

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 1. RELIGIUSITAS

##### 1.1. Pengertian Religius

Religiusitas berasal dari kata *religi* (latin) atau *relegre*, yang berarti membaca dan mengumpulkan. Menurut Nasution *religare* yang berarti mengikat (Jalaluddin, 2007). Sementara dalam bahasa Indonesia *religi* berarti agama merupakan suatu konsep yang secara definitif diungkapkan pengertiannya oleh beberapa tokoh sebagai berikut:

- a. Menurut Gazalba *religi* atau agama pada umumnya memiliki aturan – aturan dan kewajiban – kewajiban yang harus dipatuhi dan dilaksanakan oleh pemeluknya. Semua hal itu mengikat sekelompok orang dalam hubungannya dengan Tuhan, sesama manusia dan alam sekitarnya. Sedangkan menurut Shihab (1993) agama adalah hubungan antara makhluk dengan Khalik (Tuhan) yang berwujud dalam ibadah yang dilakukan dalam sikap keseharian (Ghufroon dan Risnawita, 2010).
- b. Menurut Anshori, ia memberikan pengertian agama dengan lebih detail yakni agama sebuah sistem *credo* (tata keyakinan) atas adanya Yang Maha Mutlak dan suatu sistem norma (tata kaidah) yang mengatur hubungan antara manusia dengan sesama manusia,

dan alam sekitarnya, sesuai dengan keimanan dan tata peribadatan tersebut (Ghufron dan Risnawita, 2010)

- c. Harun Nasution menurutnya agama berasal dari kata *al – din, religi (religare)* dan agama. *Al din (semit)* berarti undang – undang atau hukum. Dalam bahasa Arab kata ini mengandung arti menguasai, menundukkan, patuh, utang, balasan dan kebiasaan. Sedangkan kata *relegere* berarti mengumpulkan dan membaca. Dan *religere* berarti mengikat, sedangkan kata agama terdiri dari a = tak, gam = pergi mengandung arti tak pergi, tetap ditempat atau diwarisi turun temurun. Secara defenitif Harun Nasution menjelaskan pengertian agama adalah (Arifin, 2008) :

- 1) Pengakuan terhadap adanya hubungan manusia dengan kekuatan gaib yang harus dipatuhi.
- 2) Pengakuan terhadap adanya kekuatan gaib yang menguasai manusia.
- 3) Mengikat diri pada suatu bentuk yang mengandung pengakuan, pada suatu sumber yang berada di luar manusia yang mempengaruhi perbuatan – perbuatannya.
- 4) Kepercayaan pada suatu kekuatan gaib yang menimbulkan cara hidup tertentu.

- 5) Suatu sistem tingkah laku (*code of conduct*) yang berasal dari kekuatan gaib.
  - 6) Pengakuan terhadap adanya kewajiban – kewajiban yang diyakini bersumber pada suatu kekuatan gaib.
  - 7) Pemujaan terhadap kekuatan gaib yang timbul dari perasaan lemah dan perasaan takut terhadap kekuatan misterius yang terdapat dalam alam sekitar.
  - 8) Ajaran – ajaran yang diwahyukan Tuhan kepada manusia melalui seorang Rasul.
- d. Thouless mendefinisikan agama sebagai sikap terhadap dunia yang mencakup acuan yang menunjukkan lingkungan lebih luas daripada lingkungan fisik yang terikat ruang dan waktu – *the spatio – temporal physical world*- (dalam hal ini yang dimaksud adalah dunia spritual) (Liputo, 2009).
- e. Glock dan Strack (dalam Nashori & Mucharam dalam Solahuddin), menyatakan bahwa religi adalah sistem symbol, keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya berpusat pada persoalan – persoalan yang dihayati sebagai sesuatu yang maknawi (Palupi,2013).

- f. Vergilius Ferm mengartikan *religion* adalah seperangkat makna dan kelakuan yang berasal dari individu – individu yang religious (Rochim, 2009).
- g. Menurut Chatters religiusitas merupakan sebuah proses untuk mencari sebuah jalan kebenaran yang berhubungan dengan sesuatu yang sacral (Tonhowi, 2006).
- h. James mendefinisikan agama sebagai perasaan, tindakan dan pengalaman manusia secara individual dalam keheningan mereka, sejauh mereka itu menangkap diri mereka berada dalam hubungan dengan apapun yang mereka pandang sebagai Ilahi (Liputo, 2009).

Dari banyaknya istilah tentang agama atau religi yang disebutkan para tokoh diatas, menunjukkan bahwa manusia membutuhkan agama dalam kehidupan sehari – hari, karena di dalam agama atau religi terdapat kewajiban yang harus kita laksanakan dan selain itu di dalamnya terdapat cara bagaimana kita bersikap dan beretika terhadap sesama manusia dan alam sekitar.

Oleh karena itu religiusitas dapat diartikan sebagai keyakinan atas adanya yang mengatur hubungan antara manusia dengan Tuhannya, manusia dengan manusia dan alam semesta, yang didalamnya terdapat perasaan, tindakan dan pengalaman yang bersifat individual. Di dalam religi dapat berbentuk simbol, keyakinan, sistem nilai dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya berpusat pada persoalan yang dianggap sebagai sesuatu paling bermakna.

## 1.2. Unsur Dan Fungsi Agama (Religiusitas) Bagi Manusia

Menurut Harun Nasution ada beberapa unsur yang terdapat dalam agama yaitu (Arifin, 2008) :

- a. Kekuatan gaib, yang diyakini berada diatas kekuatan manusia. Karena kelemahan dan keterbatasannya manusia merasa membutuhkan pertolongan dengan membina dan menjaga hubungan baik dengan kekuatan gaib tersebut. Realisasnya adalah sikap patuh terhadap perintah dan larangan kekuatan gaib.
- b. Keyakinan terhadap kekuatan gaib sebagai penentu nasib baik dan buruk manusia. Oleh karena itu, manusia berusaha semaksimal mungkin untuk menjaga hubungan baik tersebut agar kesejahteraan dan kebahagiaannya terpelihara.
- c. Respon yang bersifat emosional dari manusia. Hal ini terlihat dalam bentuk penyembahan, baik karena didorong oleh perasaan takut atau didorong oleh rasa cinta, serta bentuk cara hidup tertentu bagi penganutnya.
- d. Paham adanya yang kudus (*sacred*) dan suci. Sesuatu yang kudus dan suci ini ada kalanya berupa kekuatan gaib, kitab yang berisi ajaran agama maupun tempat – tempat tertentu.

Fungsi agama bagi manusia (dalam Hendropuspito dalam Solahuddin) meliputi beberapa hal, diantaranya adalah (Liputo, 2009) :

a. Fungsi Educatif

Manusia mempercayakan fungsi edukatif pada agama yang mencakup tugas mengajar dan membimbing. Keberhasilan pendidikan terletak pada pendayagunaan nilai – nilai rohani yang merupakan pokok – pokok kepercayaan agama. Nilai yang diserapkan antara lain makna dan tujuan hidup, hati nurani, dan rasa tanggung jawab kepada Tuhan.

b. Fungsi Penyelamatan

Agama dengan segala ajarannya memberikan jaminan kepada manusia keselamatan dunia dan akhirat.

c. Fungsi Pengawasan Sosial

Agama ikut bertanggung jawab terhadap norma – norma sosial sehingga agama menyeleksi kaidah – kaidah sosial yang ada, mengukuhkan yang baik dan menolak kaidah yang buruk agar selanjutnya ditinggalkan dan dianggap sebagai larangan dan mengadakan pengawasan yang ketat atas pelaksanaannya.

d. Fungsi Memupuk Persaudaraan

Persamaan keyakinan merupakan salah satu persamaan yang bisa memupuk rasa persaudaraan yang kuat. Manusia dalam persaudaraan bukan hanya melibatkan sebagian dari dirinya saja, melainkan seluruh pribadinya juga dilibatkan dalam suatu keintiman yang terdalam dengan sesuatu yang tertinggi yang dipercayai bersama.

e. Fungsi Transformatif Agama

Mampu melakukan perubahan terhadap bentuk kehidupan masyarakat lama ke dalam bentuk kehidupan baru. Hal ini dapat berarti pula menggantikan nilai – nilai baru. Transformasi ini dilakukan pada nilai – nilai adat yang kurang manusiawi. Sebagai contoh kaum Quraisy pada zaman Nabi Muhammad yang memiliki kebiasaan jahiliyah karena kedatangan Islam sebagai agama yang menanamkan nilai – nilai lama yang tidak manusiawi dihilangkan.

### 1.3.Aspek Dan Dimensi Religiusitas

Drajat mengemukakan bahwa agama meliputi dua aspek yaitu (Ghufron dan Risnawita, 2010):

- a. Aspek kesadaran beragama adalah aspek yang terasa dalam pikiran yang merupakan aspek mental dari aktivitas beragama.
- b. Aspek pengalaman beragama adalah perasaan yang membawa kepada keyakinan yang dihasilkan oleh tindakan.

Glock dan Strak menyebutkan ada lima dimensi beragama (religiusitas), yaitu (Ghufron dan Risnawita, 2010) :

**a. Dimensi Keyakinan (*The Ideological Dimension*)**

Dimensi keyakinan adalah tingkatan sejauh mana seseorang menerima dan mengakui hal – hal yang dogmatik dalam agamanya. Misalnya keyakinan adanya sifat – sifat Tuhan, adanya malaikat, surga dan sebagainya.

**b. Dimensi Peribadatan atau Praktik Agama (*The Ritualistic Dimension*)**

Dimensi ini adalah sejauh mana tingkatan seseorang menunaikan kewajiban – kewajiban ritual dalam agamanya. Misalnya menunaikan sholat, puasa, zakat dan lain sebagainya.

**c. Dimensi *Feeling* atau Penghayatan (*The Experiential Dimension*)**

Dimensi ini adalah perasaan keagamaan yang pernah dialami dan dirasakan, seperti merasa dekat dengan Tuhan, tenang saat berdo'a, merasa takut berbuat dosa, tersentuh mendengarkan kitab suci, merasa senang doa'nya dikabulkan dan sebagainya.

**d. Dimensi Pengetahuan Agama (*The Intellectual Dimension*)**

Dimensi ini adalah seberapa jauh seseorang mengetahui dan memahami ajaran – ajaran agamanya terutama yang ada dalam kitab suci, hadits, pengetahuan tentang fiqh dan lain sebagainya.

**e. Dimensi *Effect* atau Pengalaman (*The Consequential Dimension*)**

Dimensi ini adalah sejauh mana implikasi ajaran agama mempengaruhi perilaku seseorang dalam kehidupan sosial. Misalnya, menjenguk orang sakit, menyumbangkan harta kepada orang yang membutuhkan, mempererat silaturahmi dan lain – lain. Dari pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan, bahwa didalam komitmen religious terdapat lima dimensi yaitu, dimensi

keyakinan, dimensi praktik agama, dimensi penghayatan, dimensi pengetahuan agama dan dimensi pengalaman.

Dari pemaparan diatas dapat ditarik kesimpulan, bahwa didalam religius terdapat lima dimensi yaitu, dimensi keyakinan, dimensi praktik agama, dimensi penghayatan, dimensi pengetahuan agama dan dimensi pengalaman.

## **2. *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* (KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS)**

### **2.1. Pengertian *Psychological Well Being***

Penelitian tentang kesehatan dari dahulu telah dilakukan dan kematian bukan satu – satunya hal yang berkaitan dengan kesehatan, akan tetapi terdapat kesalahan hidup dan kesejahteraan psikologis (*Psychological Well Being*) di dalamnya. Penelitian tentang kesehatan mental sering kali berfokus pada hal – hal negative, misalnya depresi dan kecemasan. Namun saat ini penelitian mulai beralih meneliti aspek – aspek positif salah satunya *Psychological Well Being* (Springer dan Hauser, 2006). Kesejahteraan psikologis dipandang sebagai aspek fundamental dari psikologi positif dan komponen yang tidak terpisahkan dari perkembangan rentang hidup manusia dan kemampuannya beradaptasi (Springer dan Hauser, 2005).

Definisi kesejahteraan psikologis yang berkembang selama ini ada dua. Definisi pertama berdasarkan pendapat Bradburn (1969) yang didasarkan

pada penelitian terhadap perubahan sosial pada level makro (perubahan yang terjadi akibat tekanan politik, urbanisasi, pekerjaan, dan pendidikan), serta rujukan Bradburn pada buku terkenal karangan Aristoteles yang berjudul *Nicomachean Ethics*. Ia menerjemahkan kesejahteraan psikologis menjadi *happiness* (kebahagiaan). Dalam *Nicomachean Ethics* dijelaskan bahwa tujuan tertinggi yang ingin diraih individu adalah kebahagiaan. Kebahagiaan berdasarkan pendapat Bradburn berarti adanya keseimbangan afek positif dan negative. (Ryff,1989).

Beberapa literatur mendefinisikan *psychological well being* sebagai kepuasan hidup. Neugarten, Havighurst, & Tobin (dalam Ryff, 1989) membuat alat ukur *Life Satisfaction Index* (LSI) untuk membedakan individu lanjut usia yang termasuk *successful aging* dan yang tidak. Ryff (1989) mencoba merumuskan pengertian *psychological well being* dengan mengintegrasikan teori - teori psikologi klinis, psikologi perkembangan dan teori kesehatan mental. Teori - teori psikologi klinis tersebut adalah konsep aktualisasi diri dari Maslow, konsep kematangan dari Allport, konsep *fully functioning person* dari Roger dan konsep individuasi dari Jung.

Dari teori - teori psikologi perkembangan, Ryff merujuk pada teori tahapan psikososial dari Erikson, teori Buhler dan teori perubahan kepribadian dari Neugarten. Ryff juga merujuk konsep kriteria kesehatan mental positif dari Jahoda, sehingga akhirnya Ryff menyimpulkan bahwa individu berusaha berpikir positif tentang dirinya meskipun mereka sadar

akan keterbatasan - keterbatasan dirinya (penerimaan diri). Mereka juga mencoba mengembangka dan menjaga kehangatan dan rasa percaya dala hubungan interpersonal (hubungan positif dengan orang lain) dan membentuk lingkunga mereka, sehingga kebutuhan pribadi dan keinginannya dapat terpenuhi (penguasaan lingkungan). Ketika mempertahankan individualitas dalam konteks sosial makro, individu juga mengembangkan *self determination* dan kewibawaan (otonomi). Upaya yang paling penting adalah menemukan makna dari tantangan yang telah dilalui dan dari upaya yang dilakukan dalam menghadapinya (tujuan hidup). Terakhir, mengembangkan bakat dan kemampuan secara optimal (pertumbuhan pribadi) merupakan yang paling utama dalam *psychological well being*. (Pudrovskaa dkk, 2005).

Beberapa ahli menyebut istilah lain, yaitu *subjective well-being* dalam menjelaskan *psychological well-being*. *Subjective well-being* didefinisikan sebagai suatu evaluasi positif mengenai kehidupan seseorang yang diasosiasikan dengan diperolehnya perasaan menyenangkan. (Stock, et al, 1986; Pinquart & Sorenson, 2000). *Subjective well-being* sifatnya lebih khusus (subyektif dialami oleh tiap individu) sedangkan *psychological well-being* sifatnya lebih luas dan umum. Indikator untuk menilai *subjective well-being* antara lain: kepuasan hidup, keseimbangan emosi positif dan negatif, kebahagiaan.

Berdasarkan beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa *psychological well being* (kesejahteraan psikologis) adalah suatu keadaan

dimana individu merasa bahagia, puas dan menerima keadaan dirinya, serta mampu merealisasikan potensi dalam dirinya. Kondisi tersebut ditandai dengan fungsi psikologi positif dalam diri individu yaitu: penerimaan diri, relasi sosial yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan terhadap lingkungan dan otonomi.

## **2.2. Dimensi – Dimensi *Psychological Well Being***

Menurut Ryff (1989), *psychological well-being* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*). Dalam buku "*Adult Development and Aging*" (2002), Ryff menjelaskan bahwa secara psikologis, manusia memiliki sikap positif terhadap diri dan orang lain. Mereka mampu membuat keputusan sendiri, dan mengatur tingkah laku mereka, serta mereka mampu memilih dan membentuk lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Setiap orang memiliki tujuan yang berarti dalam hidupnya, dan mereka berusaha untuk menggali dan mengembangkan diri mereka semaksimal mungkin (Eva Palupi, 2005).

Dimensi - dimensi *psychological well being* yang dikemukakan Ryff mengacu pada teori *positif functioning* (Maslow, Rogers, Jung dan Allport), teori perkembangan (Erikson, Buhler, dan Neugarten), dan teori kesehatan mental (Jahoda), Masing - masing dimensi ini menggambarkan berbagai tantangan yang harus dihadapi individu sebagai upaya mereka

untuk berfungsi positif. Adapun keenam dimensi dari *psychological well being* tersebut adalah (Sari, 2010) :

**a. Dimensi penerimaan diri (*Self acceptance*)**

Penerimaan diri didefinisikan sebagai ciri-ciri utama dari kesehatan mental yang juga menjadi karakteristik dari aktualisasi diri yang baik, menuju pada kematangan individu dan pemfungsian diri yang optimal. Jahoda mendefinisikan penerimaan diri sebagai ciri utama dari kesehatan mental, Maslow sebagai karakteristik dari aktualisasi diri, Rogers menekankan sebagai kemampuan berfungsi optimal, dan Allport menjelaskan dalam konsep kematangan. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik adalah individu yang memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek diri termasuk kualitas baik dan buruk dalam dirinya, dan merasa positif tentang kehidupan yang telah dijalani sekarang.

**b. Dimensi hubungan positif dengan orang lain (*Positive relation with others*)**

Banyak teori menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama kesehatan mental. Hubungan positif dengan orang lain ini yaitu ketika individu mampu merasakan kehangatan dan memiliki rasa percaya kepada individu lain. Dalam perspektif perkembangan, hal ini berarti mampu menjalin hubungan yang hangat dengan individu lain (*intimacy*), serta mampu

membimbing dan mengarahkan individu yang lebih muda. *Psychological well being* seseorang itu baik jika mampu bersikap hangat dan percaya dalam hubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi, dan keintiman yang kuat, memahami pemberian, kedekatan dan penerimaan dalam suatu hubungan.

**c. Dimensi Otonomi/Kemandirian (*Autonomy*)**

Otonomi merupakan kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri, mampu melawan tekanan sosial untuk berfikir dan bersikap dengan cara yang benar, berperilaku sesuai dengan standar nilai individu itu sendiri, dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal. Individu yang mampu melakukan aktualisasi diri dan berfungsi penuh memiliki keyakinan dan kemandirian, sehingga dapat mencapai prestasi yang memuaskan.

**d. Dimensi Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)**

Teori perkembangan menggambarkan penguasaan lingkungan sebagai kemampuan untuk memanipulasi dan mengontrol lingkungan yang kompleks. Mental yang sehat dikarakteristikan dengan kemampuan individu untuk memiliki atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi fisiknya, mampu dan berkompetensi mengatur lingkungan, menyusun kontrol yang kompleks terhadap aktivitas eksternal, menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan, serta mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri.

**e. Dimensi tujuan hidup (*Purpose in life*)**

Kesehatan mental didefinisikan mencakup kepercayaan - kepercayaan yang memberikan individu suatu perasaan bahwa hidup ini memiliki suatu tujuan dan makna. Sedangkan teori perkembangan mengacu pada serangkaian perubahan tujuan dalam kehidupan, misalnya melalui upaya produktif dan kreatif dalam mencapai integrasi emosi usia tua. Selain itu juga meliputi adanya keyakinan bahwa dapat melakukan sesuatu bagi orang lain adalah tujuan hidup seseorang. Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, misi, dan arah yang membuatnya merasa bahwa hidup ini memiliki makna, dan mampu merasakan arti dalam hidup masa kini, maupun yang telah dijalani. Dengan demikian seseorang akan memiliki gairah hidup dan hidup bermakna.

**f. Dimensi pengembangan pribadi (*Personal growth*)**

Berfungsi secara optimal tidak hanya membutuhkan pencapaian-pencapaian karakteristik sebelumnya, tetapi juga mempertahankan perkembangan potensinya untuk tetap tumbuh dan berkembang sebagai individu. Rogers menekankan keterbukaan terhadap pengalaman sebagai karakteristik dari individu yang berfungsi penuh (*fully functioning*). Bagi Maslow, pencapaian aktualisasi diri merupakan perwujudan dari perkembangan diri yang ideal, dan hal ini merupakan suatu proses yang berkelanjutan. Individu yang memiliki pertumbuhan pribadi ditandai dengan perasaan mampu

dalam melewati tahap-tahap perkembangan secara berkelanjutan, berubah dengan cara yang efektif untuk menjadi lebih terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru, menyadari potensi yang ada dalam dirinya dan dapat terus mengembangkan potensi diri, melakukan perbaikan dalam hidupnya setiap waktu, sesuai dengan kapasitas periode perkembangan.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dimensi *psychological well being* meliputi 6 dimensi, yaitu : penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi / kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan pribadi.

### **2.3.Faktor – Faktor yang Mempengaruhi *Psychological Well Being***

Faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well being* seseorang, adalah (Liputo,2009) :

#### **a. Demografis**

##### 1) Usia

Berdasarkan hasil penelitian Ryff dan Singer pada tingkat kelompok usia, yaitu dewasa muda, dewasa madya, dan dewasa lanjut, terdapat perbedaan *psychological well being* diantara ketiga kelompok usia tersebut. Dimensi penguasaan lingkungan dan otonomi menunjukkan adanya pola peningkatan sejalan dengan usia dan tahap dewasa muda ke dewasa madya. Pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup menunjukkan adanya penurunan, khususnya pada tengah baya ke dewasa lanjut.

## 2) Jenis kelamin

Wanita cenderung lebih memiliki *psychological well being* dibanding laki-laki. Hal ini dikaitkan dengan pola pikir yang berpengaruh terhadap strategi coping yang dilakukan, serta aktivitas sosial yang dilakukan. Wanita lebih mampu mengekspresikan emosi dengan curhat kepada orang lain. Wanita juga lebih senang menjalin relasi sosial dibanding laki - laki. Akan tetapi penelitian lain yang dilakukan pada pria dan wanita yang telah menikah di Bangkok menunjukkan laki-laki memiliki tingkat *psychological well being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita (Fuller,2004).

## 3) Status sosial ekonomi

Ryff & Singer menemukan bahwa gambaran *psychological well being* yang lebih baik terdapat pada mereka yang mempunyai pendidikan lebih tinggi dan jabatan tinggi dalam pekerjaan, terutama untuk dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Adanya kesuksesan-kesuksesan termasuk materi dalam kehidupan merupakan faktor protektif yang penting dalam menghadapi stress, tantangan, dan musibah. Sebaliknya, mereka yang kurang mempunyai pengalaman keberhasilan akan mengalami kerentanan pada *psychological well being*nya.

### **b. Dukungan Sosial**

Dukungan sosial dapat membantu perkembangan pribadi yang lebih positif maupun memberi support pada individu dalam menghadapi

masalah hidup sehari-hari. Ryff (Hoyer,2003) mengatakan bahwa pada enam dimensi hubungan positif dengan orang lain dibanding pria. Pada individu dewasa, semakin tinggi tingkat interaksi sosialnya maka semakin tinggi pula *psychological well being*nya. Sebaliknya individu yang tidak mempunyai teman dekat cenderung mempunyai tingkat *psychological well being* yang rendah (Kramer, dalam Hoyer,2003). Oleh karena itu, dukungan sosial dipandang memiliki dampak besar bagi *psychological well being*.

**c. Kompetensi pribadi.**

Kompetensi pribadi yaitu kemampuan atau skill pribadi yang dapat digunakan sehari - hari, didalamnya mengandung kompetensi kognitif.

**d. Religiusitas**

Hal ini berkaitan dengan transendensi segala persoalan hidup kepada Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna (Bastaman,2000).

**e. Kepribadian.**

Para ahli berpendapat bahwa variable kepribadian merupakan komponen dari *psychological well being*. Hal ini ditunjukkan salah satunya dari penelitian yang dilakukan Costa & Mc Crae pada tahun 1980 yang menyimpulkan bahwa kepribadian ekstrovert dan neurotis berhubungan secara signifikan dengan *psychological well being*. Pada dasarnya, kepribadian merupakan suatu proses mental yang

mempengaruhi seseorang dalam berbagai situasi yang berbeda. Sementara di lain pihak, *psychological well being* mengacu pada suatu tingkatan dimana individu mampu berfungsi, merasakan, dan berfikir sesuai dengan standar yang diharapkan (dalam Sheldon,dkk 1997). Jadi dapat disimpulkan bahwa *psychological well being* dalam diri individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain ; faktor demografis (meliputi usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi), faktor dukungan sosial, faktor religiusitas, kemampuan pribadi (*skill*), serta faktor kepribadian.

### 3. KEPERIBADIAN

#### 3.1.Pengertian Kepribadian

Membahas tentang kepribadian bukanlah sesuatu yang mudah, hal ini dikarenakan konsep kepribadian yang berbeda – beda. Kepribadian memiliki banyak arti. Beberapa teori lebih condong untuk melihat kepribadian sebagai suatu kesatuan yang utuh sedangkan beberapa teori lainnya memfokuskan kepribadian dalam lingkup ciri-ciri yang khas. Menurut asal katanya, kepribadian berasal dari bahasa latin *personase*, yang berarti mengeluarkan suara (*to sound through*). Istilah ini digunakan untuk menunjukkan suara dari percakapan seorang pemain sandiwara melalui topeng yang dipakainya. Pada mulanya istilah persona berarti topeng yang dipakai oleh pemain sandiwara, dimana suara pemain

sandiwara itu diproyeksikan. Kemudian kata persona itu berarti pemain sandiwara itu sendiri. (Purwanto, 2007).

J. Feist dan G.J Faieist (1988) mendefenisikan kepribadian seseorang dinilai dari keefektifan yang memungkinkan seseorang sanggup memperoleh reaksi positif dari berbagai orang dalam bermacam – macam keadaan. Menemukan kesan yang menonjol dan yang terbaik pada orang lain merupakan kesanggupan sosial, ketangkasan, dan kecekatan seseorang (Ghufron dan Risnawati, 2010).

Kepribadian menurut Allport (dalam Alwisol, 2008) adalah dinamika organisasi yang terdapat dalam diri individu yang merupakan system *psychophysical* yang menentukan individu tersebut dalam melakukan penyesuaian diri secara unik terhadap lingkungannya. Istilah kepribadian sendiri dalam (Kartono, 1980) adalah satu totalitas terorganisir dari disposisi-disposisi psikhis manusia yang individuil, yang memberi kemungkinan untuk memperbedakan ciri-cirinya yang umum dengan pribadi lainnya.

John J. Honingmann mengatakan bahwa kepribadian menunjukkan perbuatan – perbuatan (aksi), pikiran, dan perasaan yang khusus bagi seseorang. Kita juga dapat berbicara tentang pola kepribadian dalam arti manusia menunjukkan tingkah laku yang teratur dan kebiasaan – kebiasaan yang berulang kembali, tetapi yang biasanya ditunjukkan menurut keadaan (Ghufron dan Rinawati, 2010).

Jung (dalam Ghufron dan Risnawati, 2010) mendefinisikan kepribadian melalui istilah *psyche* yang merupakan totalitas segala peristiwa psikis baik yang disadari maupun tidak disadari. Menurut Jung jiwa manusia terdiri dari dua alam yakni alam sadar dan tak sadar. Keduanya saling mengisi serta berhubungan secara kompensatoris.

Secara lebih luas kepribadian didefinisikan oleh Eysenck (Alwisol, 2008) bahwa kepribadian adalah keseluruhan pola tingkah laku aktual maupun potensial dari organisme, sebagaimana ditentukan oleh keturunan dan lingkungan. Pola tingkah laku itu berasal dan dikembangkan melalui interaksi fungsional dari empat sektor utama yang mengorganisir perilaku, sektor kognitif, sektor konatif, sektor afektif dan sektor somatik. Kemudian pengertian yang sedikit berbeda diungkap oleh Jung bahwa kepribadian adalah mencakup keseluruhan fikiran, perasaan dan tingkah laku, kesadaran dan ketidaksadaran (Alwisol, 2004).

Dari beberapa definisi di atas maka dapat diartikan kepribadian adalah komponen dalam diri individu yang berhubungan antara satu dengan yang lainnya yang membedakannya dengan individu lain, membantu individu dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan yang termanifestasikan dalam pikiran, perasaan dan perilaku.

### **3.2. Big Five Personality**

Ada beberapa pendekatan yang dikemukakan oleh para ahli untuk memahami kepribadian. Salah satu pendekatan yang digunakan adalah teori *trait*. Teori *trait* merupakan sebuah model untuk mengidentifikasi

*trait-trait* dasar yang diperlukan untuk menggambarkan suatu kepribadian. *Trait* didefinisikan sebagai suatu dimensi yang menetap dari karakteristik kepribadian, hal tersebut yang membedakan individu dengan individu yang lain. Fieldman (Mastuti, dalam Nurhayati 2010). Selama beberapa tahun debat diantara para tokoh-tokoh teori *trait* mengenai jumlah serta sifat dimensi *trait* yang dibutuhkan dalam menggambarkan kepribadian. Sampai pada tahun 1980-an setelah ditemukan metode yang lebih canggih dan berkualitas, khususnya analisa faktor, mulailah ada suatu konsensus tentang jumlah *trait*. Saat ini para peneliti khususnya generasi muda menyetujui teori *trait* yang mengelompokkan *trait* menjadi lima besar, dengan dimensi bipolar (John, 1990; Costa & McCrae, 1992 dalam Pervin & John, 2005), yang disebut *Big Five*.

Kemudian kelima bentuk tipe kepribadian ini dikembangkan lagi oleh McCrae dan Costa yang dikenal dengan *big five personality*. Dalam teori tersebut terdapat lima bentuk kepribadian yang mendasari perilaku individu, yaitu sebagai berikut (Ghufron dan Risnawita, 2010).

#### **a. Neuroticism**

*Neuroticism* disebut juga dengan istilah *negative emotionality*, tipe kepribadian ini bersifat kontradiktif dari hal yang menyangkut kestabilan emosi, dan identik dengan segala bentuk emosi yang negative, seperti munculnya perasaan cemas, sedih, tegang, dan gugup (Timothy, 2000). McCrae dan Costa (2001) menggolongkan tipe ini ada dua karakteristik. Individu dengan ting kat neurotis tinggi disebut

kelompok *reactive* (N+) dan bagi kelompok dengan neurotis rendah disebut kelompok *resilient* (N-).

Pada individu yang *resilient*, mereka memiliki kekhawatiran yang rendah dan ditunjukkan pada sikapnya yang cenderung tenang dalam menyikapi segala sesuatu yang bersifat mengkhawatirkan baginya. Mereka tidak mudah marah, mampu menangani *stressor* yang ia hadapi dan optimis. Individu dengan negative emosi rendah atau *resilient* terkesan lebih percaya diri serta mampu mengendalikan dorongan terhadap suatu keinginan yang mereka miliki. Sebaliknya pada individu *reactive* akan menunjukkan sikap yang terlalu khawatir dan sulit baginya bersikap tenang terutama ketika dihadapkan suatu stimulus yang dipandang sangat mengkhawatirkan. Individu yang *reactive* akan menunjukkan sikap dan perilaku yang mudah marah, mudah putus asa dan pemalu. Ketika individu *reactive* memiliki dorongan terhadap suatu keinginan, mereka lebih mudah tergoda sehingga sulit sekali mengendalikan suatu keinginan. Apabila terluka perasaannya akan tampak sulit menyesuaikan diri terhadap keadaan yang tingkat *self esteem* yang rendah. Individu yang memiliki nilai atau skor buatnya luka.

Pendapat lain tentang tipe ini yaitu Friedman (2006) menjelaskan orang yang tinggi dalam dimensi *neuroticism* cenderung gugup, sensitife, tegang, dan mudah cemas. Orang rendah dalam dimensi ini cenderung tenang dan santai. *Neuroticism* menggambarkan seseorang

yang memiliki masalah dengan emosi yang negatif seperti rasa khawatir dan rasa tidak aman. Secara emosional mereka labil, seperti juga teman-temannya yang lain, mereka juga mengubah perhatian menjadi sesuatu yang berlawanan. Seseorang yang memiliki tingkat *neuroticism* yang rendah cenderung akan lebih gembira dan puas terhadap hidup dibandingkan dengan seseorang yang memiliki tingkat *neuroticism* yang tinggi. Selain memiliki kesulitan dalam menjalin hubungan dan berkomitmen, mereka juga memiliki yang tinggi di *neuroticism* adalah kepribadian yang mudah mengalami kecemasan, rasa marah, depresi, dan memiliki kecenderungan *emotionally reactive* (Joomla, Ghufro dan Risnawita, 2010).

#### **b. Ekstraversi**

Menurut McCrae dan Costa (2001) tipe kepribadian ini merupakan dimensi yang menyangkut hubungannya dengan suatu perilaku individu khususnya kemampuan mereka menjalin hubungan dengan dunia eksternalnya. Karakteristik kepribadian ini dapat dilihat melalui luasnya hubungan suatu individu dengan lingkungan sekitarnya dan sejauh mana kemampuan mereka untuk menjalin hubungan dengan individu lain, khususnya ketika berada di lingkungan baru.

Kepribadian ini ditunjukkan dengan sikapnya yang hangat, ramah, penuh kasih sayang, serta selalu menunjukkan keakraban terutama pada orang yang telah ia kenal. Mereka kerap memiliki ketertarikan tinggi dalam bergaul dan untuk bergabung dalam kelompok –

kelompok sosial. Individu dengan tipe kepribadian ini cenderung tegas dalam mengambil keputusan serta tidak segan – segan dalam menempatkan dirinya dalam posisi kepemimpinan. Mereka selalu menunjukkan sikap yang aktif dalam perubahan keadaan dan selalu membutuhkan suasana yang mampu membuatnya gembira sehingga sikapnya cenderung periang terutama dalam mengekspresikan emosi mereka.

Lawan dari tipe kepribadian ini adalah introvert, tipe kepribadian introvert ditunjukkan dengan rendahnya kemampuan individu dalam menjalin hubungan dengan lingkungan sosial mereka. Hal ini dapat dilihat melalui terbatasnya hubungan mereka dengan lingkungan sekitarnya, sikap dan perilaku mereka cenderung formal, pendiam, dan tidak ramah. Dalam mengapresiasi emosi pada kondisi yang bahagia pun ia tidak tampak tenang dan menunjukkan ekspresi yang datar dan tidak berlebihan. Mereka jarang menunjukkan ketertarikan pada aktivitas – aktivitas yang melibatkan kelompok dalam lingkungan sosial, memiliki kecenderungan menyerah pada keadaan dan tertinggal dalam mengikuti perkembangan keadaan. (Ghufron dan Risnawita, 2010).

Pendapat lain tentang kepribadian ini yaitu menurut Friedman (2006) *extraversion* (sering disebut juga *surgeny*): orang yang tinggi pada dimensi ini cenderung penuh semangat, antusias, dominan, ramah, dan komunitatif. Orang yang sebaliknya cenderung pemalu,

tidak percaya diri, submitif, dan pendiam. *Extraversion*, atau bisa juga disebut faktor dominan-patuh (*dominance-submissiveness*). Faktor ini merupakan dimensi yang penting dalam kepribadian. *Extraversion* dapat memprediksi banyak tingkah laku sosial. Seseorang yang memiliki faktor *extraversion* tinggi, akan mengingat semua interaksi sosial, berinteraksi dengan lebih banyak orang dibandingkan dengan seseorang dengan tingkat *extraversion* yang rendah. Dalam berinteraksi, mereka juga akan lebih banyak memegang kontrol dan keintiman. *Peergroup* mereka juga dianggap sebagai orang-orang yang ramah, *fun-loving*, *affectionate*, dan *talkative*. *Extraversion* dicirikan dengan afek positif seperti memiliki antusiasme yang tinggi, senang bergaul, memiliki emosi yang positif, energik, tertarik dengan banyak hal, ambisius, *workaholic* juga ramah terhadap orang lain.

*Extraversion* memiliki tingkat motivasi yang tinggi dalam bergaul, menjalin hubungan dengan sesama dan juga dominan dalam lingkungannya. *Extraversion* dapat memprediksi perkembangan dari hubungan sosial. Seseorang yang memiliki tingkat *extraversion* tinggi dapat lebih cepat berteman daripada seseorang yang memiliki tingkat *extraversion* yang rendah. *Extraversion* mudah termotivasi oleh perubahan, variasi dalam hidup, tantangan dan mudah bosan. Sedangkan orang-orang dengan tingkat *ekstraversion* rendah cenderung bersikap tenang dan menarik diri dari lingkungannya (Joomla 2009 dalam Nurhayati, 2010).

### *c. Agreeableness*

Tipe kepribadian ini menurut Timothy (2000) diidentifikasi dengan perilaku prososial yang termasuk di dalamnya adalah perilaku yang selalu berorientasi pada altruisme, rendah hati, dan kesabaran. Menurut Friedman (2006) orang yang tinggi pada dimensi *agreeableness* cenderung ramah, kooperatif, mudah percaya, dan hangat. Orang yang rendah dalam dimensi ini cenderung dingin, konfrontatif dan kejam. *Agreeableness* dapat disebut juga *sosial adaptability* atau *likability* yang mengindikasikan seseorang yang ramah, memiliki kepribadian yang selalu mengalah, menghindari konflik dan memiliki kecenderungan untuk mengikuti orang lain. Berdasarkan *value survey*, seseorang yang memiliki skor *agreeableness* yang tinggi digambarkan sebagai seseorang yang memiliki *value* suka membantu, *forgiving*, dan penyayang. Namun, ditemukan pula sedikit konflik pada hubungan interpersonal orang yang memiliki tingkat *agreeableness* tinggi, yaitu ketika berhadapan dengan konflik, *self esteem* mereka akan cenderung menurun. Selain itu, menghindari dari usaha langsung dalam menyatakan kekuatan sebagai usaha untuk memutuskan konflik dengan orang lain merupakan salah satu ciri dari seseorang yang memiliki tingkat *agreeableness* tinggi.

Pria yang memiliki tingkat *agreeableness* tinggi dengan penggunaan power yang rendah, akan lebih menunjukkan kekuatan jika dibandingkan dengan wanita. Sedangkan orang-orang dengan tingkat

*agreeableness* yang rendah cenderung untuk lebih agresif dan kurang kooperatif. Pelajar yang memiliki tingkat *agreeableness* tinggi memiliki tingkat interaksi yang lebih tinggi dengan keluarga dan jarang memiliki konflik dengan teman yang berjenis kelamin berlawanan (Joomla 2009 dalam Nuthayati, 2010).

**d. *Conscientiousness***

Tipe kepribadian ini mengidentifikasi sejauh mana individu memiliki sikap yang hati – hati dalam mencapai suatu tujuan tertentu yang termanifestasikan dalam sikap dan perilaku mereka. McCrae dan Costa mengategorikan individu yang memiliki *low conscientiousness* sebagai kelompok *flexible person* dan sebaliknya pada level yang tinggi (*high conscientiousness*) disebut sebagai *focused person*.

*Flexible person* ditunjukkan melalui sikap individu yang selalu merasa tidak siap dalam segala hal, dalam menjalankan perintah ia cenderung akan menjalankan segala perintah yang ia terima secara tidak teratur, tidak terorganisir dengan baik, dan tanpa metode yang jelas. Semua itu terlihat dari perilakunya yang sembarangan dalam melaksanakan kewajiban, motivasinya untuk meraih prestasi cenderung rendah. mereka memiliki kebiasaan menunda – nunda pekerjaan serta sering menunjukkan kekacauan atau kebingungan dalam menjalankan tugas yang dibebankan kepadanya.

Ketika melakukan pertimbangan individu ini memiliki tingkat kehati – hatian yang rendah akan menunjukkan sikap dan perilaku yang lebih spontan dan terburu – buru dalam mengambil keputusan ketika dihadapkan dalam masalah yang membutuhkan pertimbangan mendalam (Ghufron dan Risnawita, 2010).

Sebaliknya *focused person* cenderung menampakkan sikap merasa mampu dalam melakuakn segala sesuatu secara efektif, mereka cenderung lebih rapid an teratur sebagai bentuk perilaku yang selalu teroganisir dengan baik. Ia lebih berhati – hati dalam menjalankan kewajiban yang dibebankan kepadanya serta dapat dipercaya. Mereka lebih memfokuskan segala tindakannya pada penyelesaian tugas secara keseluruhan. Ketika melakukan pertimbangan mereka selalu berpikir lebih mendalam dan hati – hati sebelum mengambil suatu keputusan (Ghufron dan Risnawita, 2010).

Pendapat lain tentang tipe kepribadian ini adalah menurut Friedman (2006) *conscientiousness* (disebut juga *lack of impulsivity*): orang yang tinggi dalam dimensi *conscientiousness* umumnya berhati-hati, dapat diandalkan, teratur, dan bertanggung jawab. Orang yang rendah dalam dimensi *conscientiousness* atau *impulsive* cenderung ceroboh, berantakan, dan tidak dapat diandalkan. *Conscientiousness* dapat disebut juga *dependability*, *impulse control*, dan *will to achieve*, yang menggambarkan perbedaan keteraturan dan *self discipline*

seseorang. Seseorang *conscientious* memiliki nilai kebersihan dan ambisi. Orang-orang tersebut biasanya digambarkan oleh teman-teman mereka sebagai seseorang yang *well-organize*, tepat waktu, dan ambisius. *Conscientiousness* mendeskripsikan kontrol terhadap lingkungan sosial, berpikir sebelum bertindak, menunda kepuasan, mengikuti peraturan dan norma, terencana, terorganisir, dan memprioritaskan tugas. Di sisi negatifnya trait kepribadian ini menjadi sangat perfeksionis, kompulsif, *workaholic*, dan membosankan. Tingkat *conscientiousness* yang rendah menunjukkan sikap ceroboh, tidak terarah serta mudah teralih perhatiannya (Joomla 2009, Nurhayati 2010).

#### e. *Openness to Experience*

Tipe ini mengidentifikasi seberapa besar individu memiliki ketertarikan terhadap bidang – bidang tertentu secara luas dan mendalam. Individu yang memiliki minat lebih terhadap suatu hal tertentu melebihi individu lainnya merupakan identifikasi bahwa individu tersebut memiliki level yang tinggi dalam tipe ini. Begitu pula sebaliknya, bila individu menunjukkan minat yang rendah, maka identik dengan *low openness to experience*. Level, level yang rendah atau *low openness* disebut dengan *preserver* (O-) dan sebaliknya tingginya tingkat keterbukaan atau *high openness* disebut juga eksploror. McCrae dan Costa (2000) menjelaskan bahwa individu *preserver* akan cenderung lebih berfokus pada hal – hal yang sedang

terjadi saat ini, tidak memiliki ketertarikan pada hal – hal yang menyangkut seni sebagai bentuk nilai estetika, tindakan dan perasaannya lebih menyangkut pada hal – hal yang dikenalnya secara akrab saja. Pada mereka yang *ekplorer* akan menunjukkan sikap yang imaginative dan suka berangan – angan, melibatkan perasaan dan emosi dalam menilai segala hal yang sifatnya beragam dan cenderung mencoba hal baru. Ide mereka luas jarang mengacu kepada orang lain yang dianggapnya pandai, mereka bersikap lebih fleksibel (Ghufron dan Risnawita, 2010).

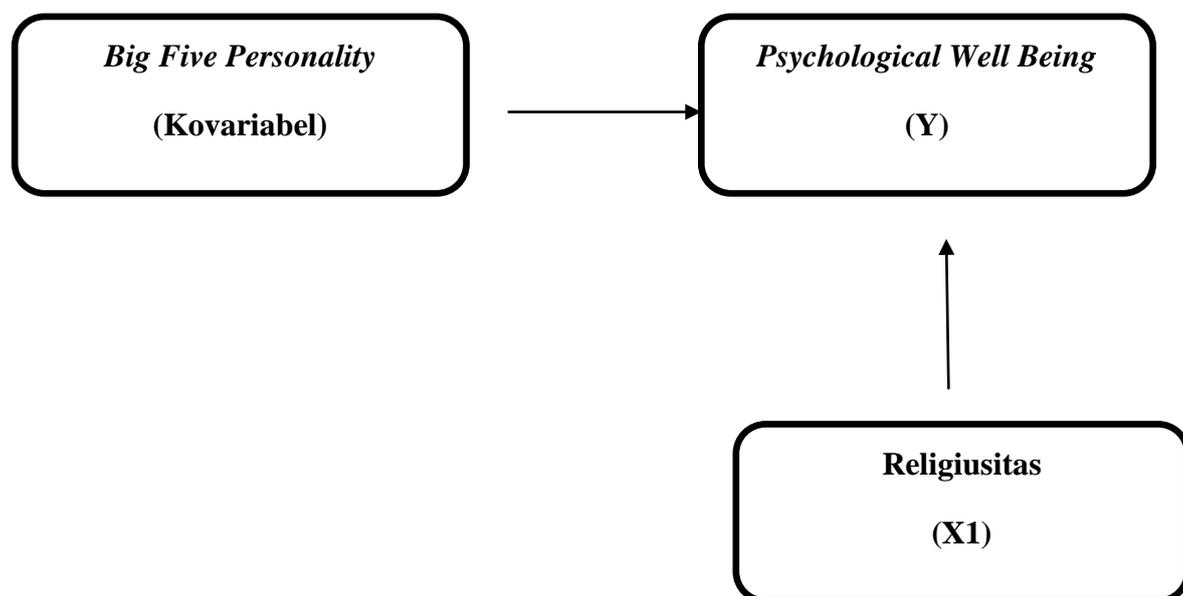
Menurut Friedman (2006) *openness* (sering disebut juga *culture* atau *intellect*): orang yang tinggi dalam dimensi *openness* umumnya terlihat imajinatif, menyenangkan, kreatif, dan artistik. Orang yang rendah dalam dimensi ini umumnya dangkal, membosankan atau sederhana. Faktor *openness* terhadap pengalaman merupakan faktor yang paling sulit untuk dideskripsikan, karena faktor ini tidak sejalan dengan bahasa yang digunakan tidak seperti halnya faktor-faktor yang lain. *Openness* mengacu pada bagaimana seseorang bersedia melakukan penyesuaian pada suatu ide atau situasi yang baru. *Openness* mempunyai ciri mudah bertoleransi, kapasitas untuk menyerap informasi, menjadi sangat fokus dan mampu untuk waspada pada berbagai perasaan, pemikiran dan impulsivitas. Seseorang dengan tingkat *openness* yang tinggi digambarkan sebagai seseorang yang memiliki nilai imajinasi, *broadmindedness*, dan *a world of beauty*.

Sedangkan seseorang yang memiliki tingkat *openness* yang rendah memiliki nilai kebersihan, kepatuhan, dan keamanan bersama, kemudian skor *openness* yang rendah juga menggambarkan pribadi yang mempunyai pemikiran yang sempit, konservatif dan tidak menyukai adanya perubahan.

*Openness* dapat membangun pertumbuhan pribadi. Pencapaian kreatifitas lebih banyak pada orang yang memiliki tingkat *openness* yang tinggi dan tingkat *agreeableness* yang rendah. Seseorang yang kreatif, memiliki rasa ingintahu, atau terbuka terhadap pengalaman lebih mudah untuk mendapatkan solusi untuk suatu masalah (Joomla 2009 dalam Nurhayati 2010).

Dalam *Big Five Personality* terdapat lima tipe kepribadian dengan cirinya masing – masing yaitu *neuroticism, ekstraversion, agreeableness, conscientiousness, openness to experience*.

#### 4. KERANGKA KONSEP



## 5. HIPOTESIS

- a. Terdapat hubungan antara religiusitas dengan *psychological well being* pada tipe kepribadian *big five personality*
- b. Terdapat perbedaan *psychological well being* diantara *big five personality*.

