

## STUDI META-ANALISIS: RELIGIUSITAS DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

Fian Rizkyan Surya Pambuka, [fianrizkyan@gmail.com](mailto:fianrizkyan@gmail.com)

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

**Tanggal Accept:**  
08 Agustus 2025

**Tanggal Publish:**  
29 Agustus 2025

### Contoh

Pambuka, F.R.S. Studi Meta-Analisis: Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis. *Empowerment: Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 5 (3), 81-92 .

**Abstract.** The phenomenon of students committing suicide while working on their final assignments is a highlight that needs to be considered. One of the influencing factors is low closeness to God or religiosity. This phenomenon also indicates that the psychological well-being of students is important to consider. The study of psychological well-being is important to see how individuals can maximize their potential and actuality in their environment. The purpose of this study is to find out how religiosity affects psychological well-being based on previous research that has been conducted. The method used is a systematic literature review meta-analysis approach, with effect size model analysis. Based on a search for articles from 2013 to 2023 in Scopus and Google Scholar, 11 journals were selected that met the criteria for this study. The results show that religiosity has a positive effect on psychological well-being. This means that the higher the religiosity, the higher the individual's psychological well-being. Based on the results of this study, it can be a further basis for considering religiosity as an effort to improve psychological well-being.

**Keywords:** Meta-Analysis, Psychological Well-being, Religiosity, Students.

**Abstrak.** Fenomena mahasiswa bunuh diri dalam masa mengerjakan tugas akhir menjadi sorotan yang perlu diperhatikan. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah rendahnya kedekatan diri dengan Tuhan atau keberagamaannya (religiusitas). Fenomena tersebut juga menandai bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa penting untuk diperhatikan. Studi tentang kesejahteraan psikologis penting untuk melihat bagaimana individu dapat memaksimalkan potensi diri dan aktual di lingkungannya. Tujuan penelitian ini adalah mencari tahu bagaimana pengaruh religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis berdasarkan penelitian terdahulu yang pernah dilakukan. Metode yang digunakan adalah systematic literature review pendekatan meta-analisis, dengan analisis model effect size. Berdasarkan pencarian artikel dari 2013 hingga 2023 di scopus dan google scholar dipilih 11 jurnal yang memenuhi kriteria penelitian ini. Hasil menunjukkan bahwa religiusitas berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis. Artinya, semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis individu. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat menjadi pijakan lebih lanjut mempertimbangkan religiusitas sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis

**Kata Kunci:** Mahasiswa, Meta-Analisis, Religiusitas, Kesejahteraan Psikologis

## Pendahuluan

Fenomena bunuh diri karena tugas akhir (skripsi) menjadi sorotan penting yang masih saja terjadi di Indonesia. Sebelumnya di tahun 2020, terjadi kasus mahasiswa bunuh diri diduga karena depresi skripsinya sering ditolak dosen (Dewi, 2020). Kemudian di tahun 2023 ini, terjadi kembali karena depresi skripsi tidak selesai-selesai seorang mahasiswa melakukan bunuh diri. Kasus di tahun 2023 menyebutkan bahwa mahasiswa mengalami banyak permasalahan tidak hanya skripsi. Diduga bahwa persoalan skripsi menjadi faktor utama dalam kasus tersebut (Hidayat, 2023).

Kematian memang sesuatu hal yang wajar dan pasti akan dialami oleh setiap manusia. Secara biologis manusia mengalami kematian karena penyakit dalam tubuh yang disebabkan

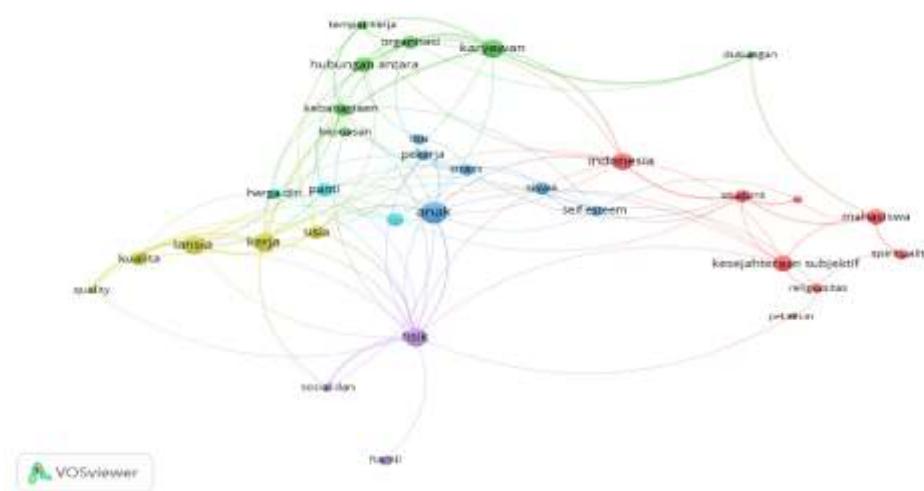
karena beberapa faktor yang umumnya adalah penuaan. Bunuh diri karena fase penyelesaian tugas akhir menjadi perhatian dalam sisi psikologis. Menurut Bruffaerts et al., (2018) mahasiswa merupakan kelompok yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental. Cukup banyak mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi mengalami stress (Aulia & Panjaitan, 2019).

Tekanan psikologis menjadi penyebab stress mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi (Ode et al., 2023). Faktor penyebab terjadinya tekanan psikologis dan kecemasan mahasiswa adalah faktor internal yang bersumber dari diri sendiri dan faktor eksternal dari luar seperti kondisi kauangan, bimbingan yang sulit ditemui, dan komunikasi antar keluarga yang kurang harmonis (Wakhyudin & Putri, 2020). Stress berhubungan negatif dengan kesejahteraan psikologis, yang artinya semakin tinggi tingkat stress mahasiswa maka semakin rendah kesejahteraan psikologisnya (Aulia & Panjaitan, 2019).

Kasus dan beberapa penelitian tersebut menunjukan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa perlu perhatian dalam intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologisnya (Kurniasari et al., 2019). Penelitian oleh Wakhyudin & Putri, (2020) menerangkan bahwa mahasiswa telah berusaha sendiri untuk menyelesaikan masalah menghadapi skripsi dengan menenangkan diri mencari teman sebaya, dan mendekatkan diri kepada Tuhan. Kepatuhan dalam beragama atau religiositas mencakup tindakan peribadatan, doa, meditasi, kedisiplinan, nasehat, dan peristiwa (Wainwright, 2005).

Maping menggunakan *vosviewer* dilakukan untuk mengetahui bagaimana posisi religiusitas berhubungan dengan kesejahteraan psikologis. Gambar *maping* tertera sebagai berikut :

**Gambar 1.** *Maping Vosviewer Kesejahteraan Psikologis*



Pencarian dengan *Harzing's Publish or Perish* dengan keyword kesejahteraan psikologis dari tahun 2013 hingga 2023 pada google scholar menemukan 1000 jurnal. File yang sudah disimpan dengan format RIS kemudian dilakukan *maping* dengan aplikasi *vosviewer*. Religiusitas menunjukkan *occurrences* 10 dan *relevance* 0,93. Item Religiusitas menempati urutan ke 7, sedangkan item Mahasiswa sebagai subjek menempati urutan ke 3 setelah item Indonesia dan Kesejahteraan Subjektif.

Literatur-literatur yang ditemukan dengan pencarian menggunakan *Harzing's Publish or Perish* sangat banyak. Kemudian banyak hampir semua penelitian menyatakan bahwa religiositas berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis. Berikut penelitian-penelitian yang menjelaskan hubungan religiositas dengan kesejahteraan psikologis yaitu oleh (Abdillah et al., 2021), (Bidjuni & Kallo, 2019), (Azaila et al., 2018), (Eva et al., 2020), (Prawiji & Mulawarman, 2022), (Isnaeni & Nashori, 2022), (Indrawati, 2019), (Setiawan et al., 2021), (Kosasih et al., 2022), (Atikasari, 2021), (Mabruri, 2009), (Hadjam & Nasiruddin, 2003), (Suzer & Eskin, 2023), (Saleem & Saleem, 2017), (Varaee et al., 2019), dan masih banyak yang lainnya.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka penting melihat dan mengkonfirmasi dengan gambaran yang luas melalui penelitian-penelitian yang telah dilakukan hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. *Evidence-based* pertama adalah fenomena bunuh diri mahasiswa yang mengalami ketegangan psikologis karena tugas akhir sehingga banyak mahasiswa mengalami kesejahteraan psikologis yang rendah. Salah satu penyebabnya adalah rendahnya religiusitas.

Kedua, *mapping variable* kesejahteraan psikologis menunjukkan mahasiswa dan religiusitas memiliki relevansi yang tinggi dengan kesejahteraan psikologis. Artinya, banyak penelitian atau problem dalam ruang lingkup tersebut. Ketiga, literatur-literatur sebelumnya banyak yang menyatakan hubungan positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis.

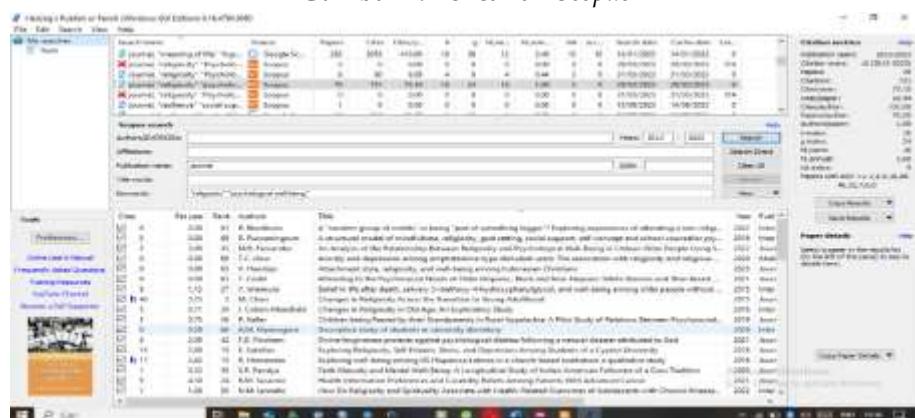
Tujuan penelitian ini adalah melakukan meta-analisis pengaruh religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. Melalui penelitian ini diharapkan dalam lingkup akademisi dapat mempertimbangkan pendekatan religiusitas ketika merancang sebuah intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis. Bagi masyarakat luas, penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman tentang pentingnya religiusitas individu dalam menjalani kehidupan.

## Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan meta-analisis. Pencarian menggunakan aplikasi *Harzing's Publish or Perish* dengan keyword "Religiosity" dan "Psychological Well-Being" yang fokus pertama ke jurnal *scopus* dari tahun 2013 hingga 2023 dan ditemukan 70 artikel. Artikel yang dapat diakses untuk diunduh ada 33 artikel, artikel sisanya peneliti tidak memiliki hak untuk mengaksesnya. Terdapat 15 artikel yang sesuai dengan kriteria peneliti yaitu religiositas sebagai X (variabel bebas) dan kesejahteraan psikologis sebagai Y (variabel terikat). Ada 15 artikel temanya tentang religiusitas dan kesejahteraan psikologis, akan tetapi tidak membahas hubungan antara keduanya. Sisanya 3 artikel merupakan penelitian dengan pendekatan kualitatif. Peneliti menemukan ada 2 artikel yang memiliki kemiripan dalam alat ukur kesejahteraan psikologis dengan menggunakan pendekatan teori dari Ryff's dan diketahui nilai korelasinya. Sedangkan 2 artikel tidak diketahui nilai korelasinya. Dua jurnal tersebut yang kemudian masuk dalam kriteria yang peneliti tentukan.

Berikut gambar pencarian melalui aplikasi *Harzing's Publish or Perish* yang berfokus pada pencarian di *scopus*:

Gambar 2. Pencarian Scopus



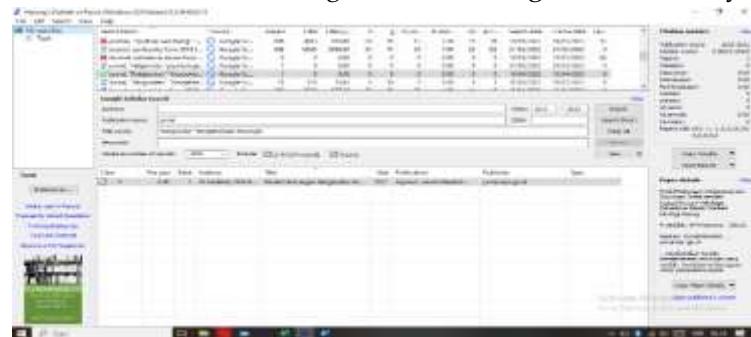
Pencarian kembali dilakukan menggunakan *Harzing's Publish or Perish* yang fokus pada *google scholar* dengan file title "Religiositas" "Kesejahteraan Psikologis". Pencarian menemukan 10 artikel terkait dari tahun 2013 hingga 2023. Semuanya dapat diakses untuk diunduh. Terdapat 2 jurnal tidak lengkap dalam pembahasan sehingga tidak dapat diidentifikasi nilai dalam hasilnya dan 8 dapat diidentifikasi serta memiliki kesamaan dalam alat ukur untuk religiositas dan kesejahteraan psikologis. Alat ukur religiositasnya menggunakan alat ukur yang sudah diadaptasi dari Glock and Stark, dan alat ukur kesejahteraan psikologis diadaptasi dari Ryff's. Gambar 3 merupakan pencarian melalui aplikasi *Harzing's Publish or Perish* yang berfokus pada pencarian di *google scholar*:

Gambar 3. Pencarian Google Scholar



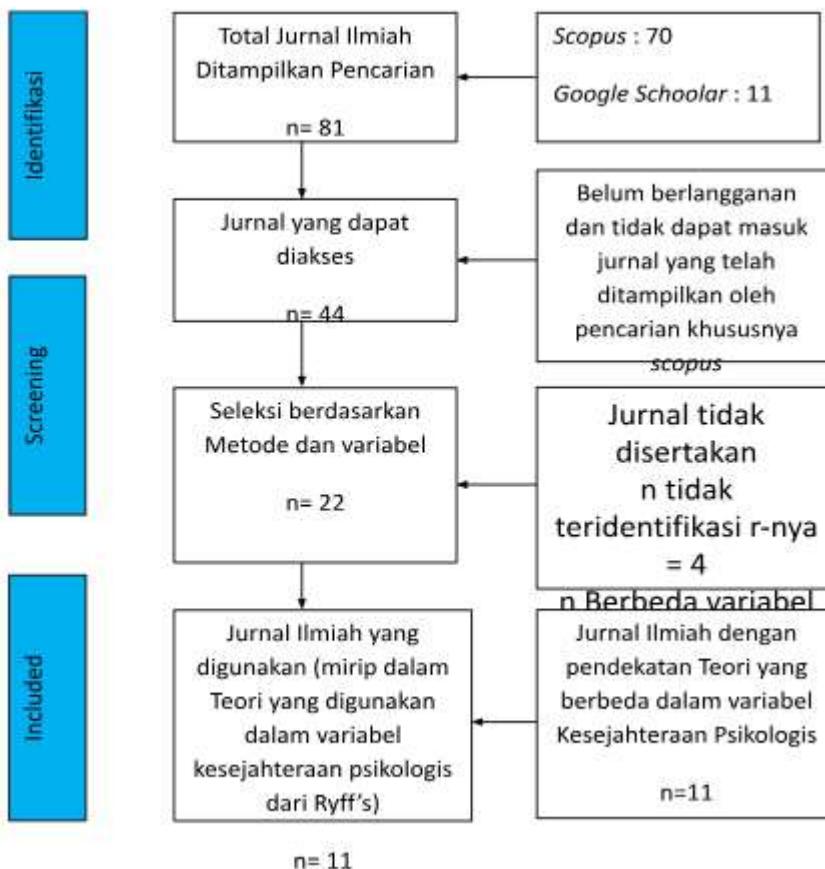
Pencarian ke-dua yang fokus ke *google scholar* menggunakan title yang berbeda yaitu "religiositas" "psychological well being" dengan rentang tahun 2013 hingga 2023. Hasil dari pencarian tersebut menemukan 1 artikel terkait dan memiliki alat ukur yang sama dengan 8 artikel sebelumnya. Sehingga jumlah artikel jurnal yang peneliti pakai ada 9 jurnal dari pencarian *google scholar*. Gambar 4 merupakan pencarian melalui aplikasi *Harzing's Publish or Perish* yang berfokus pada pencarian di *google scholar* dengan judul "religiositas" "psychological well being".

**Gambar 4.** Pencarian ke-dua di *Google Scholar* dengan kata kunci yang berbeda



Berdasarkan jurnal yang telah ditemukan, kemudian dilakukan pemilihan artikel jurnal yang nantinya masuk dalam analisis. Pemilihan jurnal melalui tiga tahap yaitu identifikasi, *screening*, dan *included*. Identifikasi adalah membaca artikel yang telah ditemukan. Kemudian lanjut pada proses *screening* yaitu menyeleksi jurnal yang sesuai. Adapun kriteria artikel jurnal yang dipilih adalah artikel dengan metode kuantitatif survey, diketahui jumlah sampelnya, dan nilai korelasinya. Proses ini dibuat gambar proses pemilihan dalam gambar 5 di bawah ini:

**Gambar 5.** Proses Pemilihan Jurnal



Adapun data jurnal yang digunakan dalam penelitian meta analisis ini pada tabel 1 di bawah ini:

**Tabel 1.** Data Jurnal yang Terpilih

No	Judul dan Tahun	Penulis	X	Y	Subjek
1.	Role of Religiosity in Psychological Well-Being Among Medical and Non-medical Students	(Saleem & Saleem, 2017)	Skala Keagamaan Intrinsik/Ekstrinsik Revisi yang dikembangkan oleh Tiliopoulos et al. 2007	Orientasi Ryff's Psychological Well-Being	Mahasiswa kedokteran dan non-kedokteran
2.	Religiosity and Coping: Racial Stigma and Psychological Well-Being among African American Girls	(Butler-Barnes et al., 2018)	Mutual Psychological Development Questionnaire (MPDQ-God) Hatcher and Mattis	Ryff's Psychological Well-Being	Gadis remaja dari Afrika dan Amerika dari 18 gereja
3.	Hubungan Religiositas Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Klinik Husada Kimia Farma Sario Manado	(Saring et al., 2015)	Religiositas Nashori diadaptasi dari Glock & Stark	Ryff's Psychological Well-Being	Pasien Diabetes Mellitus yang menjalani pengobatan di Klinik Husada Kimia Farma
4.	Model Hubungan Religiositas dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Melalui Mediasi	(Abdillah et al., 2021)	Religiositas dan Stark	Glock Ryff's Psychological Well-Being	Mahasiswa perguruan tinggi di Surakarta
5.	Religiositas dan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being)	(Kosasih et al., 2022)	Religiositas Fetzer	Ryff's Psychological Well-Being	Umum
6.	Pengaruh Kecerdasan Emosi dan Religiositas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja di SMA Negeri 12 Semarang	(Prawiji & Mulawarman, 2022)	Religiositas dan Stark	Glock Ryff's Psychological Well-Being	Siswa
7.	Pengaruh Resiliensi Dan Religiositas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Di Paud Rawan Bencana Rob	(Indrawati, 2019)	Religiositas dan Stark	Glock Ryff's Psychological Well-Being	Guru PAUD rawan bencana rob di Pekalongan
8.	Religiositas dan Kesejahteraan Psikologis Dimediasi Oleh Kebahagiaan Siswa (2021)	(Atikasari, 2021)	The Centrality of Religiosity Scale	Ryff's Psychological Well-Being	Siswa MA di Kota Malang
9.	Religiositas dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Pengajar Bimbingan Belajar Al-Qur'an di Universitas Negeri	(Setiawan et al., 2021)	The Religious Commitment Inventory-10 Scale worthington	Ryff's Psychological Well-Being	Mahasiswa berprofesi sebagai mentor Universitas Malang muslim, sebagai BBQ Negeri
10.	Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiositas Sebagai Moderator	(Eva et al., 2020)	The Religious Commitment Inventory-10 Scale	Ryff's Psychological Well-Being	Mahasiswa pendidikan fakultas psikologi UNM
11.	Pengaruh Religiositas dan Welas Asih Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus	(Isnaeni Nashori, 2022)	Religiositas Nashori diadaptasi dari Glock & Stark	Ryff's Psychological Well-Being	Orangtua dengan anak ABK

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan melihat bukti secara kumulatif hubungan religiositas yang berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis. Artikel jurnal yang telah ditemukan kemudian dilakukan meta-analisis menggunakan aplikasi JASP. Analisis yang digunakan dalam penelitian meta-analisis ini adalah analisis *effect size*. Pemodelan *effect size* dalam meta-analisis ada 2 yaitu *fix effect* dan *random effect*. Model *fix effect* digunakan jika asumsi yang dimodelkan homogen, dan sebaliknya menggunakan *random effect* jika heterogen (Borenstein et al., 2022).

Hasil uji *residual heterogeneity estimates*:

**Tabel 2.** Residual Heterogeneity Estimates

Residual Heterogeneity Estimates	
	Estimate
$\tau^2$	0,180
T	0,425
$I^2$ (%)	97,081
$H^2$	34,262

Hasil menunjukkan nilai inkonsistensi ( $I^2$ ) yaitu sebesar 97,081%. Nilai  $I^2$  digunakan untuk melihat heterogenitas penelitian. Apabila hasil menunjukkan kurang dari 25% maka heterogenitasnya rendah, antara 26% hingga 50% menunjukkan sedang, dan jika nilainya 51% hingga 100% menunjukkan heterogenitasnya tinggi (Card, 2012). Hasil di atas menunjukkan bahwa heterogenitas atau keragaman data yang digunakan adalah tinggi. Artinya analisis menggunakan model *fix effect*.

Sebelum data masuk ke aplikasi JASP, terlebih dahulu peneliti mencari *effect size* dan *effect size standart error*. Diketahui nilai n (ukuran sampel) dan r (koefisien korelasi) pada artikel yang dipilih kemudian dihitung dengan rumus sebagai berikut:

Effect size:

$$ES (Cohen's d) = 2 * r / \sqrt{1 - r^2} \quad (1)$$

Standart Error:

$$SE (Cohen's d) = \frac{\sqrt{(1-2n)} * \sqrt{(1-r^2)}}{(n * \sqrt{(1-r^2)})} \quad (2)$$

Maka hasil perhitungan terdapat di tabel 3:

**Tabel 3.** *effect size* dan *effect size standart error*

Penulis	N	r	z	vz	sez
Shemalia Saleem dan Tamkeen Saleem	240	0,59	0,677666	0,004219	0,064957
Sheretta T.Butler-Barnes, Pamela P. Martin, Elan C. Hope, Nikeea Copeland-Linder, Marquisha Lawrence Scott	117	0,53	0,590145	0,008772	0,093659
Hendro Bidjuni dan Vandri Kallo	70	0,57	0,647523	0,014925	0,122169
Muhammin Abdillah, Nanik Prihartanti, dan Eny Purwandari	148	0,38	0,40006	0,006897	0,083045
Ismawati Kosasih, Engkos Kosasih, Farhan Zakariyya	156	0,938	1,721139	0,006536	0,080845
Tansis Tyan Pratiwi dan Mulawarman	279	0,34	0,354093	0,003623	0,060193
Triana Indrawati	45	0,83	1,188136	0,02381	0,154303
Fitri Atikasari	235	0,34	0,354093	0,00431	0,065653
Mei Shinta Setiawan, Nur Eva, Sri Andayani	112	0,301	0,310619	0,009174	0,095783
Nur Eva, Pravissi Shanti, Nur Hidayah, dan Moh. Bisri	735	0,363	0,380337	0,001366	0,036961
Rizki Isnaeni dan H. Fuad Nashori	107	0,45	0,4847	0,009615	0,098058

**Tabel 4.** Uji Hipotesis  
Coefficients

	Estimat e	Standard Error	z	p
intercep t	0,641	0,131	4,89 9	<,00 1

*Note.* Wald test.

Adapun hipotesis penelitian ini adalah:

1.  $H_0$  : *true effect size* = 0, religiusitas tidak berpengaruh positif dengan kesejahteraan psikologis
2.  $H_1$  : *true effect size*  $\neq$  0, artinya religiusitas berpengaruh positif dengan kesejahteraan psikologis

Berdasarkan *output* hasil dari JASP 0.17.1.0 nilai  $z$  = 4,899 dan *p-value* menunjukkan nilai 0,001 yang berarti  $<0,05$ . Artinya,  $H_1$  diterima religiusitas signifikan berpengaruh positif dengan kesejahteraan psikologis.

**Tabel 5.** Uji Publication Bias

**Rank correlation test for Funnel plot asymmetry**

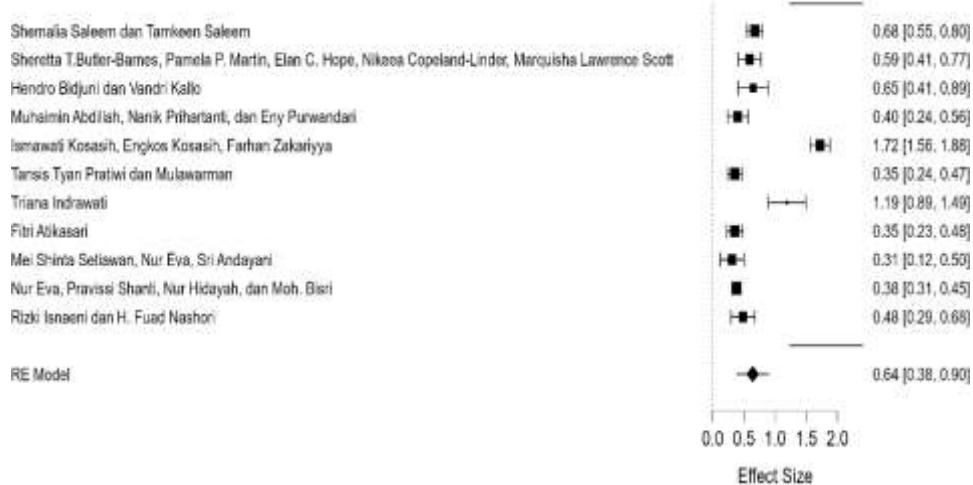
	Kendall's $\tau$	p
Rank test	0,455	0,060
	Z	p
sei	1,183	0,237

Adapun hipotesis *publication bias* penelitian ini adalah:

1.  $H_0$ : *true effect size* = 0, data terindikasi *publication bias*
2.  $H_1$  : *true effect size*  $\neq$  0, data tidak terindikasi *publication bias*

Hasil menunjukkan besar koefisien korelasi antara *effect size* adalah 0,455. Nilai *p-value* nya menunjukkan 0,060 yang artinya lebih besar dari 0,05. Artinya, hipotesis  $H_0$  ditolak atau tidak terindikasi *publication bias*. Hal ini juga didukung dengan nilai *egger's* sebesar 1,183 yang lebih besar dari 0,05. Sehingga dapat dikatakan bahwa jurnal-jurnal yang terliat dalam penelitian ini cenderung memberikan hasil yang berbeda.

**Gambar 5.** Hasil *Forest Plot* Religiusitas terhadap Kesejahteraan Psikologis



Berdasarkan perhitungan dengan aplikasi JASP 0.17.1.0 terhadap 11 jurnal yang *random effect model* nya dihasilkan nilai *effect size hedge's g* sebesar 0,64 (97% CI = 0,38-0,90). Menurut (Ellis, 2010) *hedge's g* dikategorikan menjadi 3 yaitu *small effect size* jika *g* 0,2 hingga 0,5, *medium effect size* jika *g* 0,5 hingga 0,8, dan *large effect size* jika *g* lebih dari 0,8. Maka dari hasil *Forest Plot* di atas menunjukkan bahwa nilai *effect size hedge's g* dalam kategori *medium effect size*. Artinya, hasil menunjukkan adanya *medium effect size* pengaruh religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis individu. Nilai tersebut juga menerangkan bahwa efektivitas religiusitas dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah 64% dengan kategori kuat, sedangkan 36% dipengaruhi oleh faktor lain.

## Diskusi

Artikel jurnal yang dipilih untuk penelitian meta-analisis ini adalah artikel dengan teori dan alat ukur yang sama. Memilih artikelyang menggunakan alat ukur yang sama dapat menjadi

landasan empiris dan bebas bias dalam melihat nilai yang muncul. Hasil  $I^2$  meta-analisis menunjukkan heterogenitas yang tinggi, nilainya hingga 97,081%. Nilai ini menghasilkan *random effect*, yaitu perbedaan antar individu paenelitian yang berpengaruh pada variabel bebas (Makarti & Yudiarso, 2022). Pemilihan artikel yang dilakukan meta-analisis memang tidak melihat subjek untuk dijadikan homogen. Sehingga subjek artikel yang dipilih bervariatif dan membuat heterogenitasnya tinggi.

Adapun subjek-subjek dari sebelas artikel jurnal yang dipilih seperti yang sudah tampil pada tabel 1 adalah mahasiswa kedokteran, gadis remaja, pasien diabetes militus yang sedang menjalani pengobatan, mahasiswa perguruan tinggi di surakarta, masyarakat umum, siswa, guru PAUD, siswa MA, mahasiswa muslim, mahasiswa fakultas pendidikan psikologi dan orangtua dengan anak ABK. Mahasiswa sebagai kelompok yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental (Bruffaerts et al., 2018), tentu perlu mempertimbangkan dan melihat kembali sikap religiusitasnya. Agar gangguan hingga memilih untuk bunuh diri yang sedang tidak kembali terjadi. Empat jurnal dengan subjek mahasiswa menyatakan religiusitas berpengaruh positif dengan kesejahteraan psikologis.

Beragama telah diakui menjadi salah satu aspek penting dalam penyembuhan, pemulihan dari kecanduan, dan dukungan dalam masa individu mengalami problem atau penderitaan (Fukuyama & Sevig, 1999). Berdasarkan banyak artikel dan hasil meta-analisis diatas, religiusitas berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis individu. Menurut (Ryff, 2013) kesejahteraan psikologis adalah realisasi diri individu sebagai manusia yang menjadi dasar untuk dilihat bagaimana kepribadiannya. Kesejahteraan psikologis memiliki enam aspek yaitu *self-acceptance, purpose in life, autonomy, environmental mastery, personal growth, and positive relationships*. Enam dimensi aspek tersebut yang menunjukkan tentang bagaimana individu sehat, baik, dan berfungsi penuh sebagai manusia (Ryff & Singer, 2008).

Religiusitas yang berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis mengartikan bahwa dimensi-dimensi religiusitas dapat meningkatkan aspek-aspek dalam kesejahteraan psikologis. Menurut Glock and Stark dalam Robbins et al., (1966) menjelaskan bahwa religiusitas di dalamnya mencakup dimensi keyakinan, ritualistik, pengetahuan, penghayatan, dan konsekuensi. Seperti halnya, individu yang memiliki pengetahuan agama yang baik, maka secara tidak langsung dapat memiliki *purpose in life* dalam dirinya. Salah satu fungsi agama yaitu menuntun manusia dalam kehidupannya sehingga mencapai kesejahteraan (Fukuyama & Sevig, 1999).

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil meta-analisis dengan aplikasi JASP 0.17.1.0 dari jurnal yang telah dipilih maka disimpulkan bahwa religiusitas memiliki pengaruh positif dengan kesejahteraan psikologis. Terdapat 11 jurnal yang dipakai, 4 jurnal dengan subjek mahasiswa menyatakan bahwa religiusitas berhubungan positif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Religiusitas menjadi variable yang penting untuk mahasiswa khususnya yang sedang mengerjakan tugas akhir. Sehingga perlu mempertimbangkan religiusitas dalam merancang intervensi untuk individu khususnya mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir.

## Kepustakaan

Abdillah, M., Prihartanti, N., & Purwandari, D. E. (2021). Model Hubungan Religiositas dan

- Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Melalui Mediasi Strategi Koping. *Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 12(2), 2614-5863. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v12i2.2205>
- Atikasari, F. (2021). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Dimediasi Oleh Kebahagiaan Siswa. *Jurnal Ilmiah Psikomuda Connectedness*, 1(1), 15-27.
- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 127. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127>
- Azaila, L., Muna, L. N., & Rusdi, A. (2018). Kesejahteraan Psikologis Pada Jemaah Pengajian DITinjau Dari Religiusitas dan Hubbud Dunya. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 4(1), 35-44.
- Bidjuni, H., & Kallo, V. (2019). Hubungan Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Pasien Diabetes Melitus Di Klinik Husada Kimia Farma Sario Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.25201>
- Borenstein, M., Hedges, L. V., Higgins, J. P. T., & Rothstein, H. R. (2022). Introduction to Meta Analysis. In *A John Wiley and Sons*. Wiley. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-52636-2\\_287](https://doi.org/10.1007/978-3-319-52636-2_287)
- Bruffaerts, R., Mortier, P., Kiekens, G., Auerbach, R. P., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Green, J. G., Nock, M. K., & Kessler, R. C. (2018). Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *Journal of Affective Disorders*, 225(1), 97-103. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.07.044>
- Butler-Barnes, S. T., Martin, P. P., Hope, E. C., Copeland-Linder, N., & Lawrence Scott, M. (2018). Religiosity and Coping: Racial Stigma and Psychological Well-Being among African American Girls. *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1980-1995. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0644-9>
- Card, N. A. (2012). *Applied Meta-Analysis for Social Science Research*. The Guilford Press.
- Dewi, R. K. (2020). *Viral soal Kasus Bunuh Diri Mahasiswa karena Skripsinya Kerap Ditolak Dosen*. <https://www.kompas.com/tren/read/2020/07/15/120405165/viral-soal-kasus-bunuh-diri-mahasiswa-karena-skripsinya-kerap-ditolak-dosen?page=all>
- Ellis, P. D. (2010). *The Essential Guide to Effect Sizes*. Cambridge University Press.
- Eva, N., Shanti, P., & Hidayah, N. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 122-131. <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>
- Fukuyama, M. A., & Sevig, T. D. (1999). *Integrating Spirituality into Multicultural Counseling*. Sage.
- Hadjam, M. N. R., & Nasiruddin, A. (2003). Peranan Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Kerja, dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis. *Jurnal Psikologi*, 2, 72-80.
- Hidayat. (2023). *Depresi karena Skripsi, Mahasiswa di Jambi Gantung Diri*. <https://www.merdeka.com/peristiwa/depresi-karena-skripsi-mahasiswa-di-jambi-gantung-diri.html>
- Indrawati, T. (2019). Pengaruh Resiliensi dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Guru di PAUD Rawan Bencana Rob. *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 71-82.
- Isnaeni, R., & Nashori, H. F. (2022). Pengaruh Religiusitas dan Welas Asih Diri terhadap

- Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus. *Psikologika*, 27, 147–164.  
<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss1.art10>
- Kosasih, I., Kosasih, E., & Zakariyya, F. (2022). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being). *Jurnal Psikologi Insight*, 6(2), 1–7.
- Kurniasari, E., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Gambaran Umum Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 52–58.  
[http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)
- Mabruri, M. I. (2009). Hubungan Antara Kepribadian Tangguh dan Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Korban Bencana Alam Di Yogyakarta. *Intuisi: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 1–9.
- Makarti, P., & Yudiarso, A. (2022). Studi Metaanalisis : Efektivitas Acceptance and Commitment Therapy ( ACT ) untuk Menurunkan Depresi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set*, 13(2), 89–100.
- Ode, W., Silviani, R., & Fida, W. N. (2023). Hubungan Komunikasi Interpersonal Dosen Pembimbing Mahasiswa Terhadap Tekanan Psikologis Dalam Menyusun Skripsi. *JIKOM: Jurnal Ilmiah Komunikasi*, 15(01), 40–47.
- Prawiji, T. T., & Mulawarman. (2022). Pengaruh Kecerdasan Emosi dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Di SMA Negeri 12 Semarang. *Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 8(1), 15–24.
- Robbins, R., Glock, C. Y., & Stark, R. (1966). Religion and Society in Tension. *Sociological Analysis*, 27(3), 173. <https://doi.org/10.2307/3710391>
- Ryff, C. D. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.  
<https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you re: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39.  
<https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Saleem, S., & Saleem, T. (2017). Role of Religiosity in Psychological Well-Being Among Medical and Non-medical Students. *Journal of Religion and Health*, 56(4), 1180–1190.  
<https://doi.org/10.1007/s10943-016-0341-5>
- Saring, H. R., Bidjuni, H., & Kallo, V. (2015). Hubungan Religiusitas Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Pasien Diabetes Melitus Di Klinik Husada Kimia Farma Sario Manado. *E Journal Keperawatan*, 7(1), 23–28.
- Setiawan, M. S., Eva, N., & Andayani, S. (2021). Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Pengajar Bimbingan Belajar Al-Qur'an Di Universitas Negeri Malang. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 06(01), 94–107.
- Suzer, O. T., & Eskin, M. (2023). Religiosity, Identity Confusion, and Psychological Well-Being in Turkish University Students The Moderating Role of Religious Orientation.pdf. *Journal of Religion and Health*, 6(2), 984–1006.
- Varaee, P., Momeni, K., & Moradi, A. (2019). Structural Equation Modeling: A Study on the Effect of Religious Orientation on the Psychological Wellbeing Concerning the Mediating Role of Death Anxiety and Self-compassion in the Male Elderly Living in Kermanshah City in 2017. *SALMAND: Ranian Journal of Ageing*, 14(2), 162–177.

- Wainwright, W. J. (2005). *The Oxford Handbook of Philosophy of Religion*. Oxford University Press.
- Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *WASIS : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1), 14–18.  
<https://doi.org/10.24176/wasis.v1i1.4707>