

Hubungan Self Esteem dan Religiusitas Terhadap Kebermaknaan Hidup Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta

Alimah Nasywa Hanifah¹; Muhammad Japar²
Psikologi, Fakultas Psikologi,
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Mahasiswa sedang dalam fase menuju dewasa awal sering kali akan menemukan permasalahan mengenai kebermaknaan hidupnya seperti tidak mengetahui tujuan hidup atau hanya menjalankan hidup tanpa tau ada yang ingin dicapainya. Dari kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa rentan tidak mengetahui kebermaknaan hidupnya. Dari kondisi ini mahasiswa menunjukkan ketika tidak mengetahui makna hidupnya maka akan terjadi kebingungan, kebingungan dan tidak memiliki semangat hidup yang lebih baik. Faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup adalah *self esteem* dan religiusitas sebagai faktor internal dalam diri mahasiswa sendiri. Tujuan dari penelitian ini mengetahui hubungan *self esteem* dan religiusitas terhadap kebermaknaan hidup, menguji hubungan *self esteem* dengan kebermaknaan hidup dan menguji hubungan religiusitas terhadap kebermaknaan hidup. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan instrumen penelitian kuesioner dari *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES), *Centrality of Religiosity* (CRS), dan *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ), dengan teknik sampling *purposive sampling*. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Surakarta, dengan teknik *purposive sampling* dan jumlah sampel minimal 150 responden dengan data final yang didapat 160 responden. Analisis menggunakan regresi linier berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai F sebesar 6.49 dengan nilai signifikan 0.002, terdapat hubungan signifikan antara *self esteem* dan religiusitas terhadap kebermaknaan hidup. Nilai R Square 0.08 menunjukkan 8% variabel *self esteem* dan religiusitas berkontribusi terhadap variabel kebermaknaan hidup. *Self esteem* memiliki hubungan positif terhadap kebermaknaan hidup ($t: 3.40$) dan religiusitas memiliki hubungan negatif tidak signifikan terhadap kebermaknaan hidup ($t: -1.50$).

Kata kunci: *Self Esteem*, Religiusitas, Kebermaknaan Hidup

Abstract

College students in the transition phase toward emerging adulthood often encounter issues regarding their meaning in life, such as not knowing their life purpose or merely going through life without specific goals to achieve. This condition indicates that college students are vulnerable to experiencing a lack of meaning in their lives. Consequently, when students fail to comprehend their meaning in life, it can lead to confusion, anxiety, and a diminished enthusiasm for a better life. Factors influencing the meaning in life include self-esteem and religiosity as internal factors within the students themselves. The objectives of this study are to determine the simultaneous relationship between self-esteem and religiosity toward the meaning in life, to examine the relationship between self-esteem and the meaning in life, and to evaluate the relationship between religiosity and the meaning in life. The method employed in this study is a quantitative correlational design utilizing research questionnaires, which consist of the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), the Centrality of Religiosity Scale (CRS), and the Meaning in Life Questionnaire (MLQ). The population of this study comprises active undergraduate students at Universitas Muhammadiyah Surakarta. Utilizing a purposive sampling technique, a minimum sample of 150 respondents was obtained (with final data collected

from 160 respondents). Data analysis was performed using multiple linear regression. The results of the study demonstrated an value of $F = 6.49$ with a significance level of 0.002, indicating a significant relationship between self-esteem and religiosity simultaneously toward the meaning in life. The N value of 0.08 indicates that the self-esteem and religiosity variables contribute 8% to the meaning in life variable. Furthermore, self-esteem has a significant positive relationship toward the meaning in life ($t = 3.40$), whereas religiosity has a non-significant negative relationship toward the meaning in life ($t = -1.50$).

Keywords: Self-Esteem, Religiosity, Meaning in Life

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa didefinisikan sebagai peserta didik yang sedang mengikuti profram pendidikan pada instansi perguruan tinggi negeri maupun swasta. Sebagai perwujudan dari essitensi Tri Dharma Pergurua Tinggi, mahasiswa berupaya mengembangkan kapabilitas dari melalui jalur akademis, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Mahasiswa tak jarang harus menghadapi berbagai tuntutan perkembangan, mulai dari pencarian mengenai jati diri, pengelolaan stress akademik, penyesuaian sosial di lingkungan kampus serta perumusan makna hidup dan tujuan pribadi. Perubahan ini menjadikan masa perkuliahan sebagai periode penting dalam pembentukan karakter, nilai dan kebermaknaan Hidup individu. Mahasiswa tak jarang harus menghadapi berbagai tuntutan perkembangan, mulai dari pencarian mengenai jati diri, pengelolaan stress akademik, penyesuaian sosial di lingkungan kampus serta perumusan makna hidup dan tujuan pribadi. Perubahan ini menjadikan masa perkuliahan sebagai periode penting dalam pembentukan karakter, nilai dan kebermaknaan Hidup individu. Oleh karena itu, mahasiswa tidak hanya dipandang sebagai peserta didik pada jenjang perguruan tinggi, namun juga sebagai agen perubahan (*agent of change*) yang diharapkan mampu berpikir kritis, memiliki kepekaan sosial, serta berperan aktif dalam memajukan masyarakat sesuai dengan bidang.

Dalam perannya sebagai *agent of change*, mahasiswa dituntut untuk dapat memberikan kontribusi positif bagi masyarakat. Namun, peran tersebut belum selalu dijalankan secara optimal karena adanya berbagai faktor yang mempengaruhi mahasiswa. Faktor internal meliputi rendahnya motivasi, kurangnya kesadaran diri akan memaknai tujuan hidup, serta pemahaman terhadap nilai-nilai etos kehidupan. Selain itu, terdapat pula faktor eksternal yang berasal dari lingkungan sekitar, seperti pengaruh teman sebaya, aktivitas yang dijalani serta gaya hidup dan budaya luar. Berbagai pengalaman hidup yang dialami mahasiswa tersebut pada akhirnya berperan dalam membentuk kepribadian serta kebermaknaan hidup yang dirasakan (Hidayat, 2019). Kebermaknaan hidup merupakan makna yang dapat ditemukan dalam perjalanan kehidupan, baik pada saat mengalami kebahagiaan maupun penderitaan. Makna tersebut tidak diberikan oleh orang lain, melainkan ditemukan oleh diri sendiri (Frankl, 1969). Kehadiran harapan dalam hidup menjadi sebuah sumber dari kekuatan bagi mahasiswa untuk dapat terus berupaya menemukan arti hidup yang bermakna (Bukhori, 2019). Namun, ketika mahasiswa gagal dalam usahanya untuk menemukan kebermaknaan hidup, maka akan cenderung mengalami frustasi dan merasakan kehampaan dalam kehidupannya.

Fenomena mengenai kebermaknaan hidup ditemukan pada mahasiswa di lingkungan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan terhadap 30 mahasiswa dari

berbeda fakultas, yaitu Psikologi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, serta Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, diperoleh gambaran bahwa kebermaknaan hidup mahasiswa menunjukkan variasi yang beragam, mulai dari rendah hingga tinggi, hasil wawancara terhadap 15 mahasiswa fakultas Psikologi menunjukkan bahwa sebanyak 4 mahasiswa merasakan kebermaknaan hidup yang rendah, yang ditandai dengan hilangnya motivasi, perasaan hampa, kurang bersemangat dalam menjalani aktivitas perkuliahan, serta kecenderungan membuang waktu. Sebanyak 8 mahasiswa menyatakan memiliki tingkat kebermaknaan hidup sedang, di mana mahasiswa masih mampu mengetahui tujuan hidup, namun terkadang mengalami penurunan semangat dan kebingungan dalam mengarahkan kehidupan. Sementara itu, 3 mahasiswa lainnya menyatakan memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi, yang ditandai dengan kemampuan mengenali potensi diri, memiliki tujuan hidup yang jelas, merasa hidupnya berarti, serta mampu menemukan makna dari setiap pengalaman yang dijalani. Selain itu, hasil wawancara awal pada 11 mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis menunjukkan bahwa 3 mahasiswa memiliki kebermaknaan hidup yang rendah, 6 mahasiswa berada pada tingkat sedang, dan 2 mahasiswa berada pada tingkat kebermaknaan hidup yang tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis juga mengalami variasi tingkat kebermaknaan hidup yang relatif serupa. Selanjutnya, hasil wawancara terhadap 4 mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) menunjukkan bahwa 2 mahasiswa berada pada tingkat kebermaknaan hidup tinggi dan 2 mahasiswa lainnya berada pada tingkat kebermaknaan hidup rendah. Secara keseluruhan, hasil wawancara awal tersebut menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta cenderung berada pada tingkat rendah hingga sedang. Kondisi ini berdampak pada kurang optimalnya mahasiswa dalam mengenali dan mengembangkan potensi diri, rendahnya motivasi dalam menjalani perkuliahan, serta belum adanya arah dan tujuan hidup yang jelas. Akibatnya, sebagian mahasiswa belum mampu mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya secara optimal dan belum menunjukkan sikap optimis dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, fenomena ini menjadi dasar penting dilakukannya penelitian mengenai kebermaknaan hidup mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta serta faktor-faktor yang berkaitan dengannya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self esteem* dan religiusitas terhadap kebermaknaan hidup, menguji hubungan *self esteem* dengan kebermaknaan hidup dan menguji hubungan religiusitas terhadap kebermaknaan hidup.

Rumusan masalah penelitian ini berdasarkan latar belakang diatas didapatkan apakah terdapat hubungan antara self esteem terhadap kebermaknaan hidup mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta? Apakah terdapat hubungan antara religiusitas terhadap kebermaknaan hidup Universitas Muhammadiyah Surakarta? Apakah terdapat hubungan antara self esteem dan religiusitas terhadap kebermaknaan hidup mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta?

Teori yang digunakan dalam variabel kebermaknaan hidup adalah *Meaning In Life Model* yang dicetuskan oleh Steger dkk pada tahun 2006. Dalam teori ini mendefinisikan kebermaknaan hidup merupakan sejauh mana seorang individu mampu memahami dan merasakan arti, tujuan dan nilai dari keberadaannya, kebermaknaan hidup mencakup bagaimana kemampuan seorang individu untuk dapat menafsirkan pengalaman dalam hidupnya secara positif dan mampu melihat kehidupannya sebagai suatu yang memiliki arah tujuan yang berharga (Steger dkk 2006). Frankl (1969) juga menyatakan bahwa kebermaknaan hidup bukanlah suatu hal

yang diciptakan melainkan ditemukan oleh diri seorang individu itu sendiri, hal tersebutlah yang menyebabkan masing-masing individu akan berbeda dalam memaknai kebermaknaan hidupnya. Kebermaknaan hidup terdiri atas dua dimensi utama, yaitu *presence of meaning* yang berarti Sejauh mana individu mampu dalam memahami, mengerti dan merasakan makna dalam kehidupannya dan dapat mengidentifikasi apa yang menjadi makna dan tujuan hidup mereka, dalam indikator ini dipengaruhi aspek *understanding life meaning* atau pemahaman akan makna hidup, *clear life purpose* atau tujuan hidup yang jelas dan *satisfaction with life direction* atau rasa berarti dalam hidup Prastowo (2020) dan Dyah & Nurhalia (2022). Sementara *search of meaning* adalah Sejauh mana individu memiliki dorongan dan orientasi untuk membangun dan menambah pemahaman mereka mengenai makna dan tujuan hidup mereka, terdapat beberapa aspek dalam indikator ini, seperti *searching for purpose* atau pencarian tujuan hidup, *desire for purpose* atau keinginan menemukan makna dan *effort to explore meaning* Prasworo (2020) dan Dyah & Nurhalia (2022). Sementara terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup, faktor-faktor ini dibagi menjadi 2 yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi adalah *self esteem*, religiusitas, nilai dan tujuan hidup, serta emosi positif dan kesejahteraan psikologis (Steger, 2006). Faktor eksternal antara lain adalah dukungan sosial, pengalaman hidup, lingkungan pengembangan diri serta budaya dan nilai sosial.

Rosenberg (1965) merupakan salah satu tokoh dengan teorinya yaitu *Global Self esteem Theory*, pada teorinya ia mendefinisikan *self esteem* sebagai suatu sikap yang positif maupun negatif dalam seorang individu, atau dapat dikatakan bahwa *self esteem* suatu evaluasi terhadap diri sendiri, secara lebih spesifik, bagaimana seorang individu mampu merasa berharga, percaya diri dan diterima oleh diri sendiri. Secara lebih lanjut pada karya utama karya Rosenberg yang berjudul *society and the Adolescent Self-Image* (1965) menjelaskan bahwa *self esteem* sebagai elemen yang penting dari citra diri atau *self image* individu dalam konteks sosial. Rosenberg memberikan pandangan dengan mendefinisikan *self esteem* sebagai suatu rangkaian pada diri seorang individu terkait bagaimana persepsi dan perasaan yang dipikirkan mengenai dirinya, yaitu perasaan mengenai “keberhargaan” diri atau nilai sebagai seorang manusia. Coppersmith (1967) mendefinisikan *self esteem* sebagai suatu evaluasi atau persepsi diri yang dilakukan oleh seorang individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan penghargaan, penerimaan dan perlakuan yang didapatkan dari orang lain. Ghufro dan Risnawita (2016) mengonseptualisasikan *self-esteem* sebagai bentuk evaluasi personal yang diidentifikasi oleh individu berdasarkan dinamika hubungannya dengan lingkungan sosial Teori yang digunakan dalam variabel *self esteem* adalah *Global Self esteem Theory* yang dirumuskan oleh Roseberg (1965) pada teorinya ia mendefinisikan *self esteem* sebagai suatu sikap yang positif maupun negatif dalam seorang individu, atau dapat dikatakan bahwa *self esteem* suatu evaluasi terhadap diri sendiri, secara lebih spesifik, bagaimana seorang individu mampu merasa berharga, percaya diri dan diterima oleh diri sendiri. Secara lebih lanjut pada karya utama karya Rosenberg yang berjudul *society and the Adolescent Self-Image* (1965) menjelaskan bahwa *self esteem* sebagai elemen yang penting dari citra diri atau *self image* individu dalam konteks sosial. Ghufro dan Risnawita (2016) mengonseptualisasikan *self-esteem* sebagai bentuk evaluasi personal yang diidentifikasi oleh individu berdasarkan dinamika hubungannya dengan lingkungan sosial. Dalam perkembangannya, Morris Rosenberg mengoperasionalkan konsep ini melalui *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), sebuah instrumen yang mendominasi penelitian psikologi modern. Rosenberg memandang *self-esteem* sebagai konstruk tunggal

(*unidimensional*) yang menjembatani dua kutub dikotomis: *positive self-esteem* yang mencirikan afeksi positif berupa kepuasan diri, keberhargaan, dan keyakinan personal, serta *negative self-esteem* yang mengindikasikan perasaan inferioritas, ketidaklayakan, hingga kecenderungan menyalahkan diri sendiri. Rosenberg (1965) menganggap bahwa *self esteem* bersifat global dan *unidimensional* yang berarti terdiri dari evaluasi positif dan negatif terhadap diri. Namun dalam penelitian lanjutan oleh Tafarodi & Swann, (1995) dan diperkuat oleh Owens (1993) sebagai *two component model of self esteem*, yaitu *self worth* yang berarti sejauh mana seorang individu dalam menyukai dan menghargai dirinya perasaan berharga, layak dicintai, puas terhadap diri sendiri), didukung dengan aspeknya seperti menerima diri apa adanya, merasa diri berharga, menyukai diri sendiri, tidak merasa gagal, Azwar (2011) sementara *self competence* adalah sejauh mana seorang individu menilai dirinya kompeten, efektif dan mampu menghadapi tantangan didukung dengan aspek seperti, percaya pada kemampuan diri, merasa memiliki kualitas yang baik, mampu mengatasi kesulitan dan memiliki sikap positif terhadap prestasi diri Azwar (2011).

Teori yang dimuat oleh Huber (2003) dengan nama teori *Centrality of Religiosity* memaknai *religiusitas* sebagai tingkat sentralisasi dan pentingnya makna-makna keagamaan dalam kehidupan seorang individu, yang didalamnya mencakup aspek ideologi, intelektual, pengalaman religius serta praktik keagamaan. Huber juga berpendapat bahwasanya religiusitas merupakan sebuah kepercayaan maupun keyakinan yang dimiliki seorang individu untuk melihat dunia, yang nantinya mampu mempengaruhi perilaku dan pengalamannya dalam kehidupan sehari-hari, keyakinan dan pemikiran dalam melihat dunia ini disebut sistem konstruksi personal. Religiusitas merupakan sebuah keyakinan dan pikiran seseorang guna melihat dunia, sehingga dapat mempengaruhi pengalaman dan perilaku seorang individu dalam menjalankan kehidupan sehari-hari (Huber 2003). Religiusitas adalah suatu aktivitas yang berdasarkan pada doktrin agama tertentu yang mana kehidupan manusia telah diatur sesuai dengan prinsip yang bersumber dari Tuhan, sedangkan spiritualitas memiliki makna mengenai berkeyakinan dengan pemahaman dan eksplorasi diri yang dicapai melalui pengalaman personal, sedangkan religiusitas memahami hidup dilakukan berdasar kerangka yang telah dirancang oleh agama (Amir & Lesmawati, 2016). Apabila tingkat religiusitas dilihat dari ketekunan seorang individu dengan pembagian dimensi ideologis, ritualistic, espresensial, intelektual dan konsekuensi (Huber & Huber, 2012). Menurut Huber & Huber (2012), religiusitas seorang individu terdiri atas beberapa dimensi yaitu *intellectual*, yang berkaitan dengan pemahaman seorang individu mengenai agama, dimana seorang individu mampu menjelaskan pandangannya mengenai hal-hal yang bersifat transendental, keagamaan maupun konsep tentang Tuhan, *ideology*, yang mengenai keyakinan terhadap keberadaan dan hakikat hal-hal di luar jangkauan nalar manusia yang berkaitan dengan Tuhan, *public practice*, yaitu keterlibatan seorang individu dalam kegiatan keagamaan yang bersifat sosial, seperti berpartisipasi dalam komunitas keagamaan, ibadah bersama, dan aktivitas sosial yang berbasis agama, *private practice*, menggambarkan kesetiaan dan pengabdian pribadi seseorang kepada Tuhan melalui aktivitas ibadah secara individual, yang tercermin dalam pola tindakannya serta gaya hidup keagamaannya, dan *religious experience*, berkaitan dengan pengalaman seorang individu dalam menjalani hubungan langsung dengan Tuhan Nya, yang melibatkan perasaan spiritual dan kedekatan dengan Tuhan.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam memperdalam pemahaman mengenai hubungan

antara self esteem dan religiusitas dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa, serta memberikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi positif. Adapun manfaat secara praktis terhadap pada penelitian ini adalah dapat menambah wawasan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta mengenai pentingnya self esteem dan religiusitas dalam membentuk kebermaknaan hidup, serta menjadi refleksi untuk meningkatkan kualitas diri dan kesejahteraan psikologis

2. METODE

Fenomena mengenai terdapat kurangnya kebermaknaan hidup pada mahasiswa melandasi penelitian ini, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan *self esteem* dan religiusitas dapat mempengaruhi tinggi atau rendahnya kebermaknaan hidup mahasiswa. Desain penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah penelitian kuantitatif non eksperimental dengan pendekatan korelasional, Desain ini umum digunakan dalam penelitian psikologi karena memungkinkan peneliti untuk dapat mengamati fenomena sebagaimana adanya tanpa mengubah kondisi partisipan (Konda dkk 2024).

Dalam penelitian ini skala kebermaknaan hidup memiliki nama *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ), yang disusun atas teori *Meaning In Life Model* yang dikembangkan oleh Steger (2006) yang didalamnya memiliki aspek-aspek seperti *presence of meaning* dan *search for meaning in life*. Skala ini merupakan adaptasi dari penerjemah Indonesia yang disusun oleh Rosyad (2019), selanjutnya digunakan kembali pada penelitian Anshori(2024) serta diadaptasi kembali oleh peneliti. Peneliti awalnya melakukan pengujian *expert judgment* dengan hasil validitas pada 0.92, kemudian dilakukan pengujian kembali setelah semua data terkumpul dengan mendapati hasil validitas 0.673-0.925 dengan 1 aitem gugur yang menjadikan total aitem 9 dengan reliabilitas Cronbach's Alpha 0.946 0.956. Yang menunjukkan bahwa skala kebermaknaan hidup ini cukup konsisten dan dapat diandalkan untuk mengukur kebermaknaan hidup mahasiswa. Skala ini menggunakan 7 Likert yaitu, SSTB (Sama Sekali Tidak Benar), KTB (Kebanyakan Tidak Benar), ATB (Agak Tidak Benar), RR (Ragu-Ragu), AB (Agak Benar), B (Benar) dan BS (Benar Sekali).

Dalam penelitian ini, skala *self esteem Rosenberg Self Esteem Scale* atau RSES yang dikembangkan oleh Moris Rosenberg tahun 1965 dalam teorinya *Global Self Esteem Theory* yang didalamnya memiliki aspek-aspek seperti penerimaan diri atau *self acceptance* dan penilaian diri atau *self worth*. Skala ini merupakan adaptasi dari Devina (2012), selanjutnya digunakan kembali pada penelitian Clara & Soetikno (2024) serta di adaptasi kembali oleh peneliti. Peneliti awalnya melakukan pengujian *expert judgment* dengan hasil validitas 0.92 hingga 1, kemudian dilakukan pengujian kembali setelah semua data terkumpul dengan mendapati hasil validitas dengan skor 0.448 hingga 0.748 dengan 2 aitem gugur yang menjadikan total aitem 8, dengan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0.846. Yang menunjukkan bahwa skala *self esteem* ini cukup konsisten dan dapat

diandalkan untuk mengukur *self esteem* mahasiswa. Skala ini menggunakan 4 Likert yaitu, STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), S (Setuju) dan (Sangat Setuju).

Dalam penelitian ini, skala *Centrality of Religiosity Scale* (CRS) yang dikembangkan oleh Huber dan Huber (2012) dalam teorinya *Centrality of Religiosity* yang didalamnya meliputi *intellectual, ideological, public practice, private practice*, serta *religious experience*. Skala ini dialihbahasakan oleh Purnomo dan Suriyadi (2017), selanjutnya digunakan pada penelitian Anjainah (2022) kemudian diadaptasi kembali oleh peneliti. Peneliti awalnya melakukan pengujian *expert judgment* dengan hasil validitas 0.92, kemudian dilakukan pengujian kembali setelah semua data terkumpul dengan mendapati hasil validitas dengan skor 0.433 hingga 0.696, dengan terdapat 33 aitem dengan 3 aitem gugur yang menjadikan aitem sebanyak 30, dengan, sehingga angka reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0.933. Yang menunjukkan bahwa skala religiusitas ini cukup konsisten dan dapat diandalkan untuk mengukur religiusitas mahasiswa. Skala ini menggunakan 4 Likert yaitu, STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), S (Setuju) dan (Sangat Setuju).

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan metode survei dengan instrumen berupa kuesioner. Data yang dikumpulkan meliputi data utama berupa skor self esteem, religiusitas dan kebermaknaan hidup mahasiswa. Selain itu, dikumpulkan pula data pendukung lain yaitu karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, dan semester yang bertujuan untuk memberikan gambaran umum partisipan penelitian. Prosedur pengumpulan data diawali dengan penyusunan dan persiapan instrumen penelitian. Instrumen yang digunakan merupakan skala yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia dan disesuaikan dengan karakteristik partisipan penelitian. Selanjutnya kuesioner akan disebarkan kepada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang memenuhi kriteria partisipan penelitian yang telah ditetapkan. Responden diminta mengisi kuesioner secara mandiri sesuai dengan kondisi diri masing-masing. Setelah seluruh data terkumpul, peneliti melakukan pengecekan kelengkapan data. Data yang tidak lengkap tetap dicatat sebagai bagian dari proses penelitian, meskipun tidak digunakan dalam analisis, guna menjaga transparansi penelitian.

Sebelum analisis inferensial dilakukan, seluruh data terlebih dahulu melalui proses pemeriksaan awal untuk memastikan kelayakannya. Selanjutnya, dilakukan identifikasi terhadap *outlier* dilakukan pada tingkat univariat maupun multivariat. Setelah data dinyatakan bersih, peneliti akan melakukan serangkaian uji asumsi statistik yang merupakan prasyarat sebelum menggunakan analisis parametrik. Asumsi yang diuji meliputi (1) normalitas residual menggunakan Kolmogorov-Smirnov, (2) linearitas hubungan antar variabel, (3) multikolinearitas . dinilai melalui nilai *variance inflation factor*, serta (4) heteroskedastisitas yaitu keseragaman varians residual pada seluruh nilai per indikator. Serta selanjutnya dilakukan uji asumsi menggunakan uji F atau uji simultan dan uji t atau

uji signifikansi parsial pada hipotesis yang telah dituliskan.

Pada penelitian ini, yang akan diukur Adalah pengaruh *self esteem*, religiusitas terhadap kebermaknaan hidup. Maka untuk mendapat jawaban dari penelitian ini, penulis akan menggunakan *multiple liner analysis* (regresi liner berganda). Definisi analisis berganda Analisis regresi liner berganda adalah teknik analisis untuk melihat hubungan lebih dari satu variabel bebas terhadap variabel terikat. Menurut Umar dan Nisa (2020), analisis ini dapat dimaknai sebagai analisis yang mengukur variabel dependen atau meninjau apakah dipengaruhi oleh satu atau lebih dari satu variabel dependen. Analisis ini juga menguji kontribusi simultan maupun parsial dari *self esteem* dan religiusitas dalam memprediksi kebermaknaan hidup.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 HASIL

Table 1. Data Demografi

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase
Jenis Kelamin	Perempuan	142	88.8%
	Laki-laki	18	11.3%
Usia	18	11	6.9%
	19	21	13.1%
	20	32	20%
	21	40	25%
	22	40	25%
	23	15	15%
	24	1	0.6%
Fakultas	Fakultas Psikologi	61	38.1%
	Fakultas Ekonomi dan Bisnis	29	18.1%
	Fakultas Keguruan	17	10.6%
	Fakultas Teknik	10	6.3%
	Fakultas Ilmu	12	7.5%

	kesehatan		
	Fakultas Agama Islam	8	5%
	Fakultas Hukum dan Ilmu Politik	6	3.7%
	Fakultas Komunikasi dan Informatika	5	3.1%
	Fakultas Geografi	3	1.9%
	Fakultas Kedokteran	3	1.9%
	Fakultas Kedokteran Gigi	2	1.3%
Tahun Masuk	2020	1	0.6%
	2021	4	2.5%
	2022	71	44.4%
	2023	33	20.6%
	2024	19	11.9%
	2025	32	20%
Total		160	100%

Berdasar tabel di atas, dapat diketahui bahwa responden penelitian ini cukup beragam, dengan persentase tertinggi pada kelompok mahasiswa tahun masuk 2022. Hal ini menunjukkan data yang diperoleh telah mempresentasikan berbagai latar belakang mahasiswa aktif di lingkungan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Uji asumsi klasik telah memenuhi seluruh syarat analisis regresi. Berdasarkan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0.09 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0.178. merujuk pada kriteria pengambilan keputusan dimana data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai $p > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa sisaan (residual) dalam model regresi ini telah memenuhi asumsi normalitas. Selanjutnya hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara *self esteem* dengan kebermaknaan hidup memiliki signifikansi pada baris *linearity* sebesar 0.001 ($P < 0.05$) dengan *Deviation form Linier*

menunjukkan angka sebesar 0.353 ($P > 0.05$), sedangkan hubungan religiusitas dengan kebermaknaan hidup memiliki signifikansi pada baris *Linearity* sebesar 0.594. yang berarti kedua hubungan tersebut bersifat linear. Selain itu, hasil uji multikolinearitas menunjukkan nilai *tolerance* sebesar 0.99, dimana nilai tersebut lebih besar dari 0.10. nilai VIF untuk kedua variabel tersebut adalah sebesar 1.01 yang berarti jauh lebih kecil dari angka 10. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinieritas dalam model penelitian ini, sehingga asumsi multikolinearitas terpenuhi. Di samping itu, hasil uji heteroskedastisitas menunjukkan nilai signifikansi 0.063. karena nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0.05 ($0.063 > 0.05$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dalam model regresi ini. Dengan demikian asumsi heteroskedastisitas telah terpenuhi.

Table 2. Uji F

Model Fit Measures						
Model	R	R ²	Overall Model Test			
			F	df1	df2	p
1	0.28	0.08	6.49	2	157	0.002

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji regresi menunjukkan bahwa nilai $F = 6.49$ dengan signifikansi $p = 0.002$. Karena $p < 0.05$ maka hipotesis diterima, yang berarti terdapat pengaruh signifikan secara bersama-sama (simultan) antara variabel *Self Esteem* dan Religiusitas terhadap kebermaknaan hidup pada mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Surakarta. Serta nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.08 menunjukkan bahwa variabel *Self Esteem* dan Religiusitas memberikan sumbangan 8% terhadap variabel Kebermaknaan Hidup mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Table 3. Uji T

Model Coefficients - Y					
Predictor	Estimate	SE	t	p	
Intercept	48.95	2.54	19.26	<.001	
X1	0.28	0.08	3.40	<.001	
X2	-0.02	0.02	-1.50	0.136	

Hasil regresi menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi variabel *Self Esteem* sebesar 0.28 dengan $t = 3.40$. Maka H_2 diterima, yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Self Esteem* dengan Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. Selanjutnya, nilai koefisien regresi variabel Religiusitas sebesar -0.02 dengan $t = -1.50$ dan $p = 0.136$ ($p > 0.05$) maka H_3 ditolak, yang berarti hubungan antara Religiusitas tidak signifikan dengan Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta.

3.2 PEMBAHASAN

Hasil dari uji yang telah dilakukan menjelaskan bahwa hipotesis mayor pada penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan positif antara *self esteem* dan religiusitas terhadap kebermaknaan hidup mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta, dibuktikan dengan hasil yang menyebutkan nilai F sebesar 6.49 dan signifikansi 0.002. Hasil ini mengindikasikan bahwa kombinasi antara evaluasi harga diri dan komitmen religius merupakan model valid dalam memprediksi kebermaknaan hidup, meskipun kekuatan prediksinya berbeda secara parsial. Pada uji hipotesis 2 pada variabel bahwa *Self Esteem* (X1) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap Kebermaknaan Hidup, yang dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar $p < 0.001$ dan nilai t sebesar 3.40 yang berarti H_2 diterima, hal ini menegaskan bahwa penilaian positif terhadap keberhargaan diri merupakan faktor internal utama yang memungkinkan mahasiswa menemukan tujuan dan nilai dalam hidupnya. Sebaliknya pada uji hipotesis 3, variabel Religiusitas (X2) ditemukan tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap Kebermaknaan Hidup dengan nilai $p = 0.136$ dan nilai t sebesar -1.50, sehingga hipotesis sekunder dalam penelitian ini dinyatakan tidak terdukung, sehingga H_3 dinyatakan tidak terdukung (ditolak). Fenomena ini menunjukkan adanya kecenderungan pada sampel mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta bahwa sumber kebermaknaan hidup lebih didominasi oleh otonomi diri dan evaluasi internal individu dibandingkan kerangka transcendental atau formalitas religiusitas. Berdasarkan analisis data penelitian, ditemukan bahwa variabel *self esteem* memiliki hubungan linier yang signifikan terhadap kebermaknaan hidup. Temuan empiris ini mengkonfirmasi dari penelitian yang telah dilakukan oleh Riris dan Nuryati (2011) bahwa semakin tinggi *self esteem* maka kebermaknaan hidup juga akan semakin tinggi, hal ini diperkuat oleh Dewi dan Eni (2024) bahwa semakin tinggi harga diri maka akan semakin tinggi kebermaknaan hidupnya, karena harga diri yang terakumulasi menjadi predictor kuat terhadap cara individu memaknai hidupnya, dalam penelitian milik Dewi dan Eni secara statistik memiliki sumbangan pada variabel *self esteem* pada kebermaknaan hidup tercatat sebesar 18.8%. Hal ini didukung oleh hasil uji linieritas terbaru yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.001 ($p < 0.05$), mengindikasikan bahwa fluktuasi tingkat harga diri berbanding lurus secara signifikan dengan tingkat kebermaknaan hidup ditambah dengan hasil kategorisasi pada *self esteem* yang menunjukkan dominasi mahasiswa pada kategori sedang dan tinggi yang diindikasikan mahasiswa mampu untuk menghargai dan menerima dirinya dan menjadikan dirinya memiliki kebermaknaan hidup dalam kategorisasi tinggi. Namun, temuan berbeda didapatkan pada religiusitas terhadap kebermaknaan hidup. Berdasarkan hasil uji parsial pada tabel *Model Coefficients*, variabel religiusitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.136 ($p > 0.05$) yang berarti tidak terdapat pengaruh signifikan pada religiusitas terhadap kebermaknaan hidup. Temuan ini mengindikasikan bahwa pada subjek mahasiswa dalam penelitian ini, tingkat religiusitas tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kebermaknaan hidup. Hal ini

dibuktikan dengan hasil kategorisasi religiusitas untuk mahasiswa pada kategori tinggi. Hasil tersebut memberikan perspektif baru yang berbeda dari teori Frankl (2003) yang menempatkan agama sebagai faktor dominan, sebagaimana terlihat pada data penelitian terdahulu yang mencatat angka kontribusi religiusitas sebesar 46,7%. Selanjutnya, pada penelitian lainnya variabel religiusitas memiliki hasil bahwa religiusitas memiliki pengaruh 20% atau sedang terhadap kebermaknaan hidup seseorang, merupakan religiusitas faktor yang memiliki peran penting dalam pencapaian kebermaknaan hidup seseorang, karena religiusitas adalah penghayatan dalam mencapai kebermaknaan hidup seseorang (Salman, 2025). Pada penelitian milik Candra (2020) menunjukkan bahwa religiusitas merupakan salah satu pendorong dalam kebermaknaan hidup meskipun pengaruhnya tidak terlalu banyak. Fenomena ini menunjukkan adanya faktor kontekstual pada dinamika psikologis mahasiswa saat ini, di mana pencarian makna hidup mungkin lebih banyak dipengaruhi oleh faktor internal seperti aktualisasi diri dan pencapaian pribadi dibandingkan aspek transendental atau religiusitas.

Temuan dalam penelitian ini mempertimbangkan sejauh mana hasil yang diperoleh dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas. Dari aspek kesesuaian sampel (*sampling validity*), keterlibatan 160 responden yang merupakan Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang diambil dari berbagai fakultas, tahun masuk dan usia memberikan landasan kuat untuk dapat menggambarkan dinamika psikologis yang terjadi pada mahasiswa dalam fase dewasa awal. Penelitian ini berupa *self-report* yang dapat memungkinkan munculnya bias jawaban. Dari segi validitas statistik, data yang diperoleh telah memenuhi uji normalitas, sehingga analisis regresi dapat dilakukan sesuai dengan ketentuan statistik yang berlaku. Dalam penelitian ini, potensi keterkaitan antarvariabel bebas telah dipertimbangkan melalui uji multikolinearitas serta analisis sumbangan efektif dan sumbangan relatif. Hasilnya menunjukkan bahwa masing-masing variabel tetap memiliki kontribusi tersendiri dalam menjelaskan kebermaknaan hidup. Hal lain yang juga perlu diperhatikan adalah proses pengisian instrumen oleh responden. Dalam penelitian dengan kuesioner, terdapat kemungkinan sebagian responden menjawab kurang konsisten dikarenakan kemungkinan sedang terburu-buru sehingga proses pengisian tergesa-gesa atau salah mengisi pada soal unfavorable yang dapat mempengaruhi hasil pengukuran. Di samping itu, hasil dari tiap uji statistik harus dipahami sesuai tujuannya dan dihubungkan dengan hasil uji lainnya dalam penelitian ini, agar kesimpulan secara keseluruhan dalam penelitian ini tidak salah.

4. PENUTUP

Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat self esteem dan religiusitas seseorang dapat mengubah cara pandang terkait kebermaknaan hidup yang dimiliki. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang sudah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor pada penelitian ini terbukti dan diterima. Artinya, terdapat hubungan yang signifikan antara self esteem dan religiusitas

terhadap kebermaknaan hidup. Selain itu, pada hipotesis minor pertama juga menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antara self esteem dengan kebermaknaan hidup. Mahasiswa yang memiliki tingkat self esteem yang tinggi maka akan dapat mengetahui atau memahami apa makna hidupnya. Kemudian pada hipotesis minor kedua terdapat hubungan tidak signifikan antara religiusitas dengan kebermaknaan hidup, karena religiusitas bukan merupakan faktor pendukung penuh untuk mahasiswa memiliki makna hidup. Meskipun hasil ini tetap menunjukkan positif, penting untuk dicatat bahwa ruang lingkup penelitian ini terbatas pada satu lokasi, yang mana kemungkinan besar responden dalam penelitian ini memiliki latar belakang yang hampir sama. Oleh karena itu, perluasan jangkauan sampel pada institusi dengan latar belakang budaya yang lebih heterogen. Saran Bagi Universitas melakukan inovasi melalui pelatihan efikasi diri, pengembangan potensi, atau workshop kesehatan mental yang berfokus pada penguatan harga diri mahasiswa. Selain itu, secara kebijakan, universitas melalui Biro Kemahasiswaan dapat memprioritaskan intervensi psikologis yang bersifat promotif untuk memperkuat kesejahteraan mental mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik. Universitas juga dapat mengoptimalkan peran lembaga dakwah untuk mengemas pendekatan religiusitas yang lebih relevan dengan kebutuhan aktualisasi diri mahasiswa agar fungsi transendental tetap sejalan dengan dinamika psikologis mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, Y., & Lesmawati, D. R. (2016). Religiusitas dan spiritualitas: Konsep yang sama atau berbeda? *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 2(2), 67-73
- Anjainah, Siti Zahrah. (2022) Pengaruh Religiusitas, Dukungan Sosial, dan Jenis Kelamin terhadap Resiliensi Mahasiswa Tingkat Akhir UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Psikologi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*
<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/79201>
- Anshori, Nauza Hafidha and Dr. Lusy Asa Akhrani, S.Psi., M.Psi.T., (2024) *Hubungan Antara Kebermaknaan Hidup Dengan Death Acceptance Pada Warga Desa Terunyan*. Sarjana thesis, Universitas Brawijaya.
<https://repository.ub.ac.id/id/eprint/237749>
- Azwar, S. (2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar
- Bukhori, B. (2019). Kesehatan mental mahasiswa ditinjau dari religiusitas dan kebermaknaan hidup. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 11(22), 1-13.
<https://doi.org/10.20885/psikologika.vol12.iss22.art2>
- Clara, C., & Soetikno, N. (2024). *Hubungan loneliness dengan self-esteem pada wanita dewasa awal yang overweight*. *AFEKSI: Jurnal Psikologi, Filsafat dan Saintek*, 3(4), 289–302
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: W. H. Freeman & Company

- Devina, W., Christianity, S. (2012). Uji Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur Indonesia Implicit Self-Esteem Test (HSeT). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, Vol I, No 4, Oktober 2012
- Dyah, R. & Nurhaliza, A. (2022). *Hubungan antara Self-Esteem dan Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa. Jurnal Empati*, 11(3), 412–422.
- Frankl, V. E. (1969). *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*
- Ghufron, M. N, & Rinawita, R. (2016). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media
- Hidayat, V. (2019). Kebermaknaan hidup pada mahasiswa semester akhir. *Jurnal Psikologi Integratif*, 6(2), 141-152.
- Huber, S. (2003). *The Centrality of Religiosity Scale (CRS)*. *Journal of Empirical Theology*, 16(2), 104–128.
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The Centrality of Religiosity Scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710–724. <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- Kusumastuti, C. A., & Chisol, R. (2020). *Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kebermaknaan Hidup Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kelas 1 Semarang. Proyeksi*, 13 (2), 177
- Konda, D. D., Saudi, A. N. A., & Thalib, T. (2024). *Fear of Failure dan Student Engagement: Studi Korelasional pada Mahasiswa di Kota Makassar. Jurnal Psikologi Karakter*, 4(1), 155–162. <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i1.3531>
- MUHAMMAD, S. (2025). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DAN RELIGIUSITAS DENGAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA GENERASI Z* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Owens, T. J. (1993). Accentuate the positive—and the negative: Rethinking the use of self esteem, self-deprecation, and self-confidence. *Social Psychology Quarterly*, 56(4), 288–299. <https://doi.org/10.2307/2786665>
- Prastowo, A. (2020). *Makna Hidup pada Mahasiswa Ditinjau dari Kebermaknaan dan Pencarian Makna Hidup. Jurnal Psikologi Integratif*, 8(2), 45–54
- Purnomo, F. H., & Suryadi, B. (2017). Uji Validitas Konstruksi pada Instrumen Religiusitas Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, VI(2), 145-154. 10.15408/jp3i.v6i2.9190
- Rosenberg, M. (1965). The Measurement of Self-Esteem. In M. Rosenberg (Ed.), *Society and the Adolescent Self-Image* (pp. 16-36). Princeton University Press. <https://doi.org/10.1515/9781400876136-003>
- Rosyad, Y. S., Malini, H., & Sarfika, R. (2019). Validity and reliability the Meaning in Life Questionnaire (MLQ) ; Men who have sex with men at West Sumatera Indonesia. *Riset Informasi Kesehatan/Riset Informasi Kesehatan*, 8(1), 16. <https://doi.org/10.30644/rik.v8i1.218>

- Setyarini, R., & Atamimi, N. (2011). Self-esteem dan makna hidup pada pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS). *Jurnal Psikologi UGM*, 38(2), 127139.
- Setyadewi, T. P. (2022). *Hubungan konsep diri (self concept) dengan kebermanaknaan hidup pada Generasi Z (Generasi Net) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). *The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93.
- Tafarodi, R. W., & Swann, W. B. Jr. (1995) Self-liking and self-competence as dimensions of global self-esteem: Initial validation of a measure. *Journal of Personality Assessment*, 65(2), 322–342. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6502_8
- Umar, J., & Nisa, Y. F. (2020). Uji Validitas Konstruk dengan CFA dan Pelaporannya. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia)*, 9(2), Article 2.

