

## DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN RELIGIUSITAS: STUDI *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA TARUNA TINGKAT II AAL

Ilham Akbar Feriananto\*, Dewi Mustami'ah, Puri Aquarisnawati  
Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah  
\*ilhamferiananto999@gmail.com

**Abstract.** *This study aims to determine the relationship between peer social support and religiosity with psychological well-being in AAL level II cadets independently and simultaneously. The number of respondents was 100 AAL Cadets Level II students taken by saturated sampling technique. The research instrument uses a scale of peer social support, religiosity and psychological well-being. The results showed that there was a simultaneous relationship between peer social support and religiosity with psychological well-being. The findings also show that peer social support and religiosity show a positive relationship towards psychological well-being.*

**Keywords:** *peer social support, psychological well-being, religiosity*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas dengan *psychological well-being* pada taruna tingkat II AAL secara mandiri dan bersamaan. Jumlah responden sebanyak 100 siswa Taruna Tingkat II AAL diambil dengan teknik sampling jenuh. Instrumen penelitian menggunakan skala dukungan sosial teman sebaya, religiusitas dan *psychological well-being*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan simultan antara dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas dengan *psychological well-being*. Hasil temuan juga menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas menunjukkan arah hubungan positif terhadap *psychological well-being*.

**Kata kunci:** *dukungan sosial teman sebaya, psychological well-being, religiusitas*

### PENDAHULUAN

Akademi TNI Angkatan Laut yang selanjutnya disingkat AAL adalah lembaga pendidikan yang memiliki fungsi mendidik Taruna yang direkrut dari lulusan Sekolah Menengah Atas untuk dididik dengan lama pendidikan sekitar 4 tahun menjadi Perwira calon pemimpin masa depan TNI AL guna mendukung tugas pokok TNI AL di masa mendatang.

Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa eksistensi dari AAL sebagai lembaga pendidikan militer, membedakannya dengan lembaga-lembaga pendidikan non-militer. Sedangkan eksistensinya sebagai akademi, membedakannya dengan lembaga-lembaga pendidikan militer lainnya yang bukan akademi. Bertitik tolak dari kedua ciri khas tersebut, maka budaya yang terbentuk dalam organisasi AAL adalah budaya akademik dengan nuansa militer, atau dengan kata lain bahwa budaya organisasi AAL dibentuk oleh budaya militer dan budaya akademik. Dapat ditarik kesimpulan bahwa AAL adalah suatu instansi pendidikan yang memadukan dua budaya, yaitu budaya militer dan budaya akademik. Lulusan dari AAL diharapkan mampu menjadi perwira TNI Angkatan Laut yang tangguh dan profesional serta siap berbakti pada bangsa dan negara (Simanullang, 2016)

Para taruna AAL telah diatur dalam suatu aturan khusus yang disebut dengan Peraturan Khusus Taruna (Persustar). Aturan-aturan tersebut mengatur dan mengikat taruna AAL dalam kehidupan sehari-hari. Para taruna tingkat satu dari 3 matra, yaitu Angkatan Darat, Angkatan Laut, dan Angkatan Udara, secara bersama-sama menjalani pendidikan selama kurang lebih satu tahun di Akademi Militer Magelang, kemudian para taruna akan dikembalikan ke matra masing-masing. Untuk para taruna AAL akan melanjutkan pendidikan di kampus AAL Bumimoro Surabaya. Selama menjalani pendidikan di Akademi Militer, para taruna AAL hanya akan mendapatkan pendidikan dan pelatihan dari para pelatih. Akan tetapi setelah menjalani pendidikan di Akademi Militer dan melanjutkan pendidikan di matra masing-masing, maka pelatihan dan pendidikan akan diberikan oleh pelatih, perwira pengasuh, dan juga oleh perwira senior (Simanullang, 2016).

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan subjek taruna tingkat II AAL, dimana taruna tingkat II adalah taruna baru yang telah selesai menjalani pendidikan selama kurang lebih satu tahun di Akademi Militer Magelang.

Karakteristik pendidikan militer adalah kegiatan pendidikan yang menekankan pada latihan fisik dan disiplin yang tinggi sehingga merupakan faktor penekan yang

wajar bagi peserta pendidikan militer. Hal ini yang menjadikan pendidikan militer mungkin berdampak psikologis bagi peserta didik. Gangguan mental yang mungkin dialami oleh para personil baru di Akademi setelah mengikuti latihan dikarenakan standar pendidikan dan latihan militer yang memang berat (Amiruddin & Ambarini, 2014).

Kondisi dalam pendidikan militer seperti sistem senioritas yang kuat, penerimaan hukuman-hukuman, disiplin diri yang tidak kenal kompromi, tanggung jawab dalam memajemen diri dan junior, dan belum lagi ditambah kegiatan latihan yang berbahaya, membuktikan bahwa pendidikan militer berbeda dengan pendidikan yang ditempuh oleh masyarakat sipil pada umumnya. Pendidikan di militer menuntut para taruna AAL untuk mampu menghadapi berbagai macam perubahan kondisi dalam hidupnya, dimana para taruna AAL sebelumnya merupakan lulusan SMA yang memiliki kondisi pendidikan berbeda dengan pendidikan militer di AAL. Para taruna AAL juga dituntut memiliki kekuatan fisik dan psikis serta akademik yang tinggi sehingga dibutuhkan kemampuan dari taruna AAL untuk memiliki sikap positif dalam menghadapi berbagai macam perubahan dalam hidupnya (Annisa, 2012). Kemampuan individu untuk mengenali secara penuh sebuah pencapaian dari potensi psikologis individu dan orang lain inilah yang disebut dengan *psychological well-being* (Ryff, 1989).

*Psychological well-being* merupakan hasil evaluasi atau penilaian seseorang terhadap kemampuan untuk mengenali potensi unik dalam diri dan kemudian mengoptimalkan potensi tersebut untuk berbagai aspek kehidupan, terutama dalam menghadapi berbagai macam tantangan dan perubahan dalam hidupnya (Ryff & Keyes, 1995). *Psychological well-being* memiliki enam dimensi, yaitu (a) penerimaan diri, (b) hubungan positif dengan orang lain, (c) otonomi, (d) tujuan hidup, (e) perkembangan pribadi, dan (f) penguasaan terhadap lingkungan (Ryff, 1989).

Berdasarkan hasil pra survei, para taruna tingkat II AAL diketahui memiliki *psychological well-being* dalam kategori sedang, sedangkan dalam pendidikan AAL para

taruna dituntut untuk memiliki kemampuan fisik dan psikis serta akademik yang tinggi, dan menuntut peran taruna AAL untuk mampu menghadapi berbagai macam perubahan dalam hidupnya. Pendapat ini didukung oleh hasil pra survei wawancara terhadap salah satu taruna tingkat II AAL dimana para taruna memiliki tuntutan secara internal dan eksternal, seperti melakukan tugas dengan baik, menghormati senior, dan beradaptasi dengan lingkungan Akademi. Hal ini menunjukkan bahwa taruna AAL harus memiliki *psychological well-being* yang tinggi agar bisa menjalani pendidikan di AAL dengan baik, sehingga dapat disimpulkan bahwa para taruna tingkat II AAL harus meningkatkan *psychological well-being* agar mampu menyesuaikan kondisi dan menghadapi berbagai tantangan selama menjalani pendidikan di AAL.

*Psychological well-being* dipengaruhi oleh lima faktor utama, yaitu : a) Faktor demografis, b) Dukungan sosial, c) Evaluasi terhadap Pengalaman Hidup, d) *Locus of Control*, dan e) Religiusitas (Ryff, 1989).

Dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang diteliti. Dalam penelitian ini peneliti akan memfokuskan pada dukungan sosial teman sebaya. Peran dari rekan angkatan atau letting sangat penting bagi para taruna AAL selama menjalani masa pendidikan. Rekan angkatan atau letting inilah yang menjadi tempat untuk saling berbagi, saling bertukar informasi, dan rekan organisasi selama menjalani pendidikan di AAL selama 4 tahun. Kelompok sebaya merupakan sumber afeksi, simpati, pemahaman, dan penuntun moral; tempat bagi sebuah eksperimen; dan pengaturan untuk mencapai otonomi dan kemandirian. Para taruna AAL pada umumnya berada pada fase remaja atau dewasa awal, dimana pada masa ini para taruna AAL lebih banyak menghabiskan waktu yang dimiliki dengan teman sebaya, sehingga peran teman sebaya dalam menjadi sumber dukungan emosional sangat penting (Papalia & Feldman, 2014).

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial terhadap *psychological well-being* (Riani, 2016). Penelitian lainnya menyebutkan bahwa sumbangan efektif dukungan sosial dengan *psychological*

*well-being* sebesar 37,2%. Yasin dan Dzukifli mengatakan bahwa dukungan sosial dapat menekan dampak psikologis atas masalah yang dihadapi individu yang kemudian membawa diri untuk mencapai *psychological well-being* (Hamidah & Gamal, 2019).

Selain dukungan sosial, salah satu faktor lain yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah religiusitas (Ryff, 1989). Faktor religiusitas dipilih dalam penelitian ini dikarenakan para taruna AAL sering melakukan kegiatan yang padat mulai dari pagi sampai malam, baik itu kegiatan akademik maupun kegiatan non-akademik. Disamping melakukan kegiatan tersebut, para taruna AAL juga wajib melakukan kegiatan keagamaan secara bersama-sama sesuai dengan keyakinan masing-masing. Oleh karena itu, religiusitas menjadi salah satu faktor penting yang diduga membuat *psychological well-being* pada taruna AAL semakin baik. Apabila religiusitas yang dimiliki oleh para taruna AAL baik, maka *psychological well-being* yang dimiliki akan positif.

Pendapat di atas didukung oleh penelitian sebelumnya, dimana ada korelasi positif yang signifikan antara religiusitas dengan *psychological well-being* (Hamidah & Gamal, 2019). Selain religiusitas dan *psychological well-being* memiliki kontribusi efektif sebesar 25,5% (Amawidyati & Utami, 2007).

*Psychological well-being* adalah sebuah kondisi individu yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain (Ryff, 1989). Selain itu juga Ryff menjelaskan bahwa *psychological well-being* sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang. *Psychological well-being* merupakan hasil evaluasi atau penilaian seseorang terhadap kemampuan untuk mengenali potensi unik dalam dirinya dan kemudian mengoptimalkan potensi tersebut untuk berbagai aspek kehidupan, terutama dalam menghadapi berbagai macam tantangan dan perubahan dalam hidupnya (Ryff & Keyes, 1995).

Dimensi *psychological well-being* dapat dibagi sebagai berikut, (1) penerimaan diri; (2) hubungan positif dengan orang lain; (3) otonomi; (4) tujuan hidup; (5) perkembangan pribadi; (6) penguasaan terhadap lingkungan. Sedangkan faktor-faktor

yang mempengaruhi *psychological well-being* yakni (1) faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, dan status ekonomi; (2) dukungan sosial; (3) evaluasi terhadap pengalaman hidup; (4) *locus of control* dan; (5) religiusitas (Ryff & Keyes, 1995).

Dukungan sosial adalah adanya orang-orang yang memperhatikan, menghargai, dan mencintai (Papalia & Feldman, 2014), pendapat yang lain menyatakan dukungan sosial secara umum mengacu pada bantuan yang diberikan pada seseorang oleh orang-orang yang berarti baginya, seperti keluarga dan teman-teman (Thoits, 2011). Sedangkan dukungan sosial teman sebaya adalah bantuan dari teman sebaya baik instrumental, informasional, maupun emosional dari teman sebaya yang membuat individu merasa dihargai dan diperhatikan (Taylor, 2012).

Aspek-aspek dukungan sosial teman sebaya yakni (1) Dukungan emosional; (2) Dukungan penghargaan; (3) Dukungan instrumental; (4) Dukungan informasi (Sarafino & Smith, 2010).

Glock & Stark menyatakan bahwa religiusitas adalah sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlambangkan, yang semuanya berpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai yang paling maknawi (*Ultimate Meaning*) (Ancok & Suroso, 2011). Religiusitas sebagai keberagaman yang berarti meliputi berbagai macam sisi atau dimensi yang bukan hanya terjadi ketika seseorang melakukan perilaku ritual (beribadah), tetapi juga ketika melakukan aktivitas lain yang didorong oleh kekuatan supranatural (Ancok & Suroso, 2011).

Adapun dimensi religiusitas menurut Glock & Stark yaitu (1) Aspek ideologi/keimanan; (2) Aspek ritualistik/ibadah; (3) Aspek eksperiensial/penghayatan; (4) Aspek pengalaman/konsekuensial; (5) Aspek keilmuan/intelektual (Ancok & Suroso, 2011).

Penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas dengan *psychological well-being*, terutama pada taruna AAL sendiri belum pernah diteliti sebelumnya. Berdasarkan pendapat tersebut peneliti ingin

membuktikan apakah dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas memiliki hubungan dengan *psychological well-being* pada taruna tingkat II AAL?

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian survei dan jenis studi korelasional. Adapun variabel terikat (Y) pada penelitian ini adalah *psychological well-being*. Variabel bebas ( $X_1$  dan  $X_2$ ) dalam penelitian ini adalah dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas.

### **Partisipan Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh Taruna Tingkat II AAL sebanyak 100 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel secara *nonprobability sampling* menggunakan teknik sampling jenuh. Teknik pengumpulan data menggunakan tiga skala, yaitu *psychological well-being*, dukungan sosial teman sebaya, dan religiusitas.

### **Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala dukungan sosial teman sebaya, religiusitas, dan *psychological well-being*. Skala dikembangkan sendiri oleh peneliti. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala likert (1-5, 1=sangat tidak setuju, 5=sangat setuju) dengan item yang terdiri atas aitem *favorable* dan *unfavorable*. Jumlah aitem dalam penelitian ini untuk skala dukungan teman sebaya berjumlah 32 aitem, skala religiusitas berjumlah 30 aitem, dan skala *psychological well-being* berjumlah 36 aitem.

### **Analisis Data**

Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan software SPSS (version 22). Uji asumsi menggunakan teknik korelasi berganda dan *product moment*. Sebelum melakukan uji asumsi, peneliti melakukan uji normalitas sebaran data dan uji linearitas terhadap variabel penelitian.

Hasil uji reliabilitas pada skala dukungan sosial teman sebaya menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,903 pada 17 aitem. Pada skala religiusitas menunjukkan

koefisien reliabilitas sebesar 0,864 pada 17 aitem. Pada skala *psychological well-being* menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,908 pada 17 aitem.

Pada uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* pada variabel *psychological well-being* dengan  $N=100$  didapatkan nilai  $0,036 < 0,05$  sehingga distribusi data bisa dikatakan normal. Setelah dilakukan opsi membuang data dengan nilai ekstrim tinggi sebanyak 4 buah sehingga  $N=96$ , di dapatkan nilai  $0,200 > 0,05$ . Selanjutnya dilakukan uji linieritas pada variabel *psychological well-being* ke dukungan sosial teman sebaya dan didapatkan hasil sig *linearity*  $0,001 < 0,05$  sehingga bisa dikatakan memiliki hubungan yang linier. Kemudian pada variabel *psychological well-being* ke religiusitas di dapatkan hasil sig *linearity*  $0,000 < 0,05$  sehingga bisa dikatakan memiliki hubungan yang linier.

## HASIL

Hasil pengujian hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan *psychological well-being* menunjukkan sig.  $0,001 < 0,05$  dan nilai  $r$  sebesar 0,336 yang berada pada kategori 0,26 - 0,50 berarti kekuatan hubungan antar variabel cukup dan menunjukkan ada hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dan *psychological well-being*. Hasil pengujian hubungan antara religiusitas dan *psychological well-being* menunjukkan sig.  $0,000 < 0,05$  dan nilai  $r$  sebesar 0,448 yang berada pada kategori 0,26 - 0,50 berarti kekuatan hubungan antar variabel cukup dan menunjukkan ada hubungan positif.

Pada uji korelasi berganda diperoleh nilai  $R$  hitung sebesar 0,480. Kemudian didapatkan nilai  $F$  Sig. Change sebesar 0,000 sehingga  $< 0,05$ . Setelah  $R$  hitung diuji signifikansinya untuk menemukan  $F$  hitung, diperoleh nilai  $F$  Change sebesar 13,897 yang berarti lebih besar dari  $F$  tabel ( $113,897 > 3,09$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis mayor diterima dan ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas dengan *psychological well-being* pada Taruna Tingkat II Akademi Angkatan Laut. Kemudian nilai  $R$  Square yang merupakan sumbangan efektif variabel dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas dengan *psychological well-being* sebesar 23% dan

sebesar 77% terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi *Psychological well-being* pada Taruna Tingkat II AAL.

## DISKUSI

Hasil uji hipotesis minor pertama diketahui bahwa hasil analisis diperoleh taraf signifikansi (Sig.)  $0,001 < 0,05$  sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being*. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan “Ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *psychological well-being*. Arah hubungan positif, artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya pada taruna tingkat II AAL, maka *psychological well-being* yang dimiliki positif” diterima.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*. Dukungan sosial tidak hanya diterima dari keluarga, organisasi, maupun lingkungan sosial, tetapi ada juga dukungan sosial dari teman sebaya yang mempengaruhi *psychological well-being* (Ryff, 1989). Hal ini pun sesuai dengan apa yang dialami oleh para Taruna Tingkat II AAL. Peran dari rekan angkatan atau letting sangat penting bagi tiap individu Taruna Tingkat II AAL. Hal ini dikarenakan para rekan angkatan atau letting inilah yang menjadi tempat untuk saling berbagi, saling bertukar informasi, dan menjadi rekan dalam berorganisasi selama menjalani pendidikan di AAL kurang lebih 4 tahun. Peran dari teman sebaya dalam menjadi sumber dukungan sangat penting, karena itu sesama rekan angkatan Taruna AAL harus saling mendukung satu sama lain. Pendapat ini didukung oleh pernyataan Santrock yang menyatakan bahwa teman sebaya merupakan tempat dimana mereka bisa mendapatkan sebagian besar dukungan sosial yang dibutuhkan (Santrock, 2007).

Hasil uji hipotesis secara mandiri didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada mahasiswa dengan nilai sumbangan sebesar 28,1% (Riani, 2016), dan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada siswa dengan sumbangan efektif sebesar 12,8% (Langi, 2019).

Pada variabel dukungan sosial teman sebaya, Taruna Tingkat II AAL memperoleh persentase tertinggi pada kategori sedang sebesar 63%. Individu yang memiliki dukungan sosial tinggi cenderung mampu menekan dampak psikologis atas masalah yang dihadapi, meningkatkan kemampuan dalam menghadapi masalah secara efektif, mampu merasakan dan menerima dukungan dari lingkungan sosial, dan dapat membawa individu mencapai *psychological well-being* yang positif (Yasin & Dzulkifli, 2010).

Hasil uji hipotesis lainnya diketahui hasil analisis uji hubungan yang memperoleh taraf signifikansi (Sig.)  $0,000 < 0,05$  yang dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan *psychological well-being*. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan "Ada hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being*. Arah hubungan positif, artinya semakin tinggi religiusitas pada taruna AAL, maka *psychological well-being* yang dimiliki positif" diterima.

Pernyataan di atas sesuai dengan pendapat Ryff yang menyatakan bahwa religiusitas menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *Psychological well-being* (Ryff, 1989). Peran penting religiusitas diasumsikan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* pada Taruna Tingkat II AAL. Hal ini dikarenakan selain menjalani kegiatan akademik dan non-akademik yang padat, para taruna AAL juga diharuskan mengikuti dan melakukan kegiatan keagamaan secara bersama-sama sesuai dengan keyakinan masing-masing. Townsend & Kladder dalam penelitiannya menemukan bahwa kegiatan agama yang dilakukan oleh seseorang akan mempengaruhi kesehatan mental dan *psychological well-being* yang dimiliki (Arifin & Rahayu, 2011).

Hasil uji hipotesis secara mandiri antara religiusitas dan *psychological well-being* mendukung penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada mahasiswa (Arifin & Rahayu, 2011). Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan menunjukkan adanya

hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada Satpamwal Denma TNI (Hamidah & Gamal, 2019).

Tingkat religiusitas taruna tingkat II AAL berada pada kategori sedang sebanyak 62% pada 60 orang. Individu yang memiliki religiusitas yang tinggi cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi, kebahagiaan personal yang lebih tinggi, mengalami dampak negatif peristiwa traumatis lebih rendah, dan dapat menurunkan kecemasan, kegelisahan, dan ketegangan (Taylor, 2012). Religiusitas menjadi penting dan dibutuhkan oleh taruna tingkat II AAL selama menjalani pendidikan.

Uji hipotesis secara bersamaan menggunakan teknik analisis korelasi berganda yang diperoleh nilai R hitung sebesar 0,480. Kemudian setelah dilakukan uji signifikansi F didapatkan nilai F hitung sebesar 13,897 yang berarti lebih besar dari F tabel ( $13,897 > 3,09$ ). Nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang berbunyi "Ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas dengan *psychological well-being* pada taruna tingkat II AAL. Arah hubungan positif, artinya apabila dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas tinggi, maka *psychological well-being* akan positif" diterima.

Hasil tersebut sesuai dengan pendapat Ryff yang menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas menjadi faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* (Ryff, 1989). Pada taruna tingkat II AAL, dukungan sosial dan religiusitas menjadi beberapa faktor yang dapat meningkatkan *psychological well-being*. Kondisi pendidikan militer terutama di AAL berbeda dengan pendidikan tinggi pada umumnya. Budaya yang terbentuk dalam organisasi AAL adalah budaya akademik dengan nuansa militer, atau bisa dikatakan bahwa budaya organisasi AAL dibentuk oleh budaya militer dan akademik. Para taruna AAL yang telah selesai melanjutkan pendidikan selama setahun di Akademi Militer Magelang akan melanjutkan pendidikan di kampus AAL Bumimoro Surabaya. Pendidikan di AAL akan diberikan oleh pelatih, perwira pengasuh, dan juga perwira senior. Para taruna AAL diatur oleh

peraturan khusus dan rutinitas yang mengikat dalam kehidupan sehari-hari, dan akan ada konsekuensi bila melanggar aturan tersebut (Simanullang, 2016). Karakteristik pendidikan militer yang menekankan pada latihan fisik dan disiplin tinggi yang menjadi faktor penekan yang wajar bagi siswa pendidikan. Kondisi di atas tentu menuntut peran para taruna AAL untuk mampu menyesuaikan dan menghadapi berbagai perubahan kondisi dalam hidupnya, selain itu para taruna AAL juga dituntut memiliki kekuatan fisik dan psikis serta akademik yang tinggi, sehingga peran *psychological well-being* sangat dibutuhkan agar para taruna AAL mampu menjalani pendidikan dengan baik. Taruna tingkat II AAL memiliki *psychological well-being* yang berada pada kategori sedang sebesar 65% pada 64 orang (Amiruddin & Ambarini, 2014).

## KESIMPULAN

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis minor pertama diterima. Koefisien *korelasi* yang diperoleh sebesar 0,336 yang berarti kekuatan hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan *Psychological Well-Being* berada pada kategori cukup.

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis minor kedua diterima. Koefisien *korelasi* yang diperoleh sebesar 0,458 yang berarti kekuatan hubungan antara Religiusitas dan *Psychological Well-Being* berada pada kategori cukup.

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis mayor diterima. Sumbangan efektif variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Religiusitas terhadap *Psychological Well-Being* sebesar 23% dan 77% terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi *Psychological Well-Being*.

Bagi Taruna Tingkat II AAL, dukungan sosial teman sebaya perlu ditingkatkan untuk membawa *psychological well-being* ke arah yang positif dengan cara saling membantu dan memberikan semangat kepada rekan sesama taruna tingkat II, mengadakan kegiatan perkumpulan sesama rekan taruna tingkat II sehingga tercipta kedekatan dan solidaritas yang baik.

Religiusitas perlu ditingkatkan untuk membawa *psychological well-being* ke arah yang positif oleh karena itu perlu ditingkatkan dengan cara meningkatkan kesadaran diri untuk beribadah dan berdoa kepada Tuhan, meningkatkan kemampuan bersikap sesuai ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari.

*Psychological Well-Being* perlu ditingkatkan dengan cara meningkatkan kemampuan dalam mengambil keputusan secara mandiri, dan menambah kepercayaan diri sehingga mampu menyelesaikan tugas dan berprestasi dengan baik di Akademi.

Berdasarkan hasil analisis penelitian, saran yang dapat peneliti berikan kepada pihak AAL adalah (a) untuk meningkatkan dukungan sosial teman sebaya, dapat dilakukan dengan cara menumbuhkan interaksi sosial yang positif seperti membentuk organisasi atau perkumpulan di lingkup taruna tingkat II AAL yang dapat menambah kedekatan dan rasa peduli sesama taruna tingkat II AAL, (b) untuk meningkatkan religiusitas, dapat dilakukan dengan cara menerapkan perilaku bersikap positif sesuai ajaran agama dalam pendidikan Akademi dan menambah aktivitas keagamaan sebagai bagian dari pendidikan Akademi, (c) untuk meningkatkan *psychological well-being*, dapat dilakukan dengan cara memberikan kegiatan seperti seminar atau forum diskusi yang dapat membuat taruna tingkat II AAL memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara mandiri dan menerapkan dalam pendidikan sehari-hari di Akademi.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti *psychological well-being* disarankan untuk mempertimbangkan penggunaan variabel lain yang dapat mempengaruhi *psychological well-being*. Beberapa faktor yang dapat digunakan seperti faktor demografis, evaluasi terhadap pengalaman hidup, dan *locus of control*.

## REFERENSI

- Amawidyati, S., & Utami, M. (2007). Religiusitas dan Psychological Well-Being Pada Korban Gempa. *Jurnal Psikologi*, 34(2), 164–176.
- Amiruddin, J., & Ambarini, T. (2014). Pengaruh Hardiness dan Coping Stress Terhadap Tingkat Stres pada Kadet Akademi TNI-AL. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 3(2), 72–78.
- Ancok, D., & Suroso, N. (2011). *Psikologi Islam: Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. Pustaka Pelajar.

- Annisa, F. (2012). *Coping Stress Karbol dalam Menempuh Pendidikan Militer di Akademi Angkatan Udara* [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Arifin, Z., & Rahayu, I. (2011). Hubungan Antara Orientasi Religius, Locus of Control dan Psychological Well-Being Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Jurnal El-Qudwah*, 4(1).
- Hamidah, T., & Gamal, H. (2019). Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Anggota Satpamwal Denma Mabes TNI. *IKRA-ITH Humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 139–146.
- Langi, Y. (2019). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being pada Siswa yang Orang Tuanya Bercerai* [Thesis]. UIN Raden Intan.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami perkembangan manusia: Experience human development*. Salemba Humanika.
- Riani, A. (2016). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Problem-Focused Coping dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa FIP UNY*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- 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>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Santrock, J. W. (2007). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (5th ed., Vol. 1). Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction* (7th ed.). Wiley: John Wiley & Sons, Inc.
- Simanullang, S. (2016). BUDAYA ORGANISASI DAN PENDIDIKAN (Studi Budaya Militer dan Budaya Akademik di Akademi TNI Angkatan Laut Surabaya). *JPAP: Jurnal Penelitian Administrasi Publik*, 2(01). <https://doi.org/10.30996/jpap.v2i01.712>
- Taylor, S. E. (2012). *Health psychology* (8th ed.). McGraw-Hill.
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms Linking Social Ties and Support to Physical and Mental Health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2), 145–161. <https://doi.org/10.1177/0022146510395592>
- Yasin, M. A. S., & Dzulkifli, M. (2010). The Relationship Between Social Support and Psychological Problems Among Students. *International Journal of Business and Social Science*, 1(3).