Provinsi Jambi”. *Journal of Multidisciplinary Research*, 1(2024), 146.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Desi Kurniati dkk (2023), Ardina Elly Elisa (2021), Rizky Ghoffar Ismail, Endang Sri Indrawati (2013), Isna Ramadhanti Riansyah (2024), dan Meilia Wigati dkk (2024) dapat ditarik benang merah bahwa Dukungan Sosial Teman Sebaya memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *Psychological Well-being*.

3. Pengaruh Antara Religiusitas, Dukungan Sosial Teman Sebaya, Dan *Psychological Well-Being*

Psychological well-being dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, seperti religiusitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya. Dengan demikian, faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* mencakup aspek-aspek yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sekitar.

Religiusitas berkaitan dengan hubungan individu dengan Tuhan dalam menghadapi berbagai persoalan hidup. Individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi cenderung memiliki cara pandang yang lebih positif terhadap peristiwa hidup, yang pada gilirannya memberikan makna lebih dalam hidup mereka. Selain itu, religiusitas juga dapat berperan penting dalam mempertahankan *psychological well-being*, terutama pada saat-saat sulit.

Selain religiusitas, Dukungan Sosial Teman Sebaya juga memainkan peran penting dalam memengaruhi *psychological well-being*. Dukungan Sosial Teman Sebaya merujuk pada kehadiran orang-orang di sekitar individu yang memberikan rasa diterima, dicintai, dan diperhatikan.

Dukungan ini dapat datang dari berbagai sumber, seperti keluarga, pasangan, teman-teman, maupun interaksi dengan masyarakat. Dukungan Sosial Teman Sebaya diharapkan dapat membantu meningkatkan *psychological well-being*, terutama pada siswa, dengan memberikan rasa aman dan nyaman dalam menghadapi tantangan hidup.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Festi Wulandari dan Rini Lestari pada tahun 2024 dengan judul “Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah”. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara religiusitas dan Dukungan Sosial dengan *psychological well-being* ($R = 0,919$; $p = 0,000$, $p < 0,01$). Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan *psychological well-being* ($r = 0,678$; $p = 0,000$, $p < 0,01$). Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara Dukungan Sosial dengan *psychological well-being* ($r = 0,913$; $p = 0,000$, $p < 0,01$), sehingga hipotesis pada penelitian ini dapat diterima. Hasil menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara religiusitas dan Dukungan Sosial dengan *psychological well-being*.⁴⁶

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Septa Aristiani Saputri, Hardjono, Nugraha Arif Karyanta pada tahun 2023 dengan judul “Hubungan antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-being* pada Santri Kelas VIII Pondok Pesantren

⁴⁶ Festi Wulandari dan Rini Lestari, “Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Di Provinsi Jawa Tengah” (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta 2024)

Tahfidzul Qur'an Ibnu "Abbas Klaten" hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dan Dukungan Sosial dengan *psychological well-being* (Fhitug 39,126 > F tabel 3,120, R=0,717).⁴⁷

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Festi Wulandari dan Rini Lestari (2024) serta Septa Aristiani Saputri, Hardjono, dan Nugraha Arif Karyanta (2023) dapat di Tarik benang merah bahwa religiusitas dan Dukungan Sosial Teman Sebaya berpengaruh positif dan signifikan terhadap *psychological well-being*.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu dugaan atau perkiraan yang perlu diuji untuk menentukan kebenaran atau kesalahannya, sehingga dapat memberikan solusi terhadap permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini.⁴⁸ Berdasarkan landasan teori yang telah diuraikan maka hipotesis yang diajukan penelitian ini, sebagai berikut:

1. H_a : Terdapat pengaruh positif antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani kota Kediri.

H_o : Tidak terdapat pengaruh positif antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani kota Kediri.

⁴⁷ Septa, A. S. "Hubungan antara religiusitas dan Dukungan Sosial dengan psychological well-being pada santri kelas viii pondok pesantren tahfidzul qur'an ibnu" abbas klaten". (2023)

⁴⁸ Tim Penyusun IAIN Kediri, Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah,(Kediri : LPPM IAIN Kediri, 2020), Hal. 62.

2. H_a : Terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani kota Kediri.

H_o : Tidak terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani kota Kediri.

3. H_a : Terdapat pengaruh positif antara religiusitas dan dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani kota Kediri.

H_o : Tidak terdapat pengaruh positif antara religiusitas dan dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being* pada siswa di SMPIT Bina Insani kota Kediri.

F. Kerangka Berpikir

1. Relegiusitas

Religiusitas (X_1) merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi *psychological well-being*. Dalam kerangka ini religiusitas menurut Glock dan Strak dibagi menjadi lima aspek yaitu Keyakinan, Peribadatan dan praktek, Pengalaman, Pengetahuan agama, dan Pengamalan. semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimilikinya

2. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan Sosial Teman Sebaya (X_2) diartikan sebagai kenyamanan yang diberikan orang terdekat baik secara fisik maupun psikologis. Dalam kerangka ini religiusitas menurut Sarafino dibagi menjadi empat aspek

yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informative. semakin tinggi Dukungan Sosial Teman Sebaya yang diterima seseorang, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimilikinya

3. *Psychological Well-Being*

Psychological well-being (Y) merupakan kondisi di mana seseorang memiliki perasaan positif, mampu menerima diri sendiri, dan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Menurut Ryff *Psychological well-being* dalam kerangka ini di ukur melalui enam aspek yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, serta pertumbuhan pribadi.

Berdasarkan kerangka teori ini, dapat disimpulkan bahwa religiusitas dan dukungan sosial teman sebaya memiliki pengaruh positif terhadap *Psychological well-being* siswa.

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir

