

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang terdaftar dan yang tengah mengikuti proses atau aktivitas pendidikan di tingkat perguruan tinggi, baik di universitas, institut, politeknik, akademi dan sekolah tinggi dalam rangka guna mendapatkan gelar dan ilmu serta keahlian pada tingkatan sarjana. Sebagai sebuah lembaga pendidikan tertinggi dan pemegang peranan strategis yang berkaitan dengan upaya penciptaan sumber daya manusia yang berkarakter, unggul dan berkompeten, maka diharapkan perguruan tinggi mampu mencetak produk lulusan yang cerdas dan berkualitas serta profesional di bidangnya dalam rangka menghadapi persaingan global (Rivai, 2006). Dalam pelaksanaannya mahasiswa kerap kali mengalami perubahan-perubahan terlebih perubahan kebiasaan dalam proses belajar dari sekolah menengah ke perguruan tinggi. Dalam rangka menghadapi tuntutan pendidikan di tingkat perguruan tinggi, mahasiswa diharapkan untuk memiliki kapasitas penerimaan dan pengelolaan diri yang baik, pantang menyerah dalam menghadapi berbagai situasi serta mampu menyelesaikan dan menguasai berbagai permasalahan yang mungkin timbul. Jika seorang individu tidak mampu menjalani berbagai tuntutan yang terjadi maka akan memicu timbulnya konflik dan stres (Santrock, 2002). Penelitian mengenai *psychological well being* mahasiswa menjadi suatu topik yang perlu dikaji lebih lanjut, sehingga hal ini menjadi penting untuk diperhatikan dan ditingkatkan pada diri mahasiswa dalam rangka mengatasi dan melaksanakan tugas perkembangan mereka secara komprehensif serta menyikapi tanggung jawab dan meraih potensi optimalnya.

Psychological well-being adalah salah satu elemen sentral dalam kehidupan akademis yang ingin dicapai oleh setiap mahasiswa (Shah et al., 2020). Dengan kondisi dan tingkatan *psychological well-being* yang baik, alhasil diharapkan kondisi ini bisa membantu individu guna memperoleh kesehatan yang bukan hanya sekadar sehat secara fisik melainkan juga sehat secara psikis sehingga mampu melahirkan perasaan yang bahagia pada individu dalam kehidupan yang dijalani. Pernyataan penulis ini sesuai dengan perolehan studi sebelumnya oleh Novianti et.

al. (2020) dimana memperlihatkan hasil bahwasanya peningkatan fungsi psikis dan fungsi fisik masyarakat Indonesia akan membawa individu pada kehidupan yang lebih bahagia dan memuaskan. Alhasil, mahasiswa akan cenderung mampu menjalani proses pendidikan dengan lebih optimal, kreatif dan produktif serta mampu mengatasi stres dengan lebih baik (Untari, 2021). Sehingga dengan kondisi kesejahteraan psikologis yang baik tersebut diharapkan dapat menopang mahasiswa agar senantiasa bertahan dan pantang menyerah ketika dihadapkan pada keadaan sulit sekalipun, sehingga senantiasa menjalani kehidupan perkuliahan dengan optimis dan percaya diri.

Dewasa ini telah banyak ahli yang mengangkat isu-isu mengenai kesejahteraan psikologis khususnya pada kalangan mahasiswa dengan harapan agar mahasiswa dapat memiliki suatu tingkatan kesejahteraan psikologis yang tinggi, karena hidup sehat dan sejahtera tentunya menjadi dambaan setiap individu. Individu bisa dinyatakan bahwasanya dirinya sejahtera secara psikologis bilamana dirinya mempunyai sikap dan penilaian secara positif mengenai dirinya sendiri ataupun orang lain, mempunyai kecakapan dalam membangun hubungan yang hangat bersama orang lain, mempunyai kemampuan guna mengoptimalkan potensi yang dimilikinya, mempunyai tujuan hidup yang hendak dicapai, mempunyai kontrol atas dirinya sendiri secara baik dan mengubah lingkungan agar selaras dengan kebutuhan dirinya serta dapat mengambil keputusan secara mandiri (Ryff, 2014).

Setiap individu idealnya memang harus berusaha untuk menciptakan kehidupan yang sehat, baik sehat secara fisik dan psikis ataupun sosial agar mampu menciptakan kesejahteraan psikologis yang baik pula. Namun pada kenyataannya, saat ini tidak semua individu mempunyai kemampuan dalam mewujudkan kondisi tersebut. Pada era modern ini, mahasiswa sering dihadapkan pada beragam tantangan dan tekanan, baik di lingkungan akademis maupun kehidupan pribadi. Tuntutan-tuntutan dalam aktivitas akademik seperti tugas-tugas perkuliahan, kegiatan praktikum, tugas akhir serta permasalahan yang mungkin dialami mahasiswa saat menjalani pendidikan bisa memicu munculnya permasalahan-

permasalahan psikologis seperti kecemasan, stres hingga depresi. Masa perkuliahan yang seharusnya menjadi periode pengembangan diri dan penemuan identitas, seringkali juga menjadi keadaan yang penuh dengan permasalahan psikologis. Disamping itu, permasalahan psikologis yang timbul juga mempunyai bentuk manifestasi yang beragam, seperti terhambatnya interaksi sosial dengan orang atau kelompok lain, penolakan terhadap diri sendiri, ketidakmampuan dalam penguasaan lingkungan dan lain sebagainya. Permasalahan-permasalahan psikologis tersebutlah yang kemudian akan berakibat pada penurunan prestasi dan penurunan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Hal ini sesuai dengan studi Baiju & Rajalakshmi (2021) dan Slimmen et. al. (2022) yang berhasil membuktikan adanya hubungan dan keterkaitan yang signifikan diantara faktor-faktor pemicu stres akademik ketika dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa.

Dilansir dari laman resmi jatengprov.go.id, sebanyak 1 dari 4 orang atau sekitar 25% masyarakat di Provinsi Jawa Tengah mengidap gangguan jiwa ringan, sementara itu rata-rata 1,7 per mil atau sekitar 12.000 orang mengidap gangguan jiwa berat. Sebuah survei yang sudah dilaksanakan oleh Kurniasari et. al. (2019) memperlihatkan temuannya, mengenai tingkatan kesejahteraan psikologis yang ada pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia Bandung, khususnya mahasiswa jurusan pendidikan akuntansi tahun angkatan 2018 dan 2019 terletak pada kategori sedang menuju ke kategori rendah dengan presentase sekitar 46% terletak dalam kategori yang sedang, 38% terletak dalam kategori yang rendah, sementara sisanya yakni sebanyak 16% terletak pada kategori yang tinggi. Selain itu, didapatkan gambaran kesejahteraan psikologis dimana sebanyak 64,44% mahasiswa mudah merasa cemas ketika diminta menjelaskan sesuatu, 53% mahasiswa menjadi malu, kebingungan dan takut, 51% mahasiswa merasa ketakutan dirinya tidak mampu memenuhi keinginan orang tua mereka, 44,44% memiliki perasaan inferior, 42,22% mahasiswa sering melamun dan mengkhayal, serta 33,33% mahasiswa menjauhkan diri dari orang lain. Temuan penelitian tersebut tersebut selaras dengan hasil survei lain yang dilaksanakan Brooker & Vu (2020) dimana dirinya juga menggambarkan keberagaman tingkatan *psychological well-being* di kalangan mahasiswa.

Mayoritas subjek atau sebesar 71% mahasiswa menunjukkan kategori *psychological well-being* dengan golongan sedang, disamping itu 13,9% menunjukkan kategori *psychological well-being* dengan golongan rendah, 11,6% menunjukkan kategori *psychological well-being* dengan golongan tinggi dan 3,2% sisanya menunjukkan kategori *psychological well-being* dengan golongan sangat rendah. Selanjutnya, temuan dalam kajian Multisari et. al. (2022) juga menyajikan data yang serupa dimana sebagian besar mahasiswa di Kota Malang yaitu sebanyak 36% menunjukkan tingkatan *psychological well-being* dengan kategori sedang, sedangkan 32% lainnya menunjukkan tingkatan *psychological well-being* dengan kategori rendah serta 32% lainnya menunjukkan tingkatan *psychological well-being* dengan kategori tinggi. Fenomena-fenomena tersebut memperlihatkan keberadaan kondisi kesejahteraan psikologis yang relatif rendah di kalangan mahasiswa yang disertai oleh berbagai faktor yang melatarbelakanginya yang mana hal ini memerlukan upaya tindak lanjut dari pemerintah ataupun masyarakat.

Pada dasarnya capaian *psychological well-being* yang berfungsi secara optimal sangat dibutuhkan oleh setiap individu, termasuk oleh mahasiswa, hal ini disebabkan karena *psychological well-being* berhubungan dengan sangat lekat terhadap kesuksesan pencapaian akademik pada mahasiswa. Ketika tingkatan *psychological well-being* mahasiswa menunjukkan hasil yang tinggi, maka hasil pencapaian prestasi akademiknya juga akan optimal, sebab ketika kondisi *psychological well-being* mahasiswa cenderung bagus dan tercukupi, maka mahasiswa akan mampu melakukan tugas dan pekerjaannya dengan lebih efektif yang mana kemudian akan mempengaruhi hasil pencapaian prestasi akademik yang baik pula. Begitupun kebalikannya, jika tingkat *psychological well-being* mahasiswa cenderung buruk dan tidak tercukupi, maka mahasiswa akan kurang mampu melakukan tugas dan pekerjaannya dengan efektif sehingga mengakibatkan hasil pencapaian prestasi akademik yang kurang optimal (Mustafa et al., 2020). Di sisi lain, mahasiswa dengan kondisi kesejahteraan psikologis yang tergolong tinggi lebih cenderung untuk sulit mengalami kecemasan, depresi dan disfungsi sosial (Nurchahyo & Valentina, 2020).

Ryff (1995) mengartikan *psychological well-being* sebagai keberfungsian kondisi psikologis yang optimal yang ditandai dengan diperolehnya kepuasan hidup, kebahagiaan dan tidak timbulnya gejala-gejala depresi. Ryff & Keyes (1995) memandang konsep *psychological well-being* berdasarkan sejauh mana seorang individu mempunyai kemampuan untuk menyadari potensi yang dimilikinya, apakah mereka mempunyai tujuan dalam hidup, bagaimana mereka menjalin suatu hubungan yang hangat dengan individu lain, dan sampai mana mereka mampu bertanggung jawab atas hidupnya. Huppert (2009) juga menggambarkan *psychological well-being* sebagai sebuah kondisi dalam hidup yang melaju secara baik sebagai kombinasi dari perasaan dan keberfungsian psikologis yang efektif serta berkaitan dengan pikiran yang terbuka atau kreatif, aksi prososial dan kesehatan jasmani yang prima. Sedangkan menurut pendapat Corsini (2002), *psychological well-being* adalah suatu keadaan subjektif pada diri seseorang yang bersifat positif dan di dalamnya memuat kebahagiaan, efikasi diri, dan kepuasan dalam hidup.

Ryff (2014) menguraikan sebuah gagasan bahwasanya ada beberapa dimensi dalam *psychological well-being*, diantaranya adalah: penerimaan diri (*self acceptance*) adalah kemampuan individu dalam menerima dirinya sendiri secara apa adanya baik dari sisi positif maupun negatif, hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*) adalah kemampuan individu dalam menciptakan dan memelihara hubungan yang hangat dengan orang lain, pertumbuhan pribadi (*personal growth*) adalah kemampuan individu dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya secara berkelanjutan, tujuan hidup (*purpose in life*) adalah kemampuan individu untuk mengenali tujuan, kehendak dan arah hidupnya sehingga mampu menemukan makna hidup, penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) adalah kemampuan individu dalam memilih, mengubah ataupun menciptakan lingkungan sesuai dengan kebutuhannya, dan kemandirian (*autonomy*) adalah kemampuan individu dalam mengatur dan mengendalikan tingkah laku serta mengarahkan diri sendiri.

Ada beberapa faktor penentu yang mungkin mampu memberikan pengaruh terhadap tinggi atau rendahnya tingkat *psychological well-being* individu, misalnya seperti: jenis kelamin, usia, dukungan sosial, budaya, status sosial ekonomi (Ryff & Keyes, 1995), pekerjaan, kesehatan & fungsi fisik, kepribadian (Schmutte & Ryff, 1997), dan religiusitas (Koenig, Smilery dan Gonzales (dalam Santrock, 2002)). Diantara faktor-faktor yang menyumbangkan pengaruh pada tingkatan *psychological well-being* dalam diri seseorang sebagaimana yang telah diuraikan sebelumnya, penulis memilih untuk membatasi fokus penelitian ini pada 2 (dua) faktor saja yaitu terkait dengan religusitas dan dukungan sosial, dimana kedua faktor tersebutlah yang paling berpengaruh pada tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa di Indonesia (Linawati & Desiningrum, 2017).

Religiusitas dapat didefinisikan sebagai suatu keyakinan dan pikiran yang dimiliki individu dalam memandang dunia, yang pada akhirnya dapat berpengaruh terhadap perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari yang dapat diukur melalui intensitasnya dalam melaksanakan kewajiban dan nilai-nilai keagamaan (Huber & Huber, 2012). Glock & Stark (dalam Jalaluddin, 2004) juga menjelaskan konsep religiusitas sebagai tingkatan konsepsi dalam diri seseorang mengenai agama serta tingkat komitmen seorang individu terhadap agama yang dianutnya. Sedangkan Johnson et al. (2001) dalam pengertian lainnya mengartikan religiusitas dengan sampai sejauh mana kemampuan individu dalam berkomitmen kepada agama dan juga keimanan serta pengaplikasian ajaran agamanya, dengan demikian maka diharapkan mampu memiliki sikap dan perilaku yang mencerminkannya.

Huber & Huber (2012), menjelaskan teorinya mengenai dimensi-dimensi dalam religiusitas seseorang, diataranya yaitu: intelektual (*intellectual*) merupakan pengetahuan yang diperoleh melalui proses berpikir mengenai agama yang dianut, sehingga mampu menjelaskan pandangannya mengenai isu-isu keagamaan; ideologi (*ideology*) merupakan keyakinan mengenai keberadaan dan makna Tuhan serta esensi dari hubungan antara Tuhan dengan manusia; praktik publik (*public practice*) merupakan ibadah yang dilakukan dan dimanifestasikan dalam partisipasi publik pada komunitas keagamaan; praktik pribadi (*private practice*) merupakan

ibadah yang dilakukan secara individual atau pribadi dalam rangka mencurahkan dan mendekatkan diri kepada Tuhan; dan pengalaman keagamaan (*religious experience*) merupakan kontak secara langsung dengan realitas atau pengalaman dengan Tuhan.

Ada beberapa faktor yang mampu memberikan pengaruh terhadap tinggi rendahnya tingkat religiusitas dalam diri individu, diantaranya yakni: kehidupan, kemampuan intelektual, pengalaman, pendidikan atau pelajaran dan berbagai tekanan sosial. (Huber & Huber, 2012). Thouless (2000) juga mengungkapkan 4 (empat) faktor religiusitas, yaitu: pengaruh dukungan sosial, pengalaman masa lalu, kebutuhan dan proses pemikiran. Sedangkan Jalaluddin (2004) mengidentifikasi 2 (dua) faktor utama yang mampu memberikan pengaruh terhadap tingkat religiusitas seseorang, yakni faktor internal, contohnya kepribadian, hubungan dengan orang tua, usia, kondisi jiwa; dan faktor eksternal, contohnya lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat dan lingkungan institusional .

Dukungan sosial merupakan sebuah bentuk kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang disediakan atau diberikan oleh orang lain dan suatu kelompok sosial terhadap individu terkait (Sarafino & Smith, 2011). Dalam pengertian lainnya, Kaplan et al. (1977) juga menyampaikan pendapatnya bahwa dukungan sosial yaitu salah satu sumber daya vital yang diberikan kepada seseorang melalui hubungan sosial dan memiliki manfaat untuk memperbaiki ataupun meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Sedangkan dalam pengertian lain, Baron & Byrne (2004) mengemukakan bahwasanya dukungan sosial yaitu sebuah bentuk perasaan kenyamanan, baik yang dilakukan secara fisik ataupun secara psikologis, yang kemudian diberikan oleh individu atau kelompok kepada seseorang yang mengalami stres, sebab dengan pemberian dukungan sosial, seseorang akan cenderung berada dalam kondisi kesehatan fisik dan psikis yang lebih stabil sehingga diharapkan mampu mengelola dan menangani stres yang dialaminya.

Sarafino & Smith (2011) juga menjelaskan gagasannya terkait dengan aspek-aspek yang ada dalam sebuah dukungan sosial, yang meliputi: dukungan

emosional atau penghargaan (*emotional or esteem support*) yaitu dukungan yang diberikan dalam bentuk kasih sayang, empati, kepedulian, perhatian dan penghargaan positif yang dapat menimbulkan perasaan nyaman dan dicintai; dukungan nyata atau instrumental (*tangible or Instrumental support*) yaitu dukungan yang diberikan dalam bentuk bantuan langsung misalnya dalam bentuk pemberian uang dan membanu dengan tenaga untuk menyelesaikan pekerjaan; dukungan informasional (*informational support*) yaitu dukungan yang diberikan dalam bentuk pemberian informasi yang dapat berupa nasihat, umpan balik dan arahan kepada individu yang membutuhkan; dukungan persahabatan (*companionship support*) yaitu dukungan yang diberikan dengan cara memberikan perasaan menjadi bagian dari kelompok sosial dan perasaan memiliki yang memiliki persamaan minat dengan individu yang bersangkutan.

Tingkat dukungan sosial individu tentunya dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor penentu, diantaranya yakni penerima dukungan (*recipients*), pemberi dukungan (*providers*) serta komposisi dan struktur jaringan sosial (Sarafino & Smith, 2011). Stanley & Beare (2007), juga menyebutkan bahwasanya dukungan sosial pada diri seseorang dipengaruhi oleh faktor kepentingan jasmani, interaksi sosial masyarakat dan keadaan psikologis. Disamping itu, menurut pendapat Cohen & Syme (1985), dukungan sosial yang ada dalam diri seorang individu sangatlah terpengaruh dari faktor-faktor lainnya, seperti pemberi dukungan, penerima dukungan, jenis dukungan serta lamanya pemberian dukungan.

Satu diantara faktor-faktor penentu yang memberikan sumbangan kepada tingkatan *psychological well-being* individu yaitu tingkatan dalam melaksanakan ibadah keagamaan yang tercermin melalui kualitas dan kuantitas pelaksanaan ibadah, yang biasanya disebut sebagai religiusitas. Nilai-nilai religi dapat menjadi sumber makna bagi manusia serta dapat menentukan perasaan, perilaku dan kesehatan mentalnya. Religiusitas sudah seringkali dikaji mengenai keterkaitannya dengan kesejahteraan psikologis individu. Temuan dari penelitian yang dilaksanakan Junaidi (2023) mampu membuktikan keberadaan keterkaitan secara positif dan signifikan antara religiusitas dengan *psychological well-being*

seseorang. Adapun hasil-hasil kajian lainnya secara spesifik juga mengungkapkan bahwasanya religiusitas merupakan faktor prediktor kuat yang mampu dijadikan penentu dalam tingkat kesejahteraan psikologis di kalangan mahasiswa (Abdel Khalek & Tekke, 2019; Eva et al., 2022). Religiusitas membantu individu dalam menyelesaikan permasalahan psikologis dan membantu individu untuk memandang kehidupan secara lebih positif dan memaknai kehidupan dengan lebih bijak. Partisipasi dan pelaksanaan praktik-praktik keagamaan akan membantu individu untuk terhindar dari permasalahan psikologis seperti depresi dan stres serta kecemasan pada tingkatan yang lebih rendah (Aggarwal et al., 2023). Disamping itu, hasil kajian peneliti lain juga menjelaskan bahwasanya religiusitas secara tak langsung mampu memberikan pengaruh kepada *psychological well-being* dengan melewati variabel mediasi kebahagiaan. Artinya apabila tingkat religiusitas mengalami peningkatan maka kebahagiaan juga akan ikut meningkat, sehingga akan semakin baik juga kondisi *psychological well-being* siswa, begitupun sebaliknya. Dengan kata lain kata lain siswa yang religius akan mampu mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal melalui kebahagiaan (Atikasari, 2021).

Dukungan sosial merupakan satu diantara sarana-sarana yang dapat difungsikan sebagai upaya peningkatan perasaan positif dan harga diri, sehingga individu mampu mengatasi tekanan sedang dialaminya. Dukungan sosial dapat disediakan dalam bentuk kesenangan, kepedulian maupun bantuan langsung kepada orang-orang di sekelilingnya, sehingga dapat melewati permasalahan (Sarafino & Smith, 2011). Kajian terdahulu dari Eva et al. (2020) menjelaskan hasil temuan bahwasanya dukungan sosial berkontribusi dan memiliki pengaruh secara signifikan dan positif dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Pada dasarnya, dukungan sosial sangat dibutuhkan guna memperkuat kesejahteraan psikologis, khususnya di kalangan mahasiswa. Selain itu, budaya kolektivisme yang berkembang luas di masyarakat Indonesia juga dianggap turut memperkuat dukungan sosial dalam kaitannya dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Temuan dari studi tersebut searah dengan hasil kajian lain yang dilaksanakan Khan & Arif (2019) yang mana memperlihatkan hasil bahwasanya dukungan keluarga dan dukungan teman sebaya berhubungan secara positif dengan kesejahteraan

psikologis, sedang di sisi lain tekanan psikologis berhubungan secara negatif dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Temuan-temuan dalam kajian tersebut sekaligus menjelaskan bahwasanya dukungan sosial secara positif dapat memprediksi dan menciptakan *psychological well-being* yang baik di kalangan mahasiswa. Perolehan dari kajian sebelumnya pada kelompok subjek lain yang dilaksanakan oleh Arfianto et al. (2021) menguraikan hasil bahwasanya dukungan sosial, misalnya seperti dukungan-dukungan yang sumbernya datang dari keluarga, sahabat dan juga orang spesial mempunyai keterkaitan secara signifikan dengan kesejahteraan psikologis pada subjek ibu yang bekerja, terutama guna mengelola dan mengatasi stres yang timbul akibat bekerja. Secara umum, kajian Alsubaie et al. (2019) juga menunjukkan hasil bahwasanya sumber dukungan sosial menimbulkan dampak yang cukup signifikan dalam mengurangi tingkat depresi dan meningkatkan kualitas hidup mahasiswa. Selain itu, dukungan sosial juga dianggap sebagai sumber yang berharga untuk lembaga pendidikan tinggi dalam rangka memberi perlindungan dan memberi dukungan terkait kesehatan mental mahasiswanya. Pada domain psikologis, dukungan sosial dari keluarga dan teman juga mempunyai peran yang signifikan dalam menurunkan risiko gejala depresi dan meningkatkan kualitas hidup. Di sisi lain, pada domain hubungan sosial, dukungan sosial yang bersumber melalui orang yang paling dekat dengan mahasiswa, yakni keluarga dan teman juga mempunyai peran signifikan pada peningkatan kualitas hidup mahasiswa yang kemudian akan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Secara keseluruhan, perolehan kajian Poudel et al. (2020) menyajikan hasil bahwasanya dukungan sosial secara tak langsung memberikan pengaruh kepada *psychological well-being* remaja dengan menggunakan variabel mediasi *self esteem*. Dalam pengertian lain dapat dikatakan bahwa remaja yang memperoleh intensitas dukungan sosial secara baik akan cenderung mempunyai tingkatan *self esteem* yang baik pula, sehingga akan memberikan kontribusi terhadap pembentukan *psychological well-being* yang jauh lebih optimal apabila diperbandingkan dengan remaja yang menerima intensitas dukungan sosial yang kurang baik. Hal ini lah yang akhirnya dapat menimbulkan penurunan stres dan peningkatan kepercayaan diri pada individu.

Religiusitas dan dukungan sosial secara simultan juga mampu memberi kontribusi terhadap tinggi atau rendahnya kondisi *psychological well-being* pada diri seseorang. Dimana ada kemunculan keterkaitan secara signifikan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being* (Maurizka & Maryatmi, 2019). Dukungan sosial yang diperoleh pada seorang individu akan mampu memberikan peran secara lebih efektif pada peningkatan *psychological well-being* apabila dipekerjakan secara bersama-sama dengan religiusitas (Saputri et al., 2013). Yang menjadi tolak ukur pembeda diantara penelitian-penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilaksanakan terletak pada dasar teori yang difungsikan sebagai bahan acuan, subjek yang menjadi fokus tujuan dan lokasi dilakukannya penelitian. Rumusan masalah yang akan dijawab dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah.

Tujuan dari dilaksanakannya penelitian ini yaitu untuk menguji hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah. Terdapat dua (2) jenis hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yakni hipotesis mayor dan juga hipotesis minor. Hipotesis mayor yang diajukan pada penelitian ini yaitu ada hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah. Sedangkan hipotesis minornya yaitu ada hubungan positif antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah dan ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah.

Manfaat penelitian ini secara teoritis adalah untuk memperluas khasanah pengetahuan pada ruang lingkup kajian ilmu psikologi, khususnya yang berkaitan dengan *psychological well-being*. Sedangkan manfaat praktis dari penelitian ini bagi pihak universitas atau lembaga pendidikan adalah untuk menyusun strategi pendukung yang lebih efektif sebagai upaya peningkatan *psychological well-being* dalam diri mahasiswa melalui penguatan religiusitas serta dukungan sosial. Bagi mahasiswa, harapannya penelitian ini mampu menyajikan pengetahuan atau

informasi yang berkaitan dengan seberapa signifikannya faktor religiusitas dan dukungan sosial sebagai upaya menciptakan kondisi *psychological well-being* secara optimal selama belajar di tingkat perguruan tinggi. Bagi peneliti selanjutnya, harapannya hasil penelitian ini dapat difungsikan sebagai bahan acuan ataupun referensi pada penelitian-penelitian lanjutan yang terkait dengan religiusitas dan dukungan sosial serta *psychological well-being*.