

Peranan religiusitas dan kecerdasan spiritual terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis



ISSN 2775-3824
http://ejournal.umm.ac.id
2021, Vol 1(1):9-15
DOI:10.22219/pjssp.v1i1.16491
© The Author(s) 2021
© 4.0 International license

Nusaibah Nur Furqani Z. A.¹

Abstract

Psychological well-being is an indicator of individual welfare to meet the criteria for positive psychological functioning. One of the factors that can fulfill the positive psychological function is having a high religious spirit which is assisted by the ability to interpret life which cannot be separated, such as carrying out the values of truth and goodness in order to lead to prosperity. The purpose of this study was to determine the relationship between religiosity and psychological well-being and the role of spiritual intelligence in mediating the relationship between religiosity and psychological well-being. The research design used a quantitative approach measured using the dimension of religiosity scale, spiritual intelligence questionnaire (SQ) and the scale of Psychological Well-being (SPWB). The subjects used were aged 20-35, as many as 110 women who joined the malut recitation group. Data analysis using Mediated Multiple Regression. The results showed spiritual intelligence does not mediate the relationship between religiosity and psychological well-being. Individuals with high religiosity are proven to be able to increase psychological well-being without the role of spiritual intelligence.

Keywords

psychological well-being, religiosity, spiritual intelligence

Pendahuluan

Dalam kehidupan, tidak ada satu makhluk di muka bumi yang menghendaki kesengsaraan dan penderitaan. Semua ingin hidup senang, tenang, damai bahagia dan sejahtera. Perasaan-perasaan inilah yang membantu seseorang untuk menjalani hidup dengan penuh antusias. Namun tidak semua individu dapat merasakan perasaan-perasaan tersebut disebabkan perbedaan latar belakang dan seperti keluarga, budaya, kesehatan, pekerjaan, pertemanan, kehidupan sosial dan pengalaman. Pengalaman emosi yang menyakitkan seperti rasa kecewa, kehilangan, kegagalan, diperlukan agar individu mampu mengelola perasaan tersebut agar memberikan pengaruh pada kesejahteraan psikologis. Individu yang sejahtera akan mampu memperluas persepsinya untuk masa depan sehingga membentuk kesejahteraan psikologis yaitu kondisi individu tanpa adanya distress psikologis (Huppert, 2009).

Kesejahteraan psikologis berawal dari adanya keyakinan bahwa kesehatan yang positif tidak ditimbulkan dari fisik yang sehat saja melainkan kebutuhan merasa baik secara psikologis (*psychologically-well*). Kesejahteraan psikologis berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai aktivitas sehari-hari dan mampu mengarahkan pada pengungkapan perasaan-perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai hasil pengalaman

hidupnya (Ryff, 1989). Pengalaman emosi yang menyakitkan seperti rasa kecewa, kehilangan, kegagalan, diperlukan agar individu mampu mengelola perasaan tersebut agar memberikan pengaruh pada kesejahteraan psikologis. Individu yang sejahtera akan mampu memperluas persepsinya untuk masa depan sehingga membentuk kesejahteraan psikologis yaitu kondisi individu tanpa adanya distress psikologis (Huppert, 2009). Kesejahteraan psikologis dapat diperoleh dengan cara mengoptimalkan fungsi-fungsi psikologi positif didalam kehidupan sehari-hari. Fungsi-fungsi ini terdiri dari, penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, dan penguasaan lingkungan (Ryff, 1989).

Tujuan hidup seringkali dikaitkan dengan konsep religiusitas sebab, Agama Islam menjelaskan wujud religiusitas yang terpenting ialah seseorang dapat merasakan dan mengalami secara batin tentang Tuhan, hari akhir, perintah dan larangan, mampu dan tidak terlepas dari perintah *amar maa'ruf nahi'mungkar*, Menempatkan diri dan hidup lebih positif penuh kebijaksanaan, kedamaian,

¹ Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

Korespondensi:

Nusaibah Nur Furqani Z. A., Magister Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
Email: Fhanyfurqani@gmail.com

dan kebahagiaan (Toyibah, et al., 2017). Individu yang sejahtera, mempunyai sikap yang lebih baik, lebih merasa puas dalam hidup dan hanya sedikit mengalami rasa kesepian. Individu yang baik secara psikologis dapat terbebas dari kecemasan, depresi, berbagai penderitaan, dan gejala-gejala mental lainnya. Kesejahteraan sebagai keadaan yang berlaku sepanjang kehidupan yang berkaitan dengan fungsi psikis, kognitif, dan sosial-emosional serta menghasilkan kegiatan yang produktif yang dianggap bermanfaat bagi komunitas maupun budaya seseorang, memenuhi hubungan sosial, dan kemampuan mengatasi masalah psikososial dan penguasaan lingkungan (Jeter, 2016).

Kesejahteraan psikologis sebagai hasil kondisi sejahtera yang merupakan hasil penilaian terhadap potensi-potensi diri pada saat ini, pengaruh dari pengalaman hidup dan harapan individu. Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, terdapat faktor-faktor yang menyebabkan individu menjadi sejahtera secara psikologis. Faktor-faktor tersebut diantaranya jenis kelamin, usia, lingkungan keluarga, sosial (Ryff, 1989), kepuasan terhadap pekerjaan (Hadjam & Nasiruddin, 2003), budaya (Kitayama, et al., 2010), dan religiusitas (Hills & Argyle, 2001). Penelitian-penelitian terdahulu menemukan konsep religiusitas yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis. Religiusitas membantu individu mempertahankan kesehatan psikologis disaat-saat sulit, pertama melalui dukungan sosial yang didapat dari komunitas atau group agamanya. Individu yang rajin yang beribadah, berakhlak baik, dan memiliki pengalaman beragama dilingkungan seperti mengikuti komunitas atau bergabung dalam jamaah pengajian akan membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis (Azalia, et al., 2018).

Pentingnya bergabung dalam komunitas agama ini atau kajian agama sebagai salah satu bentuk penerapan dari aturan dan nilai-nilai agama yang dianut oleh individu. Individu akan mendapatkan banyak sekali pengetahuan dan pengalaman-pengalaman bermakna, saling sharing permasalahan kehidupan dan menemukan solusi bersama. Sehingga itu dapat membantu individu sejahtera secara psikologis. Religiusitas yang tinggi juga dapat meningkatkan kecerdasan spiritual. Sebab individu yang taat Beragama akan taat kepada tuhan, semakin cerdas secara spiritual ditandai dengan kedekatan terhadap tuhan, menjalankan perintah dan larangan, serta memikirkan konsekuensi dari setiap perbuatan yang dilakukan didunia (Abdul & Shah, 2015).

Muslimah Indonesia yang beriman, memegang kuat Tauhid. Penerapannya ditunjukkan dengan sikap ikhlas, rela dan mau diatur oleh hukum-hukum Allah, mampu menerima konsekuensi dalam menegakkan dan memulihkan Islam dan kaum muslimin, dan yang terakhir ialah istiqamah (Rohmawati, 2020). Religiusitas tidak terlepas dari kegiatan muamalah seperti etos kerja Islam kerja islam merupakan sikap bekerja yang didasarkan pada syariat islam dan mewarisi sifat-sifat Nabi Muhammad Shallahu alaihi wasallam yakni, *shiddiq* (jujur), *amanah* (tanggung

jawab), *tabligh* (komunikatif), serta *fathanah* atau profesional (Fenda & Fahrullah., 2019).

Kecerdasan spiritual merupakan kemampuan memaknai dan mencari tujuan kehidupan dengan menggunakan sumber dan kekuatan dalam diri sendiri karena adanya perasaan keterikatan terhadap tuhan. Aspek yang diukur terdiri dari kesadaran diri, idealisme, upaya menghadapi kesulitan, bersikap terbuka, tabah, berpikir kritis atau bertanya mengapa, dan responsif Zohar (2001). Dalam agama islam, kecerdasan spiritual ditemukan berhubungan dengan aktivitas dakwah. Individu yang beragama Islam dan memiliki kecerdasan spiritual dapat mampu menyikapi paham-paham radikalisme yang ada diindonesia. Memaknai peristiwa berdasarkan pengajaran Al-Qur'an dan Hadist sehingga tidak menyeleweng dari ajaran dan nilai-nilai kebaikan yang dianut, dengan pemahan agama yang baik, maka mampu menyikapi kehidupan tanpa kehilangan kontrol diri. Individu dengan kecerdasan spiritual tinggi tidak mudah terdoktrin dengan paham-paham radikal dan mengikuti dakwah untuk kepentingan kelompok tertentu (Armansyahfudin, 2018).

Penelitian terdahulu pada muslim Iran yang memiliki spiritualitas, lebih berpengaruh pada kesejahteraan psikologis. Hal ini diperkuat dengan fakta bahwa di iran adalah negara yang menerapkan aturan islam pada semua aspek kehidupan masyarakat. Spiritualitas lebih terkait dengan orientasi keagamaan instrinsik (Joshnloo, 2011). Pentingnya peranan kecerdasan spiritual dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis telah dikaji dalam penelitian-penelitian terdahulu yakni, orang yang cerdas secara spiritual akan membantu beradaptasi dengan dunia baru, situasi baru yang itu memengaruhi kesehatan mental. Orang yang cerdas secara spiritual mampu mengatur, menafsirkan kembali pengalaman, makna dan nilai-nilai pribadi. Komponen kecerdasan spiritual inilah yang menentukan berfungsinya efek positif didalam kesejahteraan psikologis (Darvishzadeh & Bozorgi, 2017).

Individu yang semakin religius, akan menyadari bahwa kehidupan merupakan anugrah dari tuhan sehingga menjalankan aturan agama dan menerapkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai bagian dari memaknai ibadah dan menuntunnya mengelola hubungan kedekatan dengan Allah. Kesadaran ini merupakan aspek kecerdasan spiritual "Transendental" (Bin & Binti, 2015). Semakin tinggi religiusitas seseorang, maka Semakin mempengaruhi kemampuan-kemampuan spiritualitas baik dalam personal, interpersonal dan sosial sehingga membantu mengembangkan potensi individu (Reed & Neville, 2014; Sudi, et al., 2017).

Berdasarkan latar belakang diatas, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis dan kecerdasan spiritual memediasi hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis yaitu kajian ilmu psikologi positif dan psikologi islam kemudian secara praktis menjadi sumber

informasi terkait pentingnya peran aspek psikologi dalam kehidupan beragama islam bagi muslimah malut mengaji.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Desain penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang sistematis, terencana, terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain baik tujuan, objek, subjek dan metodologinya (Creswell, 2009). Pendekatan ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana variabel Religiusitas (X) berhubungan dengan Kesejahteraan Psikologis (Y) melalui Kecerdasan Spiritual sebagai Variabel mediasi (M).

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah Muslimah Malut mengaji atau disingkat Subjek dalam penelitian ini berjumlah 110 Jamaah dan pengurus wanita muslimah malut mengaji berusia 20-35 tahun Adapun teknik pengambilan subjek menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik untuk menentukan sampel penelitian berdasarkan beberapa pertimbangan atau kriteria agar data yang diperoleh bisa lebih representatif dan sesuai tujuan penelitian (Sugiono, 2014).

Instrumen Penelitian

Definisi operasional religiusitas adalah sejauh mana individu menjalankan ajaran agama sesuai keyakinan dan nilai-nilai yang dianutnya. Religiusitas diukur menggunakan The Dimensions of Religiosity Scale adaptasi oleh Joseph & Diduca (2014). Skala ini berjumlah dari 10 item yang telah diuji coba dari jumlah aitem awal 20, ditemukan 10 yang gugur sehingga didapatkan nilai reliabilitas alpha cronbach 0,871. Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban (1 =sangat tidak setuju hingga 4 =sangat setuju). Contoh item dari skala Religiusitas adalah “doa merupakan senjata ampuh membangkitkan semangat hidup saya”.

Definisi operasional kecerdasan spiritual adalah sejauh mana individu mampu memahami dan memaknai kehidupan seperti halnya, mampu menempatkan situasi dan kondisi pada saat tertentu dan bijaksana dalam mengambil keputusan untuk kemashalatan bersamaKecerdasan spiritual diukur dengan Spiritual intelligence Quistionnaire oleh Abdollahzadeh (2018). Skala ini berjumlah 10 aitem yang telah diuji coba dari jumlah aitem awal 29 ditemukan 19 yang gugur. Maka didapatkan nilai reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,737 . Skala ini terdiri dari pilhan jawaban (1 = sangat tidak setuju hingga 4 = sangat setuju). Contoh item dari skala kecerdasan spiritual adalah “saya sering memikirkan penciptaan alam semesta”.

Definisi operasional kesejahteraan psikologis adalah sejauh mana individu mampu melakukan evaluasi pada dirinya dan kehidupannya mulai dari menerima kelebihan dan kekurangan, mandiri dan tidak bergantung pada

orang lain, mampu berinteraksi secara baik dengan orang lain yaitu saling berbagi manfaat dalam hidup, memiliki tujuan hidup yang ingin dicapai, menyadari dirinya punya potensi untuk dikembangkan, kemudian terakhir mampu beradaptasi dengan lingkungan dan tidak mudah terpengaruh oleh pendapat orang lain atau tidak mudah terintimidasi penilaian. Kesejahteraan psikologis diukur menggunakan *Scale of Psychological Well-Being* (SPWB). Mengukur enam dimensi utama kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Skala berjumlah 15 aitem yang telah diuji coba dari jumlah aitem 19 ditemukan 4 yang gugur. Maka didapatkan nilai reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,797. Skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban 1 = sangat tidak setuju hingga 4 = sangat setuju).

Prosedur Penelitian

Pertama peneliti mencari informasi terkait fenomena yang akan diteliti. Setelah itu, peneliti menghubungi salah satu teman dan menanyakan terkait jadwal kajian. Setelah mendapat informasi, peneliti lalu melakukan uji coba pada mahasiswi yang mengikuti kajian di group akhwat malut mengaji. Uji coba skala dilakukan pada salah satu majelis ilmu yang diisi oleh pemateri wanita dimasjid Al-munawar Ternate. Saat itu yang hadir hanya 36 orang sehingga langsung menyebarkan angket yang telah dibuat sebelumnya. Setelah analisis reliabilitas dan validitas skala, peneliti kembali menyiapkan instrumen penelitian dan melakukan permohonan ijin terhadap yayasan yang dituju melalui admin group WhatsApp malut mengaji. Setelah mendapat ijin dari pengurus yayasan, peneliti melakukan pengambilan data secara online yaitu menyebarkan skala penelitian melalui admin group WhatsApp pada tanggal 15 oktober 2020. lalu dikoreksi dan disebar pada grup akhwat malut mengaji dan menunggu respon dari subjek. Terakhir melakukan analisis data penelitian untuk mengetahui hubungan dari setiap variabel yang diteliti.

Analisis Data

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis *Mediated Regression Analysis* (MRA). Model ini bertujuan untuk mengetahui hubungan langsung dan tidak langsung. analisis dalam penelitian ini menggunakan bantuan komputer program SPSS (statistical program for social science) versi 25 for windows (Hayes, 2013).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Deskripsi Variabel Penelitian

Hasil uji statistik pada penelitian ini menunjukkan nilai rata-rata dan standar deviasi pada variabel religiusitas (\bar{X} = 3.77 σ =0.501) kesejahteraan psikologis (\bar{X} = 3.03, σ = 0.344) dan kecerdasan spiritual (\bar{X} =3.67, σ = 0.41). Religiusitas memiliki nilai -rata 3.77 (skor antara 1-4).

Tabel 1. Rerata, Simpangan Baku, dan Hubungan antar Variabel (N = 110)

Variabel	\bar{X}	σ	1	2	3
1. Religiusitas	3.77	0.50	1	0.38**	0.42**
2. Kecerdasan spiritual	3.67	0.41		1	0.26*
3. Kesejahteraan psikologis	3.03	0.34			1

Note: * $p < 0.5$; ** $p < 0.01$

Hal ini berarti bahwa religiusitas yang dimiliki muslimah malut mengaji berada dalam kategori tinggi ($\sigma=0.50$) Kecerdasan spiritual memiliki nilai rata-rata 3.67 (skor antara 1-4). Menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual berada dalam kategori sedang ($\sigma=0.41$). Kesejahteraan psikologis memiliki nilai rata-rata 3,031 (skor antara 1-4). Hal ini berarti bahwa kesejahteraan psikologis berada pada kategori rendah ($\sigma=0.34$).

Korelasi hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis mempunyai nilai ($r=0.42$; $p=0.001$) artinya ada hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. Korelasi antara religiusitas dengan kecerdasan spiritual mempunyai nilai ($r=0.38$; $p=0.001$) artinya ada hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dengan kecerdasan spiritual. Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kesejahteraan psikologis mempunyai nilai ($r=0.26$; $p=0.001$) artinya ada korelasi positif dan signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kesejahteraan psikologis.

Uji Asumsi

Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi terlebih dahulu yaitu uji asumsi normalitas dan uji asumsi multikolinieritas. Pengujian asumsi ini dilakukan dengan bantuan program SPSS *version 25 for Windows*.

(1) Uji Normalitas Uji normalitas bertujuan untuk melihat dan mengetahui normal tidaknya distribusi sebaran jawaban subjek pada variabel yang dianalisis dalam penelitian. Distribusi sebaran dikatakan normal apabila nilai $p > 0.05$ dan dikatakan tidak normal apabila nilai $p < 0.05$. Hasil uji normalitas diperoleh pada data penelitian ini yaitu $0.20 p > 0.05$ dengan uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*.

(2) Uji Multikolinieritas Prinsip dasar uji multikolinieritas adalah tidak terdapat hubungan yang kuat antara variabel bebas. Uji ini didasarkan pada nilai VIF dan Tolerance. Jika nilai VIF < 10.00 dan nilai toleransi > 0.10 maka data tersebut dikatakan tidak ada gejala multikolinieritas. Pada uji multikolinieritas didapatkan nilai VIF untuk religiusitas yaitu sebesar 1.17 dan nilai toleransi yaitu sebesar 0,86 adapun pada kecerdasan spiritual didapatkan nilai VIF sebesar 1.17 dan tolerance 0.86. artinya tidak ada variabel bebas yang berhubungan kuat sehingga ini jadi prasyarat untuk melakukan uji regresi.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan proses analisis data Proses Hayes versi 3.2 dengan teknik *Mediated Regression Analysis* (MRA) dengan hasil sebagai berikut:

Hipotesis 1 menunjukkan bahwa religiusitas secara signifikan berpengaruh secara langsung (direct effect) terhadap kesejahteraan psikologis ($\beta = 0.25$; $p = 0.0001$). Hipotesis 1 ini dapat diterima, yang berarti bahwa semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis pada muslimah malut mengaji. Sebaliknya jika religiusitas semakin rendah maka semakin rendah juga kesejahteraan psikologis muslimah malut mengaji. Religiusitas memberikan sumbangan kepada kesejahteraan psikologis sebesar 25.4%. Hasil analisis terhadap hipotesis 2 menemukan religiusitas tidak berhubungan positif dan signifikan dengan kesejahteraan psikologis yang dimediasi oleh kecerdasan spiritualitas (indirect effect; $\beta = 0.03$; $p = 0.23$). Hipotesis 2 ditolak karena hasil yang didapatkan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan atau nilai lebih besar dari $p \leq 0.05$.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan kecerdasan spiritual tidak dapat berperan sebagai mediator. Hal ini disebabkan hubungan langsung religiusitas dengan kesejahteraan psikologis lebih besar dibandingkan dengan hubungan tidak langsung melalui mediator kecerdasan spiritual. Artinya bahwa religiusitas memiliki hubungan dan berpengaruh secara langsung terhadap kesejahteraan psikologis tanpa adanya kecerdasan spiritual sebagai mediator. Ketidakterkaitan kecerdasan spiritual sebagai mediator bukan berarti bahwa tidak penting bagi kesejahteraan psikologis. Faktor internal yang dimiliki oleh religiusitas lebih kuat memprediksi kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan aspek didalam kecerdasan spiritual.

Faktor kecerdasan spiritual yang diukur tidak dapat melingkupi kesejahteraan psikologis subjek, itu sebabnya kecerdasan spiritual tidak berhasil memediasi hubungan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. Penyebab lain adalah secara defenisi kecerdasan spiritual yang dipilih berbeda dengan penelitian terdahulu. Kecerdasan spiritual sangat luas cakupannya, pada penelitian ini cakupan kecerdasan spiritual lebih mengarah pada kehidupan spiritual yang didapatkan oleh pengalaman-pengalaman spiritual seseorang sehari-sehari dan kemampuan memahami alam semesta. Pemilihan aspek yang kurang tepat menyebabkan ketidakperanan terhadap variabel kesejahteraan psikologis.

Dua faktor tersebut juga diteliti dan berkaitan berkaitan juga dengan Moral judgment yaitu faktor memahami dan menghubungkan dengan sumber kehidupan dan kehidupan spiritual membantu dalam pengembangan penilaian moral. Memahami dan berhubungan dengan sumber kehidupan membantu orang untuk meninjau perilaku mereka, dengan cara menjalani hidup yang bermakna (Darvishzadeh & Bozorgi, 2017). Membantu orang untuk memperluas aktivitas mereka berdasarkan tujuan mereka (Zohar, 2001). Emmons (2000) juga mengukur lima kompetensi kecerdasan spiritual yaitu transcendence and mysticism, Sanctification, religious, spiritual coping and virtuous traits.

Ada perbedaan pendapat antara ilmuwan barat dengan muslim terkait konsep kecerdasan spiritual. Ilmuwan barat tidak mengaitkan kecerdasan spiritual dengan konsep religiusitas dikarenakan individu yang aktif dalam kegiatan keagamaan tetapi etika, moral dan kehidupan sehari-hari tidak bercerminkan nilai-nilai agama yang dianut (Smith, 2012). Zohar (2001) menyatakan bahwa kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan makna dan nilai. Kecerdasan yang membuat hidup seseorang menjadi lebih luas, kaya dan bermakna. Kecerdasan spiritual menurutnya merangkumi ciri-ciri kesadaran diri, idealisme, upaya menghadapi kesukaran, bersikap terbuka, ketabahan, kecenderungan untuk bertanya “kenapa”, dan bersikap responsif.

Kecerdasan spiritual dikonsepsikan sebagai teori kecerdasan terkini yang melengkap IQ (*Intelligence question*), EQ (*Emotional question*) yang lebih dahulu dikembangkan. Jika IQ adalah parameter kecerdasan logika matematika dan verbal (pemahaman terhadap dunia fisik dan material) maka EQ adalah kemampuan inter-relasi. SQ didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk menggabungkan dua aspek kecerdasan IQ dan EQ menuju pemahaman yang lebih bijaksana, seimbang lahir maupun batin. Perlu diketahui bahwa kecerdasan spiritual tidak berhubungan dengan agama, tetapi kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang membangun dirinya secara utuh. Kecerdasan spiritual tidak juga bergantung pada nilai dan budaya, tidak mengikuti nilai-nilai yang ada tapi menciptakan nilai sendiri (Goleman, 2007).

Penelitian terdahulu juga mengkaji kecerdasan spiritual berdasarkan perspektif islam, dalam perspektif ini, aspek yang diukur menyesuaikan dengan subjek muslim atau orang individu beragama islam. Pembagian aspek ini diambil berdasarkan Al-Qur'an dan hadist. Elemen kecerdasan spiritual perspektif hadist meliputi takwa, cinta kepada Allah dan Rasulullah, keyakinan diri, kesabaran tinggi, sehingga kecerdasan spiritual didalam Islam adalah kecerdasan yang berasaskan kepada tauhid dan iman yang mendalam kepada Allah Subhanu Wa Ta'Ala bukan ini membezakan kecerdasan hanya berasaskan kepada potensi otak semata-mata (Suriani, et al., 2016). Konsep spiritualitas agama lain sama sekali tidak boleh dicampuradukkan dan disamaratakan dengan pemahaman

spiritualitas Islam seperti yang dinyatakan dalam Surah al-Kafirun. “Islam takkan selamanya sejalan dengan agama lain malah Islam itu lebih tinggi dan tiada yang lebih tinggi selain Islam”. Kecerdasan spiritual berasal dari manifestasi iman yang mendalam serta kepercayaan terhadap keesaan Allah Subhanahu Wa Ta'Ala yang melahirkan emosi, pemikiran dan tindakan yang positif (Bensaid, et al., 2014).

Jumahat (2014) mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kemampuan seseorang untuk mempunyai tahap kecemerlangan terhadap diri terkait hubungannya dengan Allah SWT dan hubungannya sesama manusia khususnya dari segi *al-amr bi al-ma'ruf wa nahy 'an al-munkar*. Bin & Binti (2015) mengatakan bahwa kecerdasan spiritual dalam Islam adalah merujuk kepada seseorang yang mendapat ketenangan jiwa, berakal cerdas, mempunyai roh yang sejahtera, al-nafs yang muthmainnah dan hati yang bahagia dengan iman dan takwa kepada Allah. Maka ciri dan sifat tersebut akan membentuk peribadi, akhlak dan cara hidup yang sempurna dalam kehidupan mereka. Perbedaan konsep kecerdasan spiritual baik Islam maupun barat inilah yang menentukan pengaruhnya terhadap fungsi-fungsi positif yang dimiliki oleh individu. Kecerdasan spiritual dalam beragama berkaitan dengan kemampuan membebaskan diri dari hawa nafsu, ikhlas dalam melakukan ibadah, cinta, taat, doa dan mengharap hanya kepadaNya, mampu mendidik dan mendisiplinkan diri dalam usaha untuk bertanggungjawab sesuai apa yang disyariatkan oleh Allah Subhanahu Wa Ta'ala (Jumahat, 2014).

Penelitian ini menemukan hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis artinya semakin tinggi religiusitas maka semakin meningkat kesejahteraan psikologis muslimah malut mengaji. Muslimah dengan religiusitas yang tinggi, memiliki keyakinan, penghayatan, keterlibatan emosional dan ibadah (Joseph & Diduca, 2014). Pada aspek ibadah, individu yang religius lebih sering menunaikan kewajiban yaitu shalat, agar mendapat bimbingan, memutuskan sesuatu keputusan selalu melibatkan Allah, meneladani sifat-sifat Rasulullah, menaati hukum yang terkandung dalam Al-qur'an sehingga dapat memberi dampak sejahtera secara psikologis (Mayasari, 2014).

Menurut Bastaman (1995) fakta-fakta beribadah mempengaruhi kesehatan mental sebab, membawa dampak positif terhadap kehidupan seseorang, pengalaman membuktikan bahwa seseorang yang taat beribadah akan selalu mengingat Allah serta jiwa menjadi tenang. Agar bisa mendekati diri dengan sang Maha suci, maka harus mensucikan dirinya terlebih dahulu seperti wudhu, shalat dan taat pada perintah Allah, karena barang siapa yang semakin taat, maka semakin suci jiwanya dan semakin dekat dengan Allah. Kedekatan dengan Allah akan membuat jiwa menjadi tenang, ketenangan ini ditandai dengan ciri kesehatan mental karena kesehatan mental salah satunya terbebas dari gangguan kejiwaan, pertumbuhan, perkembangan dan perwujudan diri yang baik (Dawam & Mahmudah, 2015)

Individu dengan religiusitas tinggi memiliki penghayatan yang kuat dalam menjalani kehidupan, salah satu bentuk dari penerimaan yakni menerima takdir Allah, atau segala sesuatu yang terjadi didunia ini atas kehendak Allah, sehingga tidak menolak takdir, menjalani penuh rasa syukur dan sabar. Penerimaan diri merupakan ciri utama kesehatan mental dalam aspek kesejahteraan psikologis, yang menentukan kematangan seseorang, kemampuan dalam mengakui dan menerima berbagai aspek dalam dirinya baik aspek positif maupun negatif (Ismail, 2012).

Hal terpenting dalam beragama bagi seorang muslimah adalah keyakinan kepada Allah, atau dalam islam disebut tauhid, rukun iman, dan rukun islam. Religiusitas tinggi melibatkan keyakinan yang kuat pada sang pencipta, sebagai bentuk penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan yang maha tinggi, penyerahan diri ini dilakukan ketika berdoa dengan penuh harap dan rasa takut kepada Allah Subhanahu wa Ta'Ala. Hal tersebut akan memunculkan perasaan positif, bahagia, puas, sukses, merasa dicintai, atau merasa aman (Abdul, 2017).

Individu yang religius terlibat secara emosi dalam bangga menjadi seorang muslimah, kebanggaan ini berasal dari pengenalan secara dalam kepada agama dengan mengikuti kajian-kajian keislaman. Keterlibatan emosi ini sebagai suatu kebutuhan bagi seorang muslimah yang akan membantunya berada dalam keadaan tenang dan normal (Abdul, 2017). Penelitian serupa menemukan Religiusitas berkaitan erat dengan Moralitas dan kesejahteraan orang di indonesia karena berperan dalam aspek self control dan personal growth (Subhan, 2020).

Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini terletak pada pemilihan variabel. Dimana variabel religiusitas hanya melingkupi aspek-aspek internal dalam beragama yaitu keyakinan, penghayatan, ibadah dan keterlibatan emosional. Sedangkan pada variabel kecerdasan spiritual hanya mengukur dua faktor yang dibagi berdasarkan defenisi dari Abdollahzade yaitu pemahaman terhubungan dengan alam semesta dan kehidupan spiritual. Bila aspek kecerdasan spiritual lebih diperluas lagi dalam melingkupi kehidupan sosial dan mengikuti problem di zaman sekarang dan lebih dikerucutkan dalam perspektif islam. Maka kedua variabel ini bersama-sama bisa meningkatkan kesejahteraan psikologis.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa kecerdasan spiritual tidak dapat berperan sebagai mediator hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis. Artinya individu yang memiliki religiusitas tinggi mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis tanpa melalui kecerdasan spiritual yang dimilikinya. Hal ini karena kecerdasan spiritual yang diukur tidak mewakili kesejahteraan psikologi muslimah malut mengkaji. Saran untuk peneliti

selanjutnya mengkaji lebih dalam variabel kecerdasan spiritual dan memilih alat ukur kecerdasan spiritual khusus perspektif islam jika subjeknya adalah orang islam, karena kecerdasan spiritual sangat luas cakupannya sehingga banyak para peneliti yang mengkaji dari pandangan barat maupun islam, kemudian pengambilan sampel dengan jenis kelamin yang berbeda agar bisa mengetahui hasil yang lebih bervariasi. mengkaji lebih dalam tentang kecerdasan spiritual dalam kehidupan beragama dan peranannya bagi kesejahteraan psikologis.

Referensi

- Abdollahzadeh, H. (2018). *The 29-item Spiritual Intelligence Questionnaire*. Tehran: Ravansanji Publications
- Abdul, H. (2017). Agama dan kesehatan mental dalam perspektif psikologi agama. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 3(1), 1–14.
- Abdul, Z., & Shah, I. (2015). Measuring Islamic Spiritual Intelligence. *Procedia Economics and Finance*, 31(15), 134–139. [https://doi.org/10.1016/S2212-5671\(15\)01140-5](https://doi.org/10.1016/S2212-5671(15)01140-5)
- Armansyahfudin. (2018). Manajemen Kecerdasan Spiritual Dalam Menyikapi Paham Radikalisme di Indonesia. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 3(2), 108–119.
- Azalia, L., Muna, L. N., & Rusid, A. (2018). Kesejahteraan psikologis pada jemaah pengajian ditinjau dari religiusitas dan hubbud dunya. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(1), 35–44.
- Bastaman. (1995). *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta : Pustaka.
- Bensaid, B., Machouche, T., & Grine, F. (2014). A Qur'anic Framework for Spiritual Intelligence. 179–198. *Religions*, 5(1). <https://doi.org/10.3390/rel5010179>.
- Bin, E., & Binti, Z. (2015). 7 Domains of Spiritual Intelligence from Islamic Perspective. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 211, 568–577. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.11.075>.
- Creswell, J. W. (2009). *Research design qualitative, quantitative, and mixed methods approaches 3rd edition*. Sage Publications Ltd.
- Darvishzadeh, K., & Bozorgi, Z. D. (2017). The Relationship between Resilience , Psychological Hardiness , Spiritual Intelligence , and Development of the Moral Judgement of the Female Students. *Asian Social Science*, 12(3), 170–176. <https://doi.org/10.5539/ass.v12n3p170>
- Dawam, M. & Mahmudah, W. W. (2015). Pengaruh Ketaatan Beribadah Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Uin Walisongo Semarang. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 35(1), 35–51.
- Emmons, R. A. (2000). Is spirituality an intelligence? motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern. *International Journal of Phytoremediation*, 21(1), 3–26. https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1001_2
- Fenda, Madjida Ayu & Fahrullah, Arasy. (2019). Pengaruh kecerdasan spiritual dan penerapan etos kerja Islam terhadap kinerja karyawan (Studi kasus pada distributor busana muslimah Madina Collection). *Jurnal Ekonomika dan Bisnis Islam*, 3

- Fudin, A. A. (2018). Manajemen Kecerdasan Spiritual Dalam Menyikapi Paham Radikalisme di Indonesia. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 3(2), 109–120. <https://doi.org/10.31538/ndh.v3i2.64>
- Goleman, D. (2007). *Emotional intelligence*. Gramedia pustaka utama.
- Hadjam, M. N. R., & Nasiruddin, A. (2003). Peranan Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Kerja dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis. *Jurnal Psikologi UGM*, 30(2), 72–80.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Meditation, Moderation, and Conditional Process Analysis*. Spring Street.
- Hills, P., & Argyle, M. (2001). Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. *Personality and Individual Differences*, 30, 595–608. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00058-1](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00058-1)
- Huppert, F. A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health And Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Ismail, Z. (2012). Religiosity and Psychological Well-Being. *International Journal of Business and Social Science*, 3(11), 20–28.
- Jeter, B. R. (2016). Spirituality and Psychological Well-Being Among ALS Caregivers: Hope and Perceived Stress as Mediators. *Electronic Theses and Dissertations*. Paper 3058. <https://dc.etsu.edu/etd/3058>
- Joseph, S., & Diduca, D. (2014). The Dimensions of Religiosity Scale: 20- item self-report measure of religious preoccupation, guidance, conviction, and emotional involvement. November 2014, 37–41. <https://doi.org/10.1080/13674670601050295>
- Joshanloo, M. (2011). Investigation of the Contribution of Spirituality and Religiousness to Hedonic and Eudaimonic Well-Being in Iranian Young Adults. 915–930. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9236-4>
- Jumahat, T. (2014). Perbandingan konsep kecerdasan spiritual dari perspektif Islam dan barat: satu penilaian semula. *Proceeding of the International Conference on Arabic Studies and Islamic Civilization iCasic Kuala Lumpur, Malaysia*, 656–666.
- Kitayama, S., Markus, H. R., & Masaru Kurokawa. (2010). Culture, Emotion, and Well-being Good Feelings in Japan and the United States. *Cognition and Emotion*, 14(1). <https://doi.org/10.1080/026999300379003>
- Madjida, A. F. & A'rasy, F. (2019). Pengaruh kecerdasan spiritual dan penerapan etos kerja Islam terhadap kinerja karyawan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Mayasari, R. (2014). Religiusitas Islam dan kebahagiaan (Sebuah telaah dengan perspektif psikologi). *Al-Munzir*, 7(2), 81–100.
- Reed, T. D., & Neville, H. A. (2014). The Influence of Religiosity and Spirituality on Psychological Well-Being Among Black Women. *Journal of Black Psychology*. <https://doi.org/10.1177/0095798413490956>
- Rohmawati, H. (2020). Fenomena dakwah dan hijrah di kalangan muslim muda milenial Surabaya. *Masters thesis*, UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Smith, B. (2012). Spiritual Intelligence: Definitions and Measurements. *Saudi Med J*, 33, 3–8.
- Subhan, E. H. (2020). A Literature review on Religiosity in Psychological research in Indonesia: Current State and Future Direction. *Jurnal Psikologi Islami*, 6(1), 81–88.
- Sudi, S., Sham, F. M., & Yama, P. (2017). (Kecerdasan spiritual menurut perspektif hadis). *Journal of Islamic and Contemporary Issues*, 2(2), 1–11.
- Sugiono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif R & D*. Alfabeta.
- Suriani, S. Fariza, M. S. & Phayilah, Y. (2016). Konsep Kecerdasan Spiritual Islam dan Barat. *Journal of Sultan Alauddin Sulaiman Shah (JSASS)*, 3(1).
- Toyibah, S. A., Sulianti, A., & Tahrir. (2017). Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 191–204.
- Zohar, D. (2001). *Important Points - Danah Zohar and Ian Marshall: SQ-Spiritual Intelligence, the ultimate intelligence*. Bloomsbury Publishing.