

ORIGINAL ARTICLE

Hubungan Spiritualitas Dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya

Ellyza Audia¹, Dya Sustrami^{* 1}, Nur Muji Astuti¹

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya

*Corresponding Author: dyasustrami@stikeshangtuah-sby.ac.id

ARTICLE INFORMATION

Article history

Received (09th, March 2025)

Revised (17th, March 2025)

Accepted (11th, April 2025)

Keywords

Spirituality; Psychological Well-being; Adolescents

ABSTRACT

Introduction: A high spiritual condition is something to achieve good psychological well-being. Psychological well-being can be equated with mental health. Adolescents who have good mental health will have all aspects of their psychological well-being fulfilled. **Objectives:** The study aim to analyzed the relationship between spirituality and psychological well-being in adolescents at the Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya **Methods:** This research design used an analytical observational design approach Cross Sectional. This research was conducted at Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya with a population of 200 respondents, using the technique Probability Sampling with approach Stratified Random Sampling The results obtained were 133 samples. Instrument used Daily Spiritual Experience Scale (DSES) to measure spirituality and Ryff Psychological Well-being Scale (RPWS) to measure psychological well-being. **Results:** The research results showed that the majority of respondents had high spirituality and moderate psychological well-being. Statistical test results using Spearman Rho The results obtained were $\rho 0.000$ ($p \leq 0.05$), there was a relationship with a correlation coefficient of $r 0.348$, which means there is a sufficient relationship (0.26–0.50) between the spirituality variable and psychological well-being. **Conclusions:** High spirituality is able to provide good psychological well-being in adolescents, so that spirituality can be increased and monitored to create high psychological well-being in adolescents.

Jurnal Ilmiah Keperawatan is a peer-reviewed journal published by Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya (STIKES Hang Tuah Surabaya)

This journal is licensed under the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Website: <http://journal.stikeshangtuah-sby.ac.id/index.php/IJKSHT>

E-mail: jurnalilmiahkeperawatan.sht@gmail.com / jik.sht@stikeshangtuah-sby.ac.id

Pendahuluan

Spiritualitas adalah keyakinan dalam hubungannya dengan yang maha pencipta. Spiritualitas juga terkait semangat untuk mendapatkan keyakinan, harapan, dan makna hidup (Yusuf, 2016 dalam Purnomosidi et al, 2022). Kondisi spiritual yang tinggi merupakan suatu hal untuk mendapatkan kesejahteraan psikologis yang baik (Lisnawati & Al Rahmah, 2019). Kesejahteraan psikologis dapat disamakan dengan kesehatan mental (Huppert, 2009 dalam Purnomosidi et al, 2022). Remaja yang memiliki kesehatan mental baik, maka akan terpenuhi semua aspek kesejahteraan psikologisnya. Tugas perkembangan remaja adalah perilaku dan cara menyikapi lingkungan di sekitarnya, perubahan ini terjadi secara fisik maupun psikis yang menuntut individu untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan dan tantangan hidupnya (Fuhrmann, 1990 dalam Latifah et al., 2023).

Data Office for National Statistics (ONS) mengungkapkan, satu dari lima remaja akhir yang memiliki usia 16 hingga 24 tahun rentan mengalami kecemasan, stres, dan depresi. Pada tahun 2014 diketahui 300 remaja di London didiagnosis menderita depresi berat (Hartono & Saifudin, 2021). Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), survei kesehatan mental nasional pertama yang mengukur angka kejadian gangguan mental pada remaja 10 – 17 tahun di Indonesia, menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja (34,9%) Indonesia memiliki masalah kesehatan mental, sementara satu dari dua puluh remaja (5,5%) setara dengan 2,45 juta remaja



This is an Open Access article
Distributed under the terms of the
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Indonesia memiliki gangguan mental dalam 12 tahun terakhir (Kemenkes RI, 2022, n.d. dalam Aisyaroh & Ediyono, 2023). Psychological well-being pada masyarakat di Kota Medan diteliti oleh (Elvinawanty et al., 2021) terdapat hasil 29% remaja memiliki kesejahteraan psikologis rendah, 42% remaja memiliki kesehatan psikologis sedang. Serta 29% remaja mempunyai kesehatan psikologis tinggi. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Kurniasari, dkk 2019) mencatat sebanyak 46% individu kategori usia transisi remaja menuju dewasa memiliki kategori kesejahteraan psikologis tingkat sedang dan sebanyak 38% individu kategori usia transisi remaja menuju dewasa memiliki kesejahteraan psikologis tingkat rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis pada remaja rata-rata berada pada kategori sedang (Rachmaningtyas & Novitasar, 2022).

Setiap remaja memiliki harapan dalam kehidupannya, salah satunya adalah kesejahteraan. Kesejahteraan yang diharapkan bukan kesejahteraan fisik saja melainkan kesejahteraan psikis. Remaja juga menginginkan kehidupan yang normal dan sehat, oleh karena itu remaja cenderung melakukan berbagai aktivitas positif untuk memenuhi kebutuhan fisik, psikologis, dan sosialnya. Individu akan selalu berusaha untuk mencapai kesejahteraan psikologis dalam hidupnya, termasuk untuk menjalani kehidupan dengan penuh rasa optimis dan menghindari penderitaan. Remaja dengan kesehatan mental yang baik akan merasakan kedamaian batin, hal ini disebut juga dengan kesejahteraan psikologis (psychological well-being). Ryff menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat menciptakan kesejahteraan psikologis adalah faktor religiusitas. Hal yang sama juga ditambahkan (Fabricatore, 2004 dalam Purnomosidi et al, 2022) menyatakan bahwa semakin religius seseorang maka akan menurunkan kecenderungan obat-obatan terlarang, menurunkan perilaku anti sosial, depresi dan meningkatkan well-being. Religiusitas berkaitan dengan transedensi persoalan hidup kepada Tuhan. (Amawidyati, 2005 dalam Purnomosidi et al, 2022) juga menyatakan bahwa agama merupakan faktor penentu yang dapat membimbing individu dalam mencapai kesejahteraan psikologis. Individu yang mengikuti ajaran agamanya dan memahami makna Tuhan akan dengan mudah memaknai kehidupan ke agamaan, ke yakinan dan nilai – nilai lainnya sebagai pedoman untuk menuju kebahagiaan.

Spiritualitas dapat menjadi solusi bagi kesejahteraan psikologis pada masa remaja akhir, karena spiritualitas mempunyai hubungan yang positif dengan kesejahteraan psikologis. Remaja yang memiliki spiritualitas akan mempunyai harga diri yang tinggi, karena spiritualitas dan kesejahteraan psikologis penting dalam kehidupan remaja akhir. Spiritualitas dapat mempengaruhi kehidupan remaja dengan mengubah sikap dan nilai moral setiap individu, keyakinan tentang diri sendiri, dan dapat mengendalikan perasaannya dibandingkan dengan remaja yang memiliki spiritualitas rendah (Imelda D, Lilis N, 2023). Spiritualitas dalam sudut pandang agama islam berkaitan dengan berdoa kepada Tuhan sebelum melakukan aktivitas, melakukan sholat dhuha, sholat tahajud, sholat lima waktu, dan mensucikan diri dari hadast. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi individu memaknai hidupnya ke arah positif maka semakin tinggi kesejahteraan psikologisnya, karena faktor spiritualitas dianggap penting untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Berdasarkan fenomena dan permasalahan tersebut perlu dilakukan penelitian tentang hubungan spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya sejumlah 200 orang dengan jumlah sampel sebanyak 133 orang menggunakan teknik *sampling probability sampling* dengan pendekatan stratified random sampling. Kriteria inklusi pada penelitian ini meliputi; Remaja yang menempuh pendidikan di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya kelas 10 dan kelas 11, bersedia menjadi responden, tidak menjadi subjek pada penelitian yang lain, sedangkan untuk kriteria eksklusi diantaranya responden yang sedang sakit atau ijin pada saat pengambilan data. dan memiliki



penyakit penyerta. Variabel independen dalam penelitian ini adalah spiritualitas, sedangkan variabel dependen adalah kesejahteraan psikologis. Pengumpulan data menggunakan kuisioner spiritualitas yaitu *Daily Spiritual Experience Scale (DSES)* dan kuisioner *psychological wellbeing scale*. Analisis data menggunakan uji *statistic spearman rho*.

Hasil

Karakteristik responden

Tabel 1. Disitribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
Usia 17 Tahun	92	69.2%
Usia 18 Tahun	41	30.8%
Jenis kelamin		
Laki - laki	45	33.8%
Perempuan	88	66.2%
Kelas		
Kelas 10	67	50.4%
Kelas 11	66	49.6%
Jumlah saudara kandung		
Tidak memiliki saudara (Anak Tunggal)	16	12.0%
Jumlah saudara 1	65	48.9%
Jumlah saudara 2	50	37.6%
Jumlah saudara 3	2	1.5%
Orang tua bercerai		
Ya	17	12.8%
Tidak	116	87.2%
Kunjungan orang tua		
Ya	88	66.2%
Tidak	45	33.8%
Pekerjaan ayah		
Petani	2	1.5%
TNI/POLRI	15	11.3%
PNS/ASN	20	15.0%
Wiraswasta	67	50.4%
Lainnya	29	21.8%
Pekerjaan ibu		
Ibu Rumah Tangga	65	48.9%
TNI/POLRI	0	0%
PNS/ASN	22	16.5%
Wiraswasta	27	20.3%
Lainnya	19	14.3%
Mempunyai sahabat		
Ya	118	88.7%
Tidak	15	11.3%
Ibadah		
Sholat Sunnah	22	16.5%
Tadarus	44	33.1%
Puasa Sunnah	14	10.5%
Memilih ≥1 ibadah	53	39.8%
Ekstrakurikuler		
OSIS	27	20.3%
Pramuka	26	19.5%
Paskibraka	20	15.0%
IPPNU	21	15.8%



Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Qiroah	4	3.0%
Lainnya	35	26.3%
Penghasilan orang tua		
≤Rp 4.500.000,-	38	28.6%
≥Rp 4.500.000,-	47	35.3%
Total	133	100.0%

Tabel 1 diperoleh rata – rata usia responden 17 tahun sebanyak 92 responden (69.2%) dengan jenis kelamin terbanyak 88 responden (66.2%) berjenis kelamin perempuan yang berada di kelas 67 responden (50.4%) menjalani pendidikan di kelas 10, memiliki saudara kandung terbanyak adalah 65 responden (48.9%) memiliki 1 saudara kandung. Sedangkan rata – rata responden orang tuanya tidak bercerai sebanyak 116 responden (87.2%), responden yang sering dikunjungi oleh orang tuanya mendapatkan hasil rata – rata 88 responden (66.2%), dengan pekerjaan ayah responden sebanyak 67 responden (50.4%) pekerjaan ayah adalah Wiraswasta, dan pekerjaan menjadi ibu rumah tangga adalah 65 responden (48.9%). Responden rata – rata yang memiliki sahabat didapatkan hasil 118 responden (88.7%) mempunyai sahabat, responden rata – rata melakukan ibadah sunnah didapatkan hasil 53 responden (39.8%) melakukan semua ibadah. Responden yang aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sebanyak 35 responden (26.3%) mengikuti ekstrakurikuler lainnya seperti tari, KTI, santri husada, jurnalistik, drumband, voly, dan futsal, dan penghasilan orang tua responden rata – rata 47 responden (35.3%) ≥ Rp 4.500.000,-.

Spiritualitas

Tabel 2. Karakteristik Responden Remaja Berdasarkan Spiritualitas di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya

Spiritualitas	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	0	0%
Sedang	38	28.6%
Tinggi	91	71.4%
Total	133	100%

Tabel 2, didapatkan rata – rata spiritualitas responden sebagian besar responden memiliki spiritualitas tinggi sebanyak 91 responden (71.4%) dan spiritualitas sedang sebanyak 38 responden (28.6%), tidak ada responden yang memiliki spiritualitas rendah (0%).

Kesejahteraan psikologis

Tabel 3. Karakteristik Responden Remaja Berdasarkan Kesejahteraan Psikologis Di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya

Kesejahteraan Psikologis	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	0	0%
Sedang	97	72.9%
Tinggi	36	27.1%
Total	133	100%

Tabel 3, didapatkan rata – rata kesejahteraan psikologis responden memiliki kesejahteraan psikologis sedang sebanyak 97 responden (72.9%) dan kesejahteraan psikologis tinggi sebanyak 36 responden (27.1%), tidak ada responden yang memiliki kesejahteraan psikologis rendah (0%).

Hubungan Spiritualitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya

Tabel 4. Hasil Analisis Hubungan Spiritualitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya



Spiritualitas	Kesejahteraan Psikologis						Total	
	Rendah	%	Sedang	%	Tinggi	%	n	%
Rendah	0	0	0	0	0	0	0	0
Sedang	0	0	37	97.4	1	2.6	38	100
Tinggi	0	0	60	63.2	35	36.8	95	100
Total	0	0	97	72.9	36	27.1	133	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang memiliki spiritualitas yang tinggi dan memiliki kesejahteraan psikologis sedang sejumlah 60 responden (63.2%). Responden yang memiliki spiritualitas yang tinggi dan memiliki kesejahteraan psikologis tinggi sejumlah 35 responden (97.4%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang tinggi dan memiliki kesejahteraan psikologis rendah (0%). Responden yang memiliki spiritualitas yang sedang dan memiliki kesejahteraan psikologis sedang sejumlah 37 responden (27.1%). Responden yang memiliki spiritualitas yang sedang dan memiliki kesejahteraan psikologis tinggi sejumlah 1 responden (2.6%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang sedang dan memiliki kesejahteraan psikologis rendah (0%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang rendah dan kesejahteraan psikologis rendah (0%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang rendah dan kesejahteraan psikologis sedang (0%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang rendah dan kesejahteraan psikologis tinggi (0%).

Berdasarkan hasil uji statistik *Spearman Rho* didapatkan hasil $\rho = 0.000$ ($\rho \leq 0.05$) dengan koefisien korelasi $r = 0.348$ yang bermakna adanya hubungan yang cukup (0.26–0.50) antara variabel spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis. Dapat disimpulkan dari hasil uji *Spearman Rho* dengan taraf signifikansi 0.05 dan hasil nilai $\rho < 0.05$, maka hipotesis diterima yang artinya ada hubungan antara spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa dari 133 responden yang memiliki spiritualitas yang tinggi dan memiliki kesejahteraan psikologis sedang sejumlah 60 responden (45.1%). Responden yang memiliki spiritualitas yang tinggi dan memiliki kesejahteraan psikologis tinggi sejumlah 35 responden (26.3%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang tinggi dan memiliki kesejahteraan psikologis rendah (0%). Responden yang memiliki spiritualitas yang sedang dan memiliki kesejahteraan psikologis sedang sejumlah 37 responden (27.8%). Responden yang memiliki spiritualitas yang sedang dan memiliki kesejahteraan psikologis tinggi sejumlah 1 responden (0.8%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang sedang dan memiliki kesejahteraan psikologis rendah (0%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang rendah dan kesejahteraan psikologis rendah (0%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang rendah dan kesejahteraan psikologis sedang (0%). Tidak ada responden yang memiliki spiritualitas yang rendah dan kesejahteraan psikologis tinggi (0%).

Spiritualitas adalah keyakinan adanya hubungan dengan Maha Pencipta yang mahakuasa. Spiritualitas juga dikaitkan dengan semangat kepercayaan, harapan dan makna hidup (Yusuf, 2016 dalam Purnomosidi et al, 2022). Kondisi spiritual yang tinggi merupakan suatu hal untuk mendapatkan kesejahteraan psikologis yang baik (Lisnawati & Al Rahmah, 2019). Kesejahteraan psikologis adalah ketika seseorang mampu menerima dengan tegas hal-hal yang dapat menimbulkan permasalahan dalam hidupnya dan mampu berfungsi secara positif dan psikologis untuk menciptakan rasa kebahagiaan, aman, sejahtera dan tenteram (Purnomosidi et al., 2022).

Spiritualitas yang dipengaruhi oleh kedekatan dengan Tuhan dapat dilihat dari ibadahnya, semakin dekat dengan Tuhan maka semakin tinggi kesejahteraan psikologisnya, hal tersebut di dukung oleh penelitian yang dilakukan Hartono & Saifudin (2021) menunjukkan bahwa spiritualitas merupakan salah satu variabel yang berkorelasi dengan kesehatan psikologis. Sedangkan menurut Harjanti (2021) Individu yang memiliki spiritualitas tinggi dapat



menerapkan strategi koping yang berdampak pada kesehatan psikologis mereka. Selain itu, ketika individu memiliki semangat yang tinggi, maka harga diri dan makna hidupnya pun semakin tinggi, yang merupakan tanda bahwa ia telah mencapai keadaan kesejahteraan psikologis.

Hasil analisis uji statistik Spearman Rho didapatkan hasil $\rho = 0.000$ $\alpha \leq 0.05$ yang dapat diartikan bahwa ada hubungan spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya. Remaja dengan kesejahteraan psikologis yang baik akan meningkatkan kehidupannya, jika remaja menyadari potensi dan kekurangannya, dapat menerima apa adanya, dan dapat mengembangkan keberadaannya di masyarakat (Aflakseir, 2012 Supriyadi et al., 2020).

Implikasi pada penelitian ini bahwa spiritualitas mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja, sehingga dapat diintegrasikan kegiatan-kegiatan di sekolah maupun di keluarga yang dapat meningkatkan nilai spiritualitas remaja, dengan adanya hal ini diharapkan remaja mampu melampaui tugas perkembangannya. Keterbatasan penelitian ini adalah peneliti tidak menilai jumlah jam ibadah yang dilakukan responden dalam sehari.

Kesimpulan

Terdapat hubungan antara spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah Surabaya, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi spiritualitas maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis pada remaja

Ethics approval and consent to participate

Penelitian ini telah dinyatakan laik etik oleh komite etik penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya dengan nomor: PE/11/V/2024/KEP?SHT.

Acknowledgments

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Surabaya, serta Kepala sekolah Madrasah Aliyah Unggulan Amanatul Ummah yang telah memberikan kesempatan dan dukungan.

References

- Aisyaroh, N., & Ediyono, S. (2023). Gambaran Kesehatan Mental Remaja Di Sekolah Pesantren. *Profesional Health Journal*, 4(2), 372–379. <https://Www.Ojsstikesbanyuwangi.Com/Index.Php/PHJ/Article/Download/440/259>
- Elvinawanty, R., Emi, E., Amanda, K., Septianti, E., & Natasya, A. (2021). Pelatihan Character Building Untuk Meningkatkan Psychological Well-Being Pada Anak Panti Asuhan Puteri Aisyiyah Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 2(3), 246–251. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i3.118>
- Harjanti, D. K. S. (2021). Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Panti Asuhan Ditinjau Dari Internal Locus Of Control Dan Spiritualitas. *Gajah Mada Journal Of Psychology (Gamajop)*, 7(1), 83. <https://doi.org/10.22146/Gamajop.62236>
- Hartono, B., & Saifudin, I. M. M. Y. (2021). Spiritualitas Dan Tipe Kepribadian Berhubungan Dengan Psychological Well-Being Remaja Di Sekolah Menengah Pertama Yogyakarta. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(2), 421–428. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i2.497>
- Imelda D, Lilis N, P. C. (2023). Hubungan Spiritualitas Dengan Psychological Well-Being Pada Siswa Smp Swasta Assisi Medan Tahun 2022. 19(2), 161–171
- Latifah, Zwagery, R. V., Safithry, E. A., & Ngalmun. (2023). Basic Concepts Of Child And Youth Creativity Development And Its Measurement In Developmental Psychology. *Educurio: Education Curiosity*, 1(2), 426–439. <http://Qjournal.My.Id/Index.Php/Educurio/Article/View/275>



- Lisnawati, L., & Al Rahmah, I. A. D. (2019). Kesejahteraan Psikologis Ditinjau Dari Spiritualitas Siswa Di Lembaga Pendidikan Berbasis Agama Pesantren Dan Non Pesantren. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 190. <https://doi.org/10.14421/jpsi.V6i2.1499>
- Purnomosidi, F., Widiyono, & Muslifah, A. R. (2022). Buku Referensi Kesejahteraan Psikologis Dengan Sholat Dhuha. http://Repository.Usahidsolo.Ac.Id/1923/1/Buku_Ref_Kesejahteraan-978-623-6541-72-2.Pdf
- Rachmaningtyas, S. C., & Novitasar, R. (2022). Hubungan Antara Spiritualitas Islam Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Masa Transisi Remaja Menuju Dewasa. Skripsi, 1-103. <https://Dspace.Uii.Ac.Id/Handle/123456789/40874>
- Supriyadi, S., Saifudin, I. M. M. Y., & Hartono, B. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Psychological Well-Being Remaja Smp Negeri 1 Banguntapan Bantul Yogyakarta. *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(3), 437-445. <https://doi.org/10.32584/jpi.v4i3.635>

