

## Religiusitas dan Kesejahteraan Psikologis pada Jamaah Pasca Suluk

*Religiosity and Psychological Well-Being among Post-Suluk Congregations*

Khaira Maulida<sup>1\*</sup>, Nur Afni Safarina<sup>1</sup>, Cut Ita Zahara<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

\*Correspondence author: [Khaira.180620022@mhs.unimal.ac.id](mailto:Khaira.180620022@mhs.unimal.ac.id)

**Abstract:** *This study aims to determine the relationship between religiosity and psychological well-being, we use quantitative research methods with correlation analysis to measure the relationship between religiosity and psychological well-being. Data were obtained through a questionnaire on the scale of religiosity and psychological well-being. The subjects of the study were 96 pilgrims after mysticism in Bireuen, which were obtained based on the calculation of the number of samples using the Cochran formula. The results of the study show that there is a relationship between religiosity and psychological well-being, the correlation value is positive, meaning that if the religiosity of the congregation after mysticism is high, then the psychological well-being is also high.*

**Keywords:** *Congregation After Suluk, Religiosity, Psychological well-being*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada jamaah pasca suluk di Kabupaten Bireuen, dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan analisis korelasi. Data diperoleh melalui kuesioner skala religiusitas dan kesejahteraan psikologis. Subjek penelitian berjumlah 96 jamaah pasca suluk di Kabupaten Bireuen, yang dipeloreh berdasarkan perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus Cochran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis, nilai korelasinya positif, jika religiusitas jamaah pasca suluk tinggi, maka kesejahteraan psikologisnya tinggi.

**Kata kunci:** Jamaah Pasca Suluk, Kesejahteraan Psikologis, Religiusitas

## Pendahuluan

Suluk yaitu rangkaian kegiatan jama'ah yang berhubungan dengan spiritual keagamaan. Saat melakukan kegiatan suluk, jamaah biasanya banyak melakukan ibadah lainnya, seperti puasa wajib dan sunnah, shalat wajib dan sunnah, serta latihan dzikir, doa, dan tawajjuh. Imam al-Ghazali mengatakan bahwa, dari semua cara beribadah tersebut, yang terpenting bagi jama'ah suluk adalah menyerahkan segala kekayaan dan kenikmatan dunia dan memilih jalan akhirat yang akan menuju kepada Allah (Husna, 2019).

Emosi dan psikis individu yang melaksanakan ibadah suluk sangat baik, individu yang melaksanakan suluk akan berusaha untuk menetralkan berbagai emosi negatif yang ada pada dirinya dikarenakan pada saat pelaksanaan ibadah suluk individu hanya ingin berfokus pada hubungannya dengan Allah (Sutatminingsih & Fatimah, 2020).

Kesejahteraan psikologis adalah pemenuhan pertumbuhan seseorang, yang dipengaruhi oleh konteks kehidupan mereka. Kesejahteraan psikologis juga dapat berarti mencapai potensi psikologis seseorang, memiliki tujuan hidup, mampu membangun hubungan yang baik dengan orang lain, mampu mengendalikan lingkungan agar sesuai kondisinya, mampu

menerima kekurangan serta kelebihan diri sendiri, dan mampu terus mengembangkan diri. Berdasarkan apa yang telah dikemukakan di atas, dapat dikatakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah ketika seseorang merasa sehat jasmani dan rohani serta mampu mengaktualisasikan dirinya dengan baik. Terdapat beberapa dimensi dari kesejahteraan psikologis yaitu: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, pengembangan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan, dan otonomi (Ryff & Singer, 2008).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu menurut Ryff (2008): dukungan sosial, kepribadian, usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan religiusitas. Salah satu faktor pengaruh kesejahteraan psikologis adalah religiusitas (Bastaman dalam Eva & Bisri, 2018). Religiusitas merupakan komitmen seseorang terhadap agamanya, yang terlihat dari bagaimana dia bertindak dan apa yang dia lakukan, dan juga didasarkan pada aturan agama yang dianutnya. Perilaku religiusitas semacam ini tidak hanya tampak dalam ibadah, tetapi juga dalam segala perkataan dan perbuatan yang diucapkan dan dilakukan seseorang (Setiawan et al., 2021).

Tingkat religiusitas seseorang dapat berpengaruh pada kesejahteraan

psikologisnya. Religiusitas dikaitkan dengan meletakkan semua masalah hidup di tangan Tuhan. Orang yang religius lebih cenderung melihat kebaikan dalam hal buruk yang terjadi pada mereka, yang membuat hidup mereka lebih bermakna (Bastaman, 2000). Berdasarkan fenomena para jamaah pasca suluk memiliki kesejahteraan psikologis yang bagus, dikarenakan pengetahuan dan pengalamannya tentang agamanya (Argyle 2001), mengatakan bahwa religiusitas membantu seseorang menjaga kesehatan mentalnya selama masa-masa sulit (Eva & Bisri, 2018).

Hasil survey kesejahteraan psikologis terlihat bahwa terdapat 20% individu yang tidak mampu menerima keadaan diri dan berpikir positif terhadap masa lalunya, 18% individu yang tidak dapat berinteraksi baik dan mempercayai jamaah yang lain, 25% individu yang tidak mampu menentukan tujuan dan menghadapi permasalahannya, 15% individu yang tidak dapat berinteraksi dan bersikap baik dengan jamaah yang lain, 30% individu yang tidak mampu membuat keputusan dan Menyusun tujuan sendiri. Hasil survey religiusitas dapat diketahui bahwa para jamaah pasca suluk memiliki religiusitas yang sangat bagus dimana hasil survey pada setiap aspek religiusitasnya 100%.

Husain At Tariqi (2004) mengatakan bahwa sifat atau ciri religiusitas meliputi

kemampuan bertindak dan berpikir tentang agama secara obyektif, kritis, dan terbuka. Orang yang sangat religius mampu memisahkan dan memasukkan hal-hal yang rasional ke dalam kehidupan beragamanya. Ini membuat pemikiran mereka tentang agama lebih realistis dan kompleks. Memiliki kepribadian yang dinamis. Jika seseorang memiliki kepribadian yang dinamis, agama telah mampu mengendalikan dan membimbing pikiran dan tindakannya. Semua kegiatan keagamaan dilakukan karena kepentingan agama itu sendiri. Kebhinekaan yang matang dan integral akan mampu memadukan keyakinan agamanya dengan seluruh bagian kehidupan, termasuk kehidupan sosial dan ekonomi. Pandangan seimbang antara kesenangan dunia namun tidak melupakan kehidupan akhirat. Jika seseorang sangat religius, dia akan berada di antara batas kecukupan dan kelebihan.

Penelitian terdahulu oleh Rusda Aini Linawati dan Dinie Ratri Desiningrum (2017) "hubungan antara religiusitas dengan psychological well-being pada siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang", menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara menjadi religiusitas dengan psychological well-being. Semakin religius seseorang, semakin baik kesejahteraan psikologisnya.

Namun, menurut hasil survey awal yang telah dilakukan oleh peneliti di lapangan menunjukkan bahwa para jamaah

pasca suluk memiliki religiusitas yang sangat tinggi, namun kesejahteraan psikologisnya tidak dapat dikatakan sangat tinggi dikarenakan beberapa dari mereka terlihat tidak dapat melakukan penerimaan diri, tidak dapat membangun hubungan positif dengan orang lain, tidak bisa menentukan tujuan hidup, tidak dapat melakukan penguasaan lingkungan, dan tidak dapat membuat keputusan sendiri.

Hal ini menunjukkan bahwa temuan peneliti dilapangan tidak sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa semakin religius seseorang maka semakin baik kesejahteraan psikologisnya (Linawati & Desiningrum, 2017).

Dari penjelasan diatas ditemukan bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada jamaah pasca suluk di Kabupaten Bireuen. Oleh karena itu peneliti ingin melihat apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada jamaah pasca suluk di Kabupaten Bireuen.

**Hasil**

Sebelum membahas lebih lanjut dapat dilihat gambaran umum kedua variabel penelitian pada tabel dibawah ini :

**Table 1.**  
Kategorisasi Religiusitas

Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
$X > 159.22 + 2$	Tinggi	44	46%
$X < 159.22 - 2$	Rendah	35	36%
Total		79	82%

**Metode**

Penelitian ini menggunakan dua variabel, variabel bebas religiusitas dan variabel terikat kesejahteraan psikologis. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 96 jamaah pasca suluk, laki-laki sebanyak 20 jamaah dan perempuan sebanyak 76 jamaah.

Sampel dalam penelitian ini diperoleh berdasarkan metode Cochran dengan tingkat kesalahan 10%. Metode pengumpulan data menggunakan skala yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan skala Huber Centrality of Religiosity Scale (CRS) untuk mengukur religiusitas dan skala dari Ryff's Psychological Well-Being (RPWB) untuk mengukur kesejahteraan psikologis.

Dari hasil validitas menggunakan teknik corrected item didapatkan hasil item yang valid sebanyak 44, dengan item yang tidak valid sebanyak 10 item untuk skala religiusitas sedangkan untuk skala kesejahteraan psikologis terdapat 33 item yang valid dan 39 aitem yang dinyatakan gugur.

Berdasarkan tabel diatas terkait kategorisasi variabel Religiusitas, diketahui bahwa terdapat 44 atau sebesar 46% jamaah pasca suluk yang berada pada kategorisasi tinggi, 35 atau sebesar 36% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori rendah, dan sebanyak 17 atau sebesar 18% jamaah yang tidak terkategori, hal ini dikarenakan jamaah tersebut tidak termasuk dalam kategori tinggi maupun rendah.

**Tabel 2.**  
Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Psikologis

Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
X > 113.06 + 2	Tinggi	35	36%
X < 113.06 - 2	Rendah	40	42%
Total		75	78%

Berdasarkan tabel diatas terkait kategorisasi variabel kesejahteraan psikologis, diketahui bahwa terdapat 35 atau sebesar 36% jamaah pasca suluk yang berada pada kategorisasi tinggi, 40 atau sebesar 42% jamaah pasca suluk yang tergolong dalam kategori rendah, dan sebanyak 21 atau sebesar 22% jamaah yang tidak terkategori, hal ini dikarenakan jamaah tersebut tidak termasuk dalam kategori tinggi maupun rendah.

**Tabel 3.**  
Kategorisasi religiusitas berdasarkan jenis kelamin

Skor	Kategori	Jenis kelamin		Persentase	
		Laki-laki	Perempuan	Laki-laki	Perempuan
X > 159.22 + 2	Tinggi	7	23	35%	30%
X < 159.22 - 2	Rendah	5	32	25%	42%
Total		12	55	60%	72%

Hasil pengkategorisasian religiusitas berdasarkan jenis kelamin dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 12 individu atau sebesar 60% jamaah pasca suluk laki-laki yang dapat dikategorisasikan, 7 individu atau sebesar 35% jamaah pasca suluk laki-laki yang berada pada kategori tinggi, sebanyak 5 atau sebesar 25% jamaah pasca suluk laki-laki yang berada pada kategori rendah dan 8 individu atau sebesar 40% jamaah pasca suluk laki-laki yang tidak terkategori dikarenakan tidak termasuk dalam kategori tinggi ataupun rendah. Untuk jamaah pasca suluk perempuan terdapat sebanyak 55 atau sebesar 72% jamaah pasca suluk perempuan yang dapat dikategorisasikan, sebanyak 23 atau sebesar 35% yang berada pada kategori tinggi, 32 atau sebesar 42% jamaah pasca suluk perempuan yang berada pada kategori rendah dan sebanyak 21 atau sebesar 28% jamaah pasca suluk perempuan yang tidak terkategori karena tidak

termaksud dalam kategori tinggi ataupun rendah.

**Tabel 4.**  
Kategorisasi kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin

Skor	Kategori	Jenis kelamin		Persentase	
		Laki-laki	Perempuan	Laki-laki	Perempuan
X > 113.06 + 2	Tinggi	5	36	25%	47%
X < 113.06 - 2	Rendah	7	24	35%	32%
Total		12	60	60%	79%

Hasil pengkategorisasian kesejahteraan psikologis berdasarkan jenis kelamin diatas dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 12 individu atau sebesar 60% jamaah pasca suluk laki-laki yang terkategori, pada kategori tinggi sebanyak 5 individu atau sebesar 25%, pada kategori rendah sebanyak 7 individu atau sebesar 35%, dan sebanyak 8 individu atau sebesar 40% jamaah pasca suluk laki-laki yang tidak terkategori dikarenakan tidak termaksud dalam kategori tinggi ataupun rendah. Untuk jamaah pasca suluk perempuan terdapat sebanyak 60 individu atau sebesar 79% jamaah pasca suluk perempuan yang dapat dikategorisasikan, 36 individu atau sebesar 47% yang berada pada kategori tinggi, 24 individu atau sebesar 32% jamaah pasca suluk perempuan yang berada pada kategori

rendah dan sebanyak 16 individu atau sebesar 21% jamaah pasca suluk perempuan yang tidak terkategori, dikarenakan tidak termaksud dalam kategori tinggi maupun rendah.

**Tabel 5.**  
Kategorisasi religiusitas berdasarkan usia

Skor	Kategori	Usia		Persentase	
		Remaja	Dewasa	Remaja	Dewasa
X > 159.22 + 2	Tinggi	12	26	34%	43%
X < 159.22 - 2	Rendah	17	20	47%	34%
Total		29	46	81%	77%

Hasil kategorisasi religiusitas berdasarkan usia dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 29 individu atau sebesar 81% jamaah pasca suluk yang berada pada fase remaja yang dapat dikategorisasikan, yaitu pada kategori tinggi sebanyak 12 individu atau sebesar 34%, pada kategori rendah sebanyak 17 individu atau sebesar 47% dan sebanyak 7 individu atau sebesar 19% jamaah pasca suluk pada fase remaja yang tidak dapat dikategorisasikan karena tidak termasuk dalam kategori tinggi ataupun rendah. Untuk jamaah pasca suluk pada fase dewasa didapatkan hasil sebanyak 26 individu atau sebesar 43% yang berada pada kategori tinggi, serta sebanyak 20 atau sebesar 34% jamaah pasca suluk pada fase dewasa yang berada pada kategori

rendah dan sebanyak 14 individu atau sebesar 23% jamaah pasca suluk yang tidak terkategori karena tidak termasuk dalam kategori tinggi ataupun rendah.

**Tabel 6.** Kategorisasi kesejahteraan psikologis berdasarkan usia

Skor	Kategori	Usia
		Remaja
$X > 113.06 + 2$	Tinggi	13
$X < 113.06 - 2$	Rendah	20
Total		33

**Tabel 7.** Deskripsi Data Religiusitas Berdasarkan Kecamatan

Skor	Kategori	Usia			Persentase		
		Peusangan	Peusangan Selatan	Jeumpa	Peusangan	Peusangan Selatan	Jeumpa
$X > 159.22 + 2$	Tinggi	21	10	12	42%	50%	46%
$X < 159.22 - 2$	Rendah	22	8	7	44%	40%	27%
Total		43	18	19	86%	90%	73%

Dari hasil pengkategorisasian kesejahteraan psikologis berdasarkan usia diatas dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 33 atau sebesar 92% jamaah pasca suluk pada fase remaja yang dapat dikategorisasikan, yaitu terdapat 13 atau sebesar 36% jamaah pasca suluk pada fase remaja yang berada pada kategori tinggi, 20 atau sebesar 56% jamaah pasaca suluk pada fase remaja berada pada kategori rendah, dan terdapat 3 atau sebesar 8% jamaah pasca suluk pada fase remaja yang tidak terkategori karena tidak termasuk dalam kedua kategori tersebut.

Jamaah pasca suluk pada fase dewasa yang dapat dikategorikan sebanyak 44 individu atau sebesar 73%, yang berada pada kategori tinggi sebanyak 20 individu atau sebesar 33%, pada kategori rendah sebanyak 24 atau sebesar 40%, dan yang tidak terkategori sebanyak 16 individu atau sebesar 27%, hal tersebut dikarenakan 16 individu tersebut tidak termasuk dalam kategori tinggi ataupun rendah. Hasil pengkategorisasian berdasarkan kecamatan didapatkan hasil, sebanyak 21 individu atau sebesar 42%

jamaah pasca suluk dari kecamatan peusangan berada pada kategori tinggi, sebanyak 22 individu atau sebesar 44% jamaah pasca suluk dari kecamatan peusangan berada pada kategori rendah, dan 7 individu atau sebesar 14% jamaah pasca suluk dari kecamatan peusangan yang tidak terkategori karena tidak termasuk dalam kategori tinggi ataupun rendah. Untuk jamaah pasca suluk yang berasal dari kecamatan peusangan selatan didapatkan hasil sebanyak 10 individu atau sebesar 50% jamaah pasca suluk dari kecamatan peusangan selatan

berada pada kategori tinggi, sebanyak 8 individu atau sebesar 40% jamaah pasca suluk dari kecamatan peusangan selatan yang berada pada kategori tinggi, dan sebanyak 2 individu atau sebesar 10% jamaah pasca yang berasal dari kecamatan peusangan selatan yang tidak dapat dikategorisasikan dikarenakan tidak termasuk kedalam kedua kategori.

Sedangkan untuk jamaah pasaca suluk yang berasal dari kecamatan jeumpa didapatkan hasil sebanyak 12 individu atau sebesar 46% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori tinggi, sebanyak 7 individu atau sebesar 27% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori rendah, dan sebanyak 7 individu atau sebesar 73% jamaah pasca suluk yang berasal dari kecamatan jeumpa yang tidak terkategoriisasi.

**Tabel 8.**  
Deskripsi Data Kesejahteraan Psikologis Berdasarkan Kecamatan

Skor	Kategori	Usia		Persentase
		Peusangan	Peusangan Selatan	
X > 113,06 + 2	Tinggi	20	9	31%
X < 113,06 - 2	Rendah	24	8	23%
Total		44	17	69%

Hasil deskripsi data kesejahteraan psikologis berdasarkan kecamatan dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 20 individu atau sebesar 40% jamaah pasca suluk yang berasal dari kecamatan

peusangan berada pada kategori tinggi, sebanyak 24 individu atau sebesar 48% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori rendah, dan 6 individu atau sebesar 12% jamaah pasca suluk yang tidak terkategoriisasikan karena tidak termasuk dalam kategori tinggi maupun rendah. Untuk jamaah pasca suluk yang berasal dari kecamatan peusangan selatan didapatkan sebanyak 9 individu atau sebesar 45% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori tinggi, sebanyak 8 individu atau sebesar 40% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori rendah, dan sebanyak 3 individu atau sebesar 15% jamaah pasca suluk yang tidak terkategoriisasi di kecamatan peusangan selatan. Sedangkan untuk kecamatan jeumpa terdapat sebanyak 12 individu atau sebesar 46% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori tinggi, 6 individu atau sebesar 23% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori rendah, serata

Menurut temuan uji normalitas yang dilakukan terhadap 96 partisipan, diperoleh hasil sebagai berikut:



**Tabel 9.**  
Hasil Uji Normalitas

<i>One sample komolgrov Smirnov test</i>		
Nilai Signifikan		
Variabel	Sig.	Keterangan
Religiusitas	0.715	Berdistribusi
Kesejahteraan Psikologis	0.333	normal Berdistribusi normal

Nilai signifikansi untuk variabel religiusitas dan kesejahteraan psikologis sebesar 0,715 untuk variabel religiusitas dan 0,333 untuk variabel kesejahteraan psikologis. Karena tingkat signifikansi kedua variabel lebih besar dari 0,05, maka bisa dikatakan bahwa baik variabel agama

Hasil untuk variabel religiusitas dan variabel kesejahteraan psikologis diperoleh nilai signifikansi linieritas sebesar 0,000. Karena signifikansinya lebih

**Tabel 11.**  
Hasil Uji Hipotesis

Variabel	korelasi <i>product moment</i>	
	Signifikan	<i>Pearson Correlation</i>
Religiusitas	0,000	0.759
Kesejahteraan Psikologis		

Koefisien korelasi Pearson antara variabel religiusitas dan kesejahteraan psikologis ditentukan sebesar 0,759. Berdasarkan temuan uji parametrik yang dilakukan dengan menggunakan pendekatan korelasi *product moment* untuk mendapatkan koefisien korelasi. Dua tanda bintang menunjukkan bahwa uji dua sisi dengan ambang signifikansi 0,01 menunjukkan adanya korelasi antar variabel. Koneksi positif menunjukkan bahwa ketika

maupun kesejahteraan psikologis memiliki distribusi data yang normal. Sehingga untuk uji hipotesis peneliti menggunakan uji parametrik yang dihitung dengan memanfaatkan Teknik korelasi product moment.

Berdasarkan temuan uji linieritas yang dilakukan terhadap 96 sampel penelitian didapatkan hasil sebagai berikut

**Tabel 10.**  
Hasil Uji Linearitas

<i>Linearity Deviation From Linearity</i>	
Nilai Signifikansi	0.000

kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ), maka bisa dinyatakan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel Religiusitas dengan Kesejahteraan Psikologis.

agama naik, begitu pula kesejahteraan psikologis. Asosiasi tersebut cukup dekat karena nilainya lebih dari 0,5. Ho ditolak karena nilai signifikansi 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis.

## Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara religiusitas dengan

kesejahteraan psikologis jamaah mengikuti suluk. Temuan tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil pengujian hipotesis.

Hasil uji hipotesis ( $\text{sig} < 0,05$ ) dan koefisien korelasi pearson antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis sebesar 0,759%. Koneksi positif menunjukkan bahwa ketika agama naik, begitu pula kesejahteraan psikologis. Asosiasi tersebut cukup dekat karena nilainya lebih dari 0,5. Menurut riset (Rusda Aini Linawati & Dinie Ratri Desinigrum, 2017), terdapat korelasi positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis, yaitu semakin tinggi religiusitas maka semakin besar kesejahteraan psikologis individu.

Saat melakukan suluk, jamaah sering melakukan beberapa ibadah tambahan, antara lain puasa wajib dan sunnah, shalat wajib dan sunnah, serta latihan dzikir, shalat, dan meditasi. Aspek terpenting dari semua ibadah bagi jamaah suluk tersebut adalah apa yang dikemukakan Imam al-Ghazali, yakni meninggalkan segala kekayaan dan kenikmatan dunia dan memilih jalan akhirat yang menuju kepada Allah (Husna, 2019). Karena hubungan antara religiusitas dan transendensi semua masalah kehidupan kepada Allah, orang dengan tingkat religiusitas tinggi lebih mampu menafsirkan keadaan hidup mereka secara positif, sehingga memperkaya kehidupan mereka. (bastaman dalam Eva & Bisri, 2018).

Berdasarkan hasil pengkategorisasian pada variabel religiusitas diketahui bahwa terdapat 44 atau sebesar 46% jamaah pasca suluk yang berada pada kategorisasi tinggi, 35 atau sebesar 36% jamaah pasca suluk yang tergolong dalam kategori rendah, dan sebanyak 17 atau sebesar 18% jamaah yang tidak terkategori, hal ini dikarenakan jamaah tersebut tidak termasuk dalam kategori tinggi maupun rendah.

Dari hasil Pengkategorisasian variabel kesejahteraan psikologis, diketahui bahwa terdapat 35 atau sebesar 36% jamaah pasca suluk yang berada pada kategorisasi tinggi, 40 atau sebesar 42% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori rendah, dan sebanyak 21 atau sebesar 22% jamaah yang tidak terkategori, hal ini dikarenakan jamaah tersebut tidak termasuk dalam kategori tinggi maupun rendah.

Berdasarkan hasil pengkategorisasian dapat dilihat pada variabel religiusitas lebih banyak jamaah pasca suluk yang berada pada kategori tinggi, yaitu sebesar 46%, sedangkan untuk variabel kesejahteraan psikologis jamaah pasca suluk yang berada pada kategori tinggi sebesar 36%,

hal ini menunjukkan bahwa selisih antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis jamaah pasca suluk dalam kategori tinggi tidak terlalu besar, ini memperkuat riset Ellison (lihat Taylor, 1995), yang menyatakan bahwa agama bisa

meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang.

Temuan studi Ellison menunjukkan bahwa orang dengan keyakinan agama yang kuat melaporkan kepuasan hidup yang lebih besar, lebih banyak kesenangan pribadi, dan efek negatif yang lebih kecil dari pengalaman traumatis dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki pandangan seperti itu. Menurut studi yang dilakukan oleh Freidman dan rekan (dikutip dalam Taylor, 1995), religiusitas membantu individu dalam mengatasi kejadian negatif. Menurut Najati (2005), agama atau kehidupan beragama bisa membantu mengurangi kecemasan, ketegangan, dan stres.

Temuan riset Rahma Dwi Anggraeni menunjukkan bahwa agama memiliki hubungan positif yang substansial dengan kesejahteraan psikologis, yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi 0,000 dan koefisien regresi 0,559. Pada riset sebelumnya, partisipannya adalah remaja pesantren, dan dari penelitiannya diketahui bahwa ada korelasi yang cukup besar antara agama dan kesehatan psikologis. Hubungan antara agama dan kesejahteraan psikologis memiliki tingkat signifikansi 0,01 dengan memanfaatkan uji dua sisi, menurut temuan riset yang dilakukan oleh para peneliti. Koneksi positif menunjukkan bahwa ketika agama naik, begitu pula kesejahteraan psikologis. Asosiasi tersebut cukup dekat karena nilainya lebih dari 0,5.

Menurut riset yang dilakukan oleh Mei Shinta Setiawa, Nur Eva, dan Sri Andayani (2021), terdapat pengaruh antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada siswa yang berprofesi sebagai pengajar les Al-Qur'an, dengan nilai signifikansi 0,004 ( $<0,005$ ), nilai korelasi sebesar 0,301, dan koefisien determinasi sebesar 0,09, menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan secara statistik antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis.

Riset yang peneliti lakukan pada subjek berbeda yaitu orang yang sudah pernah bersuluk, mengungkapkan bahwa ada hubungan yang menguntungkan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis; semakin religius jemaah pasca-suluk, semakin besar kesejahteraan psikologisnya.

Pengaruh agama terhadap kesejahteraan psikologis secara statistik signifikan ( $T = 2,994$ ;  $p = 0,003$ ), namun kontribusi dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis tidak signifikan secara statistik ( $T = 1,047$ ;  $p = 0,296$ ). Hal ini menunjukkan bahwa agama memiliki dampak yang lebih besar pada kesehatan mental siswa yang sangat pandai daripada dukungan sosial.

Menurut temuan investigasi peneliti, korelasi Pearson antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis adalah 0,759, dan ambang batas signifikansi hubungan ini adalah 0,01. Nilai korelasinya positif yaitu religiusitas meningkat maka kesejahteraan psikologis juga

semakin tinggi. Keeratan hubungannya kuat karena nilainya lebih dari 0.5.

Jamaah pasca suluk laki-laki memiliki religiusitas yang lebih tinggi dibanding jamaah pasca suluk perempuan, hal tersebut diketahui berdasarkan hasil pengkategorisasian yang telah dilakukan. 35% jamaah pasca suluk laki-laki yang berada pada kategori tinggi dan 30% jamaah pasca suluk perempuan yang berada pada kategori tinggi. Namun, untuk kesejahteraan psikologis lebih banyak jamaah pasca suluk perempuan yang berada pada kategori tinggi, dengan persentase 47% jamaah perempuan yang berada pada kategori tinggi dan 25% jamaah laki-laki yang berada pada kategori tinggi.

Jika dilihat berdasarkan usia didapatkan hasil untuk religiusitasnya, orang dewasa memiliki religiusitas yang lebih tinggi dibandingkan remaja, orang dewasa yang berada pada kategori tinggi didapatkan hasil sebanyak 43% sedangkan remaja 34%. Namun, untuk kesejahteraan psikologisnya lebih banyak remaja yang berada pada kategori tinggi, dengan persentase 36% remaja yang berada pada kategori tinggi dan 33% dewasa yang berada pada kategori tinggi. Dilihat berdasarkan tempat tinggal atau kecamatan, pada variabel religiusitas yang paling banyak pada kategori tinggi adalah kecamatan peusangan dengan persentase 50%, selanjutnya kecamatan jeumpa dengan persentase 46% dan untuk kecamatan peusangan jamaah pasca suluk yang berada pada kategori tinggi sebanyak 42%.

Sedangkan untuk variabel kesejahteraan psikologis didapatkan kecamatan yang jamaah pasca suluknya lebih banyak pada kategori tinggi yaitu Kecamatan Jeumpa dengan persentase 46%, diikuti oleh Kecamatan dengan persentase 45%, dan selanjutnya kecamatan peusangan dengan persentase 40% jamaah pasca suluk yang berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan pembahasan tersebut bisa diambil kesimpulan bahwa ada hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada jamaah pasca suluk di kabupaten Bireuen, semakin tinggi religiusitas jamaah pasca suluk maka kesejahteraan psikologisnya pun akan tinggi. Tingkat religiusitas jamaah pasca suluk lebih tinggi dibandingkan dengan kesejahteraan psikologis jamaah pasca suluk.

Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin terkait religiusitasnya, maka lebih banyak jamaah pasca suluk laki-laki yang berada pada kategori tinggi. Namun untuk kesejahteraan psikologisnya jamaah pasca suluk perempuan lebih banyak yang berada pada kategori tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Berdasarkan usia jamaah pasca suluk di kabupaten Bireuen, untuk religiusitasnya lebih banyak jamaah pasca suluk dewasa yang memiliki religiusitas pada kategori tinggi dibandingkan jamaah pasca suluk remaja. Namun pada kesejahteraan psikologisnya lebih banyak jamaah pasca suluk remaja yang berada pada kategori tinggi dibandingkan jamaah pasca suluk dewasa.

Berdasarkan tempat tinggal atau kecamatan didapatkan hasil, bahwa jamaah pasca suluk yang berasal dari kecamatan peusangan selatan religiusitas lebih banyak pada kategori tinggi dibandingkan dengan kecamatan peusangan dan kecamatan jeumpa. Namun untuk kesejahteraan psikologisnya jamaah pasca suluk yang berasal dari kecamatan jeumpa lebih banyak yang berada pada kategori tinggi dibandingkan dengan kecamatan peusangan dan kecamatan peusangan selatan.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada jamaah pasca suluk di Kabupaten Bireuen.

Nilai korelasi antara variabel religiusitas dengan kesejahteraan psikologis jamaah pasca suluk di Kabupaten Bireuen berkorelasi positif, artinya jika religiusitas meningkat maka kesejahteraan psikologis juga akan meningkat, dan keterkaitannya erat. Tingkat religiusitas Jamaah pasca-suluk di Kabupaten Bireuen lebih tinggi dibandingkan dengan kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan jenis kelaminnya, lebih banyak jamaah pasca suluk laki-laki yang berada pada kategori tinggi dibandingkan jamaah suluk perempuan. Untuk kesejahteraan psikologisnya lebih banyak

jamaah pasca suluk perempuan yang berada pada kategori tinggi dibandingkan laki-laki. Jamaah pasca suluk dewasa lebih banyak yang berada pada kategori tinggi dibandingkan dengan jamaah pasca suluk remaja, namun untuk kesejahteraan psikologis lebih banyak jamaah pasca suluk remaja yang berada pada kategori tinggi.

Dari 3 Kecamatan yang dijadikan tempat penelitian, religiusitas jamaah pasca suluk yang berada pada kategori tinggi lebih banyak dari jamaah pasca suluk yang berasal dari Kecamatan Peusangan selatan. Untuk kesejahteraan psikologis jamaah pasca suluk yang lebih banyak berada pada kategori tinggi berasal dari Kecamatan Jeumpa.

### *Saran*

Bagi jamaah pasca suluk; peneliti menyarankan para jamaah pasca suluk untuk dapat mempertahankan religiusitas serta kesejahteraan psikologisnya. Mempertahankan religiusitasnya pada saat melaksanakan ibadah suluk hingga pelaksanaan ibadah suluk selesai, dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari setelah pelaksanaan ibadah suluk. Serta para jamaah pasca suluk disarankan untuk konsisten dalam melaksanakan ibadah-ibadah sunnah yang biasanya dikerjakan pada saat pelaksanaan ibadah suluk. Para jamaah pasca suluk juga disarankan untuk tetap dapat berhubungan baik dengan orang lain di lingkungan sekitarnya,

dengan mengikuti pengajian-pengajian yang diadakan disekitar tempat tinggalnya.

Bagi peneliti selanjutnya; keterkaitan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada jamaah pasca-suluk di Bireuen adalah satu-satunya topik kajian ini, diantisipasi bahwa peneliti masa depan akan menganalisis sampel yang lebih besar atau lebih banyak orang. Studi selanjutnya juga didorong untuk mengkaji hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis jamaah pasca suluk tergantung pada kepribadian atau kondisi sosial ekonomi mereka. Sarjana masa depan juga dapat melakukan lebih banyak studi memanfaatkan teknik riset kualitatif untuk mengumpulkan data yang lebih komprehensif dan akurat.

## Referensi

- Anggraeni, R. D. (2017). Hubungan Antara Religiusitas Dan Stres Dengan Psychological Well Being Pada Pondok Pasantren. *Jurnal Empati*, 7(3), 105–109. <https://journalunesa.ac.id/index.php/jppt/article/view/1853> Diakses 16 Februari 2022
- Azwar, S. (2012). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar
- Budiarto, D. S., Yennisa, ., & Nurmalisa, F. (2018). Hubungan antara Religiusitas dan Machiavellian dengan Tax Evasion: Riset Berdasarkan Perspektif Gender. *Telaah Bisnis*, 18(1), 19–32. <https://doi.org/10.35917/tb.v18i1.91>. Diakses 23 Januari 2022
- Creswell, J, W. (2012). *Research Desain Pendekatan Kualitatif dan Mixed*: Pustaka Pelajar
- Eva, N., & Bisri, M. (2018). Dukungan sosial, Religiusitas, dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Cerdas Istimewa. *Proseding Seminar Nasional Klinis*, 1996, 101. <http://fppsi.um.ac.id/wp-content/uploads/2018/12/12.-Nur-eva.pdf>. Diakses 19 Januari 2022.
- Fitriyani, N. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial dan Psychological Well Being Terhadap Prestasi Belajar Santri Kelas X (Studi Kasus di MBS Sleman dan Ibnu Qoyyim Putri). *LITERASI (Jurnal Ilmu Pendidikan)*, 10(1), 34. [https://doi.org/10.21927/literasi.2019.10\(1\).34-46](https://doi.org/10.21927/literasi.2019.10(1).34-46). Diakses 19 Januari 2022.
- Fuadi. (2019). Fakultas Agama Islam (FAI). *Pedagogik*, 6(1), 1–107. <http://repository.umsu.ac.id/handle/123456789/4820>. Diakses 18 Januari 2022.
- Hamidah, M. (2020). Religiusitas Dan Perilaku Bullying Pada Santri Di Pondok Pesantren. *Psycho Holistic*, 2(1), 141–151. <http://journal.umbjm.ac.id/index.php/psychoholistic>. Diakses 16 Februari 2022.
- Huber, S., & Huber, O.W. (2012). The centrality of religiosity scale (CRS). *Religions*, 71- 742. <https://www.mdpi.com/2077-1444/3/3/710>. Diakses 15 Maret 2022.
- Husain At Tariqi, Abdullah A. (2004). *Ekonomi Islam Prinsip, Dasar dan Tujuan*. Insania Press.
- Husna, A. (2019). aktivitas tradisi suluk di pasantren darussalam labuhanhaji barat kabupaten aceh selatan (Issue April). *Islam Negeri Ar-Raniry*. Diakses 18 januari 2022.
- Hutagalung, D., Asbari, M., Fayzhall, M., Ariyanto, E., Agistiawati, E., Sudyono, R. N., Waruwu, H., Goestjahjanti, F. S., Winanti, & Yuwono, T. (2020). Peran Religiusitas, Kepemimpinan Transformasional, Kepuasan Kerja dan Mediasi Organizational Citizenship Behavior terhadap Kinerja Guru. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 311–326. <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsyscouns/article/view/483>. Diakse 23 Januari 2022.
- Linawati, R. A., & Desiningrum, D. R. (2017). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Siswa SMP Muhammadiyah 7 Semarang Rusda Aini Linawati, Dinie Ratri Desiningrum. *Jurnal Empati*, 7(Nomor 3), 105–109. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.19738>. Diakses 16 Februari 2022.

- Priyatno, D. (2011). *Buku saku spss analisis statistik data lebih cepat, efisien, dan akurat*. MediaKom
- Priyatno, D. (2014). *SPSS 22 pengolahan data terpraktis*. Yogyakarta:CV Andi Offset
- Rahama, K., & Izzati, U. A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada karyawan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 94–106. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41818>. Diakses 18 Januari 2022.
- Rkhmat, Jalaluddin. (2007). *Metode Penelitian Komunikasi: Dilengkapi dengan contoh Analistik Statistik*. Rosdakarya
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>. Diakses 15 Februari 2022
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>. Diakses 15 Februari 2022
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>. Diakses 15 Februari 2022
- Setiawan, M. S., Eva, N., & Andayani, S. (2021). Religiusitas dan kesejahteraan psikologis mahasiswa pengajar bimbingan belajar Al-Quran di universitas negeri malang. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 06, 2013–2015. [https://www.researchgate.net/publication/349223492\\_kebahagiaan\\_yang\\_dialami\\_salik](https://www.researchgate.net/publication/349223492_kebahagiaan_yang_dialami_salik). Diakses 11 Desember 2021.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*. Alfabeta
- Sugiyono. (2016). *Statistika Untuk penelitian*. Alfabeta
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta
- Sutatminingsih, R., & Fatimah, S. (2020). Kebahagiaan yang Dialami Salik Features of Happiness among Salik's. 12(2), 148–158. <https://www.jurnal-fai-uikabogor.org/index.php/alinfoq/article/view/867>. Diakses 18 Januari 2022.
- Wibowo, F. W., & Sujono, R. I. (2021). Pengaruh Religiusitas Terhadap Wirausaha Muslim Muda (Studi Kasus Pondok Pasantren Di Yogyakarta). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 12(2), 2013–2015. <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFSIP/article/download/27184/26195>. Diakses 23 Januari 2022.
- Zahra, V. S. (2020). Suluk Tradition (Study Of The Naqsyabandiyah Congregation In The Gunung Sahilan Village, Gunung Sahilan District, Kampar District). 7, 1–15. Diakses 11 Desember 2020.