

## Kecerdasan Spiritual sebagai Prediktor Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa

*Nur Ayu Seftiani<sup>1</sup>, Benny Herlena<sup>2</sup>*

Prodi Psikologi, UIN Sunan Kalijaga; Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta, Telp. +62-274-512474

e-mail : [bennyherlena@gmail.com](mailto:bennyherlena@gmail.com)

**Abstract.** In their first year study of adolescent students commonly met stressor and pressure of adaptation in their novel situation. It can make them have a problem. Adolescents student who can not cope with the problem will be more vulnerable to depression and negative emotions. It can lead them to be unhappy and dissatisfied with their life, but some factors predicted to influence their situation. The purpose of this research was to determine spiritual intelligence can be a predictor of subjective wellbeing of adolescent students. Subject of this research were 116 (N=116) adolescents students (17-18 years old) at UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Subjective wellbeing scale from Utami (2008) and spiritual intelligence scale from Khalqi (2017) was used to collect data with incidental sampling technique. Data was analyzed by regression technique analysis. The result of the analysis indicate that spiritual intelligence can be a predictor of students subjective wellbeing with r correlation 0.9033 and  $p = 0,003$  ( $p < 0,005$ ). It means the hypotheses stated that spiritual intelligence can be a predictor of students subjective wellbeing was accepted. Furthermore there are 7,03% ( $R\ square=0,073$ ) effective contribution of spiritual intelligence toward subjective wellbeing of student.

**Keywords:** Spiritual Intelligence, Subjective Wellbeing, Adolescents Student.

**Abstrak.** Dalam studi tahun pertama mereka, para siswa remaja umumnya bertemu dengan stresor dan tekanan adaptasi dalam situasi baru mereka. Itu bisa membuat mereka punya masalah. Siswa remaja yang tidak dapat mengatasi masalah akan lebih rentan terhadap depresi dan emosi negatif. Ini dapat menyebabkan mereka menjadi tidak bahagia dan tidak puas dengan kehidupan mereka, tetapi beberapa faktor diprediksi akan mempengaruhi situasi mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan kecerdasan spiritual dapat menjadi prediktor kesejahteraan subjektif siswa remaja. Subyek penelitian ini adalah 116 (N = 116) siswa remaja (17-18 tahun) di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Skala kesejahteraan subyektif dari Utami (2008) dan skala kecerdasan spiritual dari Khalqi (2017) digunakan untuk mengumpulkan data dengan teknik sampling insidental. Data dianalisis dengan teknik analisis regresi. Hasil analisis menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat menjadi prediktor kesejahteraan subjektif siswa dengan r korelasi 0,9033 dan  $p = 0,003$  ( $p < 0,005$ ). Ini berarti hipotesis menyatakan bahwa kecerdasan spiritual dapat menjadi prediktor kesejahteraan subjektif siswa diterima. Selanjutnya ada 7,03% ( $R\ square = 0,073$ ) kontribusi efektif kecerdasan spiritual terhadap kesejahteraan subjektif siswa.

**Kata kunci:** Intelengensi Spiritual, Kesejahteraan Subyektif, Siswa Remaja.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa. Santrock (2003) membagi masa remaja berdasarkan usia kronologis dimulai pada usia 13 tahun dan berakhir pada usia 18

tahun. Remaja dewasa ini dihadapkan pada lingkungan yang tidak begitu stabil. Pada fase ini remaja mengalami berbagai macam tugas perkembangan yang unik dan menarik dengan berbagai karakteristiknya

masing-masing. Hurlock (2004) menyatakan bahwa tugas pada masa perkembangan tersebut antara lain berusaha mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan dalam rangka menghadapi peran sebagai anggota masyarakat. Hal ini yang kemudian mendasari banyak remaja setelah menempuh pendidikan menengah atas memilih untuk melanjutkan studinya ke perguruan tinggi sebagai mahasiswa.

Indonesia sendiri memiliki berbagai macam perguruan tinggi yang tersebar di berbagai daerah. Yogyakarta menjadi salah satu daerah yang memiliki cukup banyak perguruan tinggi yaitu lima (5) perguruan tinggi negeri selain lebih dari dua puluh (20) perguruan tinggi swasta (Data BPS 2016/2017). Salah satu Perguruan Tinggi Negeri yang ada di Yogyakarta adalah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta lebih dikenal dengan sebutan UIN SUKA, memiliki 8 fakultas dengan jumlah program studi 41 (sumber: uin-suka.ac.id).

Tahun pertama dalam kehidupan sebagai mahasiswa dianggap sebagai fase sulit karena pada fase ini mahasiswa remaja (17 sampai 18 tahun) dihadapkan pada posisi dimana ia harus dapat beradaptasi dengan cepat, baik itu terhadap proses akademik maupun terhadap

lingkungan sosial yang baru. Mahasiswa harus memiliki kemampuan untuk mengatasi persoalan-persoalan yang terjadi dengan solusi yang tepat dan baik yang kemudian dikenal dengan istilah kesejahteraan subjektif. Faktanya adalah berdasar pada penelitian yang terkait dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa (secara umum) yang telah dilakukan di Indonesia sebelumnya menemukan bahwa 49,6% mahasiswa memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah (Halim, 2015). Hal serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Nayana (2013) 48,1% subjek memiliki Kesejahteraan subjektif rendah. Penelitian lain yang menemukan bahwa kesejahteraan subjektif mahasiswa rendah yaitu penelitian yang dilakukan oleh Cristanto, dkk (2017) terhadap mahasiswa program studi psikologi yang memiliki kesejahteraan subjektif rendah. Berdasarkan beberapa penelitian yang telah ada tersebut dapat peneliti simpulkan bahwa masih banyak mahasiswa yang memiliki kesejahteraan subjektif rendah.

Fakta serupa terkait renahnya kesejahteraan subjektif pada mahasiswa pada tahun pertama kuliah memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah adalah terkait dengan ketidakmampuan untuk beradaptasi secara cepat (Halim, 2015). Penyebab lain ditemukan pada penelitian terkait kesulitan melakukan *coping stress*

yang dialami mahasiswa semester awal (Tyas & Savira, 2017), rendahnya tingkat prososial juga ditemukan dalam penelitian sebelumnya (Yantiek, 2014). Fakta selanjutnya yaitu mahasiswa memiliki banyak *stressor* terutama aktivitas yang berhubungan dengan materi pembelajaran, pengelolaan waktu antara aktivitas akademik dan non –akademik, dan pencapaian akademik (Nugraheni, 2012). Temuan yang sama juga ditemukan oleh Khairat (2015), Julika (2017) yaitu mahasiswa terutama pada tahun pertama mereka mengalami kesulitan untuk beradaptasi dan memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah. Diener (2009) mengungkapkan faktor-faktor yang menyebabkan seseorang memiliki kesejahteraan subjektif yang baik, yaitu kepribadian, materi, hubungan sosial, budaya, demografi, prestasi, nilai, aktivitas, serta kecerdasan.

Kesejahteraan subjektif masih menjadi hal yang menarik untuk diteliti karena keragaman faktor yang dapat mempengaruhi kondisi Kesejahteraan subjektif seseorang. Diener & Oishi (2015) menyatakan beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif seseorang yaitu faktor kepribadian, materi (*wealth*), hubungan sosial, budaya, demografi, prestasi, nilai dan aktivitas. Sedangkan menurut Weiten (2008) faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan

subjektif seseorang dibagi menjadi dua yaitu faktor eksternal meliputi cinta dan pernikahan, pekerjaan, serta faktor internal yaitu kepribadian, *self esteem*, dan *optimisme*. Beberapa peneliti yang telah meneliti kesejahteraan subjektif diantaranya Khairat (2015) menyarankan agar menggunakan faktor intelegensi.

Kesejahteraan subjektif berasal dari kata “Sejahtera” dan “Subjektif”. Sejahtera menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI.id) berarti aman sentosa dan makmur, selamat (terlepas dari segala macam gangguan). Kesejahteraan artinya hal atau keadaan sejahtera, keamanan, keselamatan, ketentraman. Sedangkan Subjektif artinya mengenai atau menurut pandangan (perasaan) sendiri, tidak langsung mengenai pokok halnya. Kesejahteraan subjektif berarti perasaan individu mengenai keadaan sejahtera dan terlepas dari gangguan apapun.

Kesejahteraan subjektif sebagai sebuah penilaian individu terhadap pengalaman hidupnya meliputi komponen afektif (lebih banyak emosi positif daripada emosi negatif) serta komponen kognitif (kepuasan terhadap hidupnya baik di masa lalu maupun masa sekarang). Diener, Oishi & Lucas (2015) menyatakan kesejahteraan subjektif mencakup berbagai komponen, seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, keseimbangan hedonis, pemenuhan dan stres yang pada intinya juga meliputi

komponen afektif dan evaluasi kognitif kehidupan seseorang. Diener dan Pavot (Ulfah, 2014) menjelaskan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu karena kesejahteraan subjektif mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai aspek kehidupan. Individu yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan baik, serta menunjukkan performansi kerja yang lebih baik.

Compton (2005) mengungkapkan bahwa Kesejahteraan subjektif mengandung dua tema utama, yaitu kebahagiaan (keadaan emosional individu) dan kepuasan hidup (penilaian seseorang tentang penerimaan hidupnya). Kesejahteraan subjektif berkaitan dengan bagaimana dan mengapa individu mengalami kehidupan mereka dengan cara yang positif, termasuk penilaian kognitif dan reaksi afektif (Khairat, 2015). Mulyana dan Ulfah (2014) menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi individu terhadap kehidupannya yang mencakup penilaian kognitif terhadap kepuasan hidupnya serta evaluasi afektif yang meliputi emosi positif maupun negatif yang telah dialaminya. Lebih lanjut Mulyana dan Ulfah (2014) mengatakan gambaran kesejahteraan subjektif mengarah kepada kepuasan dalam hidup

seperti adanya pengalaman yang menyenangkan, lebih sering merasakan emosi positif seperti kegembiraan dan kasih sayang serta rendahnya tingkat emosi negatif seperti kepedihan dan amarah. Mengutip pendapat Diener dan Biswas (2008), komponen kesejahteraan subjektif meliputi evaluasi kehidupan, emosi positif, emosi negatif dan keseimbangan antara emosi positif dan emosi negatif.

Dimensi kesejahteraan subjektif menurut Diener (2009) memiliki dua komponen. Pertama, komponen afektif yang merupakan gambaran evaluasi langsung individu atas peristiwa yang terjadi dalam hidupnya, yaitu emosi dan suasana hati yang berupa afek positif (menunjukkan suasana hati dan emosi yang menyenangkan sebagai refleksi reaksi seseorang terhadap peristiwa dan menjalani hidup sesuai dengan cara yang diinginkan), serta afek negatif (meliputi suasana hati dan emosi yang tidak menyenangkan dan menggambarkan respon negatif individu terhadap kehidupannya). Komponen yang kedua, yaitu komponen kepuasan hidup. Kepuasan yang dimiliki oleh setiap individu berbeda-beda, tergantung pada cara memandang sesuatu. Penilaian kepuasan didasarkan pada perbandingan antara kondisi diri tertentu dengan berbagai standar yang mencakup

oranglain, kondisi masa lalu, tingkat aspirasi dan ide dari kepuasan, dan kebutuhan-kebutuhan atau tujuan. Apabila perbandingan standar lebih tinggi daripada kehidupan nyata mereka, maka menghasilkan kepuasan yang menurun dan sebaliknya apabila standar lebih rendah daripada kondisi nyata mereka maka kepuasan akan meningkat (Diener, 2009). Bentuk utama dari afek negatif adalah kemarahan, kesedihan, kecemasan, kekhawatiran, stres, frustrasi, rasa bersalah, rasa malu serta tidak berdaya. Afek negatif yang berlebihan dan berkepanjangan akan mempengaruhi fungsi afektif seseorang dan membuat hidup menjadi tidak menyenangkan (Khairat, 2015). Selanjutnya Khairat (2015) mengungkapkan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif mahasiswa adalah kecerdasan spiritual.

Dalam terminologi Islam, kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang bertumpu pada *qalb* (Sukidi, 2004). Tasmara (2001) mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kecerdasan ruhani yaitu kemampuan seseorang untuk menjalani hidupnya dengan tetap berpadu kepada cahaya ilahi sebagai pusat dirinya dalam mengambil suatu keputusan. Pasiak (2002) mengungkapkan bahwa kecerdasan spiritual adalah fasilitas yang berkembang selama jutaan tahun yang memungkinkan

otak untuk menemukan dan menggunakan makna dalam memecahkan segala persoalan, utamanya persoalan yang menyangkut masalah eksistensial yaitu saat seseorang secara pribadi terpuruk, terjebak kebiasaan, kekhawatiran, dan kesalahan masa lalu akibat kesedihan. Dengan demikian, ketika seseorang memiliki kecerdasan spiritual, ia mampu mengatasi masalah hidupnya dan berdamai dengan masalah-masalah tersebut.

Adapun Zohar dan Marshall (2007) mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai inti dan penggabungan dari kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosi, kecerdasan ini merupakan puncak dari ketiga kecerdasan yaitu IQ, EQ dan puncaknya adalah SQ. Tanpa kecerdasan spiritual, seseorang akan mengalami kehampaan dalam hidupnya. Selanjutnya Amran (Rofiah, 2012) menyatakan kecerdasan spiritual melibatkan seperangkat kemampuan yang memanfaatkan sumber daya rohani. Kecerdasan spiritual menekankan kemampuan yang menarik seperti adaptasi dan prediksi fungsi. Ia juga mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kemampuan untuk menerapkan secara nyata dan mewujudkan sumber daya spiritual, nilai, dan kualitas untuk meningkatkan fungsi sehari-hari dan kesejahteraan. Menurut King (2008), kecerdasan spiritual merupakan serangkaian kapasitas mental

yang berkontribusi terhadap kesadaran, integrasi, dan kemampuan adaptif dari aspek non materi dan transendensi seseorang, meraih makna terdalam, mengenali transendensi diri, dan menguasai keadaan spiritual yang dijalaninya.

Aspek-aspek kecerdasan spiritual menurut King (2008) yaitu Pertama Aspek *Critical Existing Thinking* di definisikan sebagai kemampuan seseorang untuk berpikir kritis mengenai hal-hal yang terkait eksistensi, realitas, alam semesta, waktu, kematian, dan hal-hal yang berkaitan dengan metafisik lainnya (Khalqi, 2017). Proses berpikir kritis menurut Scriven & Paul (dalam King, 2008) merupakan sebuah proses yang melibatkan beberapa kemampuan dan intelegensi seseorang. Proses tersebut diantaranya terdiri dari kemampuan membuat konsep (*conceptualizing*), melakukan tindakan (*applying*), menganalisis (*analyzing*), menyimpulkan (*synthesizing*), dan mengevaluasi informasi yang di dapat dari observasi, pengalaman, refleksi, pencarian alasan maupun komunikasi. Kedua *Personal Meaning Production* yang didefinisikan sebagai kemampuan untuk membangun makna dan tujuan pribadi berdasarkan pengalaman fisik dan mental yang dimiliki, termasuk kapasitas untuk menciptakan dan memahami tujuan dari hidup (Khalqi,

2017). Seseorang dapat menemukan tujuan hidupnya melalui pengalaman-pengalaman yang dialaminya dalam kehidupan sehari-hari. Kemampuan seseorang dalam menangkap makna hidup pribadi bergantung pada tingkat kognitif, afektif dan perilaku yang dimiliki oleh setiap orang.

Ketiga *Transcendental Awareness* merupakan kemampuan untuk mengidentifikasi dimensi transenden baik itu dengan diri sendiri ketika berhubungan dengan orang lain maupun ketika berinteraksi dengan dunia fisik. King (2008) menyatakan bahwa spiritualitas berkaitan dengan perasaan seseorang terhadap hubungan antara kekuatan yang dimiliki alam dengan kekuatan Tuhan dalam melihat konteks realita yang terjadi saat ini. Keempat *Conscious State Expansion* merupakan sistem dari struktur psikologis yang unik. Kondisi tersebut sering di deskripsikan dalam berbagai bentuk level kesadaran (kesadaran diri, lingkungan,, spiritual, atau kombinasi dari berbagai kesadaran lainnya). Kesadaran tertinggi merupakan akar dari kecerdasan spiritual dan religiusitas. Kesadaran ini dapat muncul secara spontan maupun karena adanya stimulus dari lingkungan.

Hipotesis yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah “Kecerdasan spiritual sebagai prediktor

kesejahteraan subjektif pada mahasiswa yang berusia remaja (17-18 tahun)”.

### **Metode**

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa UIN Sunan Kalijaga yang berusia remaja (17-18 tahun) sejumlah 116 mahasiswa, yang berasal dari berbagai program studi di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Pengambilan data sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *incidental sampling* yaitu teknik pengambilan sampel secara acak dan kebetulan, sehingga setiap subjek dalam populasi memiliki kesempatan yang sama dan dianggap memiliki karakteristik yang sama sehingga nantinya dapat digeneralisasikan.

Variabel tergantung pada penelitian ini adalah kesejahteraan subjektif, sedangkan variabel bebas pada penelitian ini adalah kecerdasan spiritual. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu skala kesejahteraan subjektif dan skala kecerdasan spiritual. Skala kesejahteraan subjektif disusun oleh Diener (2009) berdasarkan teori Diener dan telah melalui adaptasi dan modifikasi oleh Utami (2010). Komponen kesejahteraan subjektif Diener (2009) terdiri dari dua subskala yaitu subskala afektif (afek positif dan afek negatif) serta subskala kepuasan hidup. Skala ini memiliki koefisien reliabilitas masing-masing subskala yaitu untuk subskala afek positif  $r = 0,911$ , subskala

afek negatif  $r = 0,941$ , dan subskala kepuasan hidup  $r = 0,908$ . Adapun untuk skala kecerdasan spiritual menggunakan skala yang telah disusun oleh King (2008) menggunakan teori dari King yang kemudian diadaptasi dan dilakukan uji coba oleh Khalqi (2017) dan didapatkan 21 aitem lolos dari 24 aitem.

Data penelitian yang telah dinyatakan normal dan linear dianalisis melalui pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik analisis regresi dengan menggunakan bantuan *software SPSS for windows* versi 16.0.

### **Hasil**

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat memprediksi kesejahteraan subjektif mahasiswa yang berusia remaja di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Hal tersebut ditunjukkan dengan koefisien korelasi (R) sebesar 0,9033 dengan nilai  $p=0,003$  ( $p<0,005$ ). Hasil penelitian yang signifikan tersebut menyatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Semakin tinggi nilai R Square maka semakin besar sumbangan efektif kecerdasan spiritual dalam memprediksi kesejahteraan subjektif mahasiswa, sebaliknya Semakin rendah nilai R Square maka semakin kecil sumbangan efektif kecerdasan spiritual dalam memprediksi kesejahteraan subjektif mahasiswa.

Adapun hasil dari pengujian hipotesis penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual memiliki peran terhadap baik atau tidaknya kesejahteraan subjektif mahasiswa. Dimana seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi akan menjalani hidupnya dengan lebih tenang, kreatif, dan bijaksana dalam menyelesaikan segala permasalahan yang terjadi di hidupnya (Zohar & Marshall, 2007). Kecerdasan spiritual diketahui juga dapat menjadi salah satu cara untuk mengurangi perilaku menyimpang terutama yang terjadi pada remaja (Dewi; Dantes; & Mujiyono, 2008). Kecerdasan spiritual merupakan salah satu prediktor untuk melihat seberapa besar kesejahteraan subjektif seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Khairi (2015) yang menyatakan bahwa kecerdasan spiritual dapat menjadi prediktor kecerdasan spiritual, selain beberapa faktor lainnya seperti prestasi akademik, *self esteem*, kepribadian, dan lainnya.

Selanjutnya dari data penelitian ini diketahui bahwa kecerdasan spiritual mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berusia remaja tergolong sedang yaitu sebanyak 45,69%, 0,86% subjek memiliki kecerdasan spiritual sangat rendah 29,32% subjek memiliki kecerdasan spiritual rendah, 18,96%. subjek memiliki kecerdasan spiritual

tinggi, Sementara itu 5,17%. subjek memiliki kecerdasan spiritual sangat tinggi.

### Diskusi

Dalam penelitian ini diketahui bahwa sumbangan efektif dari kecerdasan spiritual terhadap kesejahteraan tidak begitu besar, hal ini senada dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh (Yantiek, 2013) bahwa Kecerdasan spiritual memiliki sumbangan efektif yang besar terhadap perilaku prososial. Meriska (2016) juga mengungkapkan hal yang sama bahwa kecerdasan spiritual memiliki korelasi yang lebih besar dengan kontrol diri pada mahasiswa dibandingkan dengan kesejahteraan subjektif. Penelitian selanjutnya juga menemukan hal yang sama bahwa kecerdasan spiritual bersama kecerdasan emosi memiliki pengaruh yang signifikan dengan kepuasan kinerja (Hidayati; Solimun, 2013). Hal ini membuktikan bahwa kecerdasan spiritual dapat memprediksi kesejahteraan subjektif mahasiswa.

Empat komponen kecerdasan spiritual memiliki keterkaitan dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif mahasiswa. Komponen yang pertama yaitu *critical existential thinking*, komponen ini terkait bagaimana seseorang dapat berpikir kritis terkait hal-hal yang berhubungan dengan Tuhan, seperti kehidupan di dunia dan kehidupan setelah kematian.

Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual akan mencari suatu konsep kehidupan melalui berbagai cara diantaranya melalui pembelajaran di perkuliahan dan sering bertanya kepada dosen terkait yang *expert* dibidangnya sehingga ia dapat mengambil suatu makna tersirat tentang bagaimana dan untuk apa ia diciptakan, sehingga ketika selama proses kehidupannya ia menemui persoalan kehidupan yang tidak sesuai harapannya, ia tidak akan segera mengambil kesimpulan bahwa ia merasa tidak puas terhadap hidupnya. Pada proses ini, kemampuan intelegensi seseorang memiliki peranan yang cukup penting.

Komponen kedua kecerdasan spiritual menurut King (2008) yaitu *personal meaning production* yang didefinisikan sebagai kemampuan seseorang dalam menciptakan dan memahami tujuan dari hidup. Ketika seseorang memiliki kecerdasan spiritual yang baik, fase ini akan dilewati dengan baik yaitu terciptanya makna kehidupan pribadi seorang mahasiswa. Setelah pada fase awal mahasiswa mencari informasi terkait bagaimana dan apa tujuan kehidupannya, maka pada fase kedua mahasiswa mulai membangun makna pribadi berdasarkan pengalaman-pengalaman kehidupan yang dijalannya. Kemampuan ini tidak terlepas dari tingkat kognitif, afektif, dan perilaku yang

dimiliki mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki perasaan positif dan perilaku yang baik akan lebih mudah dalam menemukan makna dan tujuan dari kehidupannya.

Komponen selanjutnya yang membangun kecerdasan spiritual adalah *trancendental awareness* yaitu kemampuan seseorang untuk menyadari bahwa terdapat hubungan atau keterkaitan antara kekuatan Tuhan dan realita yang terjadi saat ini. Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik akan selalu mengaitkan pengalaman hidupnya dengan kekuatan Tuhan, sehingga ketika merasa mengalami sesuatu yang tidak menyenangkan, mereka segera menyadari bahwa semua ini adalah ketentuan dan kekuatan Tuhan-Nya sehingga ia akan tetap memiliki emosi yang positif dan berdampak pada perilaku yang positif pula.

Komponen terakhir yaitu *consious state expansion* yaitu kondisi kesadaran seseorang terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan. Komponen ini melibatkan proses mengingat, pemikiran serta perasaan. Ketika seorang mahasiswa dapat melewati proses ini, dapat dikatakan bahwa ia berada pada level kesadaran yang tinggi, dimana hal ini akan berpengaruh terhadap bagaimana perilaku mahasiswa terhadap pengalaman kehidupan yang dialaminya.

Hasil data penelitian ini memperkuat teori terkait banyaknya faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif seseorang, antara lain keberfungsian keluarga (Nayana, 2013), pemaafan (Cristanto, Brenda, Assisiansi, Pangestu; 2017), *Self Compassion* (Halim, 2015), *self esteem* dan Prestasi akademik (Khairat, 2015), *Coping stress* (Tias & Savira, 2017), Kepribadian, Materi, Hubungan sosial, budaya, demografi, prestasi, nilai dan aktivitas (Diener, 2009).

Adapun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berusia Remaja memiliki kesejahteraan subjektif (49,18%) dan kecerdasan spiritual (45,79%) pada kategori sedang, menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat memprediksi adanya kesejahteraan subjektif. Ketika seseorang memiliki kecerdasan spiritual yang baik, maka diduga kuat kesejahteraan subjektif orang tersebut tinggi. Kesejahteraan subjektif sangat penting dimiliki oleh setiap mahasiswa terutama yang berusia remaja karena kompleksitas tugas perkembangan remaja yang begitu rumit dan banyak kemudian diiringi dengan tugas dan tanggungjawab sebagai mahasiswa akan menimbulkan tekanan dan stress yang cukup tinggi, oleh karena itu dengan dimilikinya kesejahteraan subjektif yang tinggi, seorang mahasiswa akan menjalani

hidupnya menjadi lebih terarah, lebih tenang dan lebih baik lagi.

Penemuan dalam penelitian ini mendukung temuan yang diungkapkan oleh Diener (2009) bahwa kecerdasan menjadi salah satu faktor yang dapat memprediksi adanya kesejahteraan subjektif selain banyaknya faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif, sumbangan yang diberikan variabel kecerdasan spiritual sebesar 7.03%. Penelitian yang dilakukan oleh Morgan, dkk (Julika, 2017) juga identik dengan penemuan pada penelitian ini, dengan menunjukkan hasil bahwa keluarga menjadi prediktor pada afek negatif sementara individual dan teman menjadi prediktor pada afek positif.

Kesejahteraan subjektif mengindikasikan seseorang memiliki emosi yang lebih positif dan kepuasan hidup yang lebih tinggi. Kepuasan hidup ini terkait beberapa hal diantaranya ia merasa puas dengan hidupnya, merasa puas dengan kehidupan pribadinya, serta merasa puas dengan kondisi akademiknya. Ketika Tiga kepuasan tersebut telah dimiliki oleh seorang mahasiswa, maka yang akan terjadi adalah berkurangnya hal-hal atau perilaku-perilaku menyimpang yang umumnya ditemukan terjadi pada remaja. Hal ini sejalan dengan penemuan oleh Lucas dan Diener (2009) bahwa kesejahteraan subjektif cenderung stabil

dari waktu ke waktu, meskipun kehidupan terus berubah.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Topuz (2014) menemukan bahwa mahasiswa yang berusia remaja (18 tahun) memiliki skor kesejahteraan subjektif lebih rendah dibanding mahasiswa usia dewasa awal (22-25 tahun). Penemuan tersebut sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Tyas dan Savira (2017) bahwa kesejahteraan subjektif akan meningkat ketika mahasiswa memiliki *coping stress* yang tepat, sehingga permasalahan yang terjadi pada kehidupan mahasiswa dapat terselesaikan dengan baik dan menimbulkan kepuasan terhadap hidupnya.

Berdasarkan penjelasan hasil penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual dapat memprediksi kesejahteraan subjektif mahasiswa. Dimana mahasiswa yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik akan lebih sejahtera secara subjektif, sedangkan mahasiswa yang memiliki kecerdasan spiritual rendah, tidak sejahtera secara subjektif atau memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah. Hasil dari analisis regresi menunjukkan bahwa nilai *R Square* sebesar 0,073 atau 7,3% menunjukkan bahwa terdapat 92,8% sumbangan efektif kesejahteraan subjektif berasal dari faktor

atau variabel lainnya yang belum teridentifikasi dalam penelitian ini.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual dapat memprediksi kesejahteraan subjektif mahasiswa. Artinya ketika seseorang memiliki kecerdasan spiritual yang baik, maka dapat diprediksi kesejahteraan subjektifnya pun tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan efektif kecerdasan spiritual terhadap kesejahteraan subjektif sebesar 7,3%, dan 92,7% merupakan faktor lainnya yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini antara lain, dukungan keluarga, demografi, status, budaya, kepribadian, prestasi, nilai dan aktivitas. Hipotesis dalam penelitian ini diterima dengan nilai signifikansi  $p = 0,003$  ( $p < 0,003$ ) bahwa Kecerdasan Spiritual dapat memprediksi kesejahteraan subjektif mahasiswa dengan Persentase sumbangan efektif sebesar 7,03%.

### *Saran*

Adapun saran yang dapat diajukan berdasarkan penelitian ini adalah:

1. Bagi pihak Universitas

Kepada pihak universitas dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dan bahan pertimbangan dalam menerapkan kurikulum perkuliahan, diantaranya bagaimana agar mahasiswa memiliki kecerdasan

spiritual yang baik sehingga akan menunjang kesejahteraan subjektif mahasiswa tersebut.

## 2. Bagi Mahasiswa Usia Remaja

Bagi mahasiswa yang berusia remaja, dapat melakukan hal-hal yang positif, dan memperbaiki kualitas dan kuantitas ibadah agar memiliki perasaan yang lebih tenang dan positif sehingga secara otomatis dapat meningkatkan kesejahteraan subjektifnya.

## 3. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian yang lebih dalam terkait topik ini, dapat menggunakan penelitian ini sebagai salah satu referensi untuk memudahkan peneliti selanjutnya. Selain itu, faktor yang dapat digunakan untuk memprediksi kesejahteraan subjektif dapat diganti dengan faktor lainnya yang memungkinkan lebih dominan memiliki sumbangan efektif dalam memprediksi kesejahteraan subjektif. Diantanya faktor prestasi akademik, *self esteem*, *self compassion*, kepribadian, status pendidikan, demografi, dll. Jumlah sampel penelitian dapat ditambahkan jumlahnya karena pada penelitian ini jumlah sampel yang digunakan sebesar N=116 mahasiswa. Peneliti

selanjutnya juga dapat menggunakan teknik sampling yang lainnya, karena keterbatasan penggunaan teknik sampling insidental memiliki beberapa kelemahan diantaranya kurang dapat meminimalisir variabel yang tidak dikontrol dalam penelitian ini. Kriteria inklusi subjek penelitian dapat ditambahkan seperti jenis kelamin, tingkat pendidikan dan lainnya agar subjek penelitian benar-benar sesuai kriteria yang diinginkan peneliti.

## Kepustakaan

- Alwisol. (2008). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Ariati, Jati. (2010). Subjective Well-being (Kesejahteraan Subjektif) dan Kepuasan Kerja pada Staf Pengajar (Dosen) di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi UNDIP* 8 (2), 117-123. Diunduh dari <https://ejournal.undip.ac.id>.
- Azwar, S. (2003). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2007). *Tes Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin. (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Compton, W, C. (2005). *An Introducing to Positive Psychology*. USA: Wadsworth.

- Cristanto,S.A; Brenda, D; Assisiansi, C; Pangestu, M,J; Sarita, I; dan Sulistiani. (2017). Gratitude Letter: An Effort to Increase Subjective Well Being in College. *Anima Indonesian Pshychological Journal* 32 (3), 158-168.  
<http://dx.doi.org/10.24123/aipj.v3i3.6300215-0158>
- Dewi, G.A; Dantes, Ny; dan Mujiyono. (2008). *Determinasi Kecerdasan Spiritual dan Pola Asuh Orangtua terhadap Kecenderungan Perilaku Menyimpang Siswa Kelas X SMA Bhaktiyasa Singaraja*. Fakultas Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha: Singaraja.
- Diener & Lucas. (2000). Emotional and Cognitive Evaluation of Life. *Annual review Pshychology* 54 (25-403).  
[doi:10.1146/annurev.psych.54.101601.145056](https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056).
- Diener, Ed; Biswas, R; & Tay, L. (2012). *Happiness in India*. USA: Portand University.
- Diener. E. (2009a). *Subjective Well Being. the science of well being: the collected works of ed. Diener series 38, 27-34*. Champaign: Springer.
- Diener, Ed & Ryan, K. (2009). Subjective Well Being: a General Overview. *South African Journal of Pshychology* 39 (4), 391-406.
- Halim, A, R. (2015). *Pengaruh Self-Compassion terhadap Subjective Well Being pada Mahasiswa asal Luar Jawa Tahun Pertama Universitas Negeri Semarang*. UNNES Semarang: (Skripsi tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Hidayati, I.R & Solimun, M, S. (2013). Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual Pengaruhnya terhadap Kepuasan Kerja dan Kinerja Karyawan (Studi Lembaga Penjaminan Mutu Pendidikan (LPMP) Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Aplikasi Manaajemen* 11 (4), 629-639.
- Hurlock, E, B. (2004) *Psikologi Perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. (ed.5) Terjemahan*. Jakarta: Erlangga.
- Julika, S. (2017). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi, Stress Akademik Dan Kecerdasan Spiritual Pada Mahasiswa*. (Tesis tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Khairat, Masnida. (2015). *Self Esteem dan Prestasi Akademik sebagai*

- Prediktor Subjective Well Being Remaja Awal.* (Tesis tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Khalqi, M. (2017). *Peran Kecerdasan Emosi dan Keceerdasan Spiritual terhadap Peran Kepemimpinan Transformasional pada Pimpinan Organisasi Kemahasiswaan Universitas Gajah Mada.* (Tesis tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- King, D.B (2008). *Rethinking claims of spiritual intelegence: a definition, model, and measure.* Peterborough, Canada: Master Thesis. Trent university.
- Liling, E. R; Nurcahyo, Firmanto, A & Tanojo, K. L. (2013). Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual dengan Prokastinasi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal Humanitas X* (2) , 59-72.
- Lucas, R.E; & Diener, E. (2009). Personality and subjective well being in E. Diener (Ed). *The science of well being: social indicator research series* (Vol. 37, 75-102). Netherlands: Springer.
- Meriska, I, C. (2016). Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Kontrol Diri pada Mahasiswa di Universitas Gunadarma. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, Jakarta.
- Misbach, I. F. (2008). Antara IQ, EQ, dan SQ. *Edisi Pelatihan Guru Se-Indonesia* 28(12). Diunduh dari <https://file.upi.edu>FIP>PSIKOLOGI>
- Nayana, N, F. (2013). Kefungsian Keluarga Dan Subjective Well-Being pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 01(2), 230-244.
- Paisal & Anggaini, S. (2010). Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Kinerja Karyawan pada LBPP-LIA Palembang. *Jurnal Ilmiah Orasi Bisnis-ISSN 2085-1375* (IV), 100-112.
- Pasiak, T. (2002). *Revolusi IQ/EQ/SQ/ antara Neurosains dan Al-Qur'an.* Bandung: Mizan Media Utama.
- Rofiah, S. (2012). *Dzikir dan Kecerdasan Spiritual pada Warga Dusun Karangasem, Patalan, Jetis, Bantul, Yogyakarta.* (Skripsi tidak dipublikasikan). Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Santrock, J, W. (2003). *Adolecence perkembangan remaja. (ed.6) terjemahan.* Jakarta: Erlangga.

- Sugiyono. (2012). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sukidi. (2004). *Kecerdasan Spiritual: Mengapa SQ Lebih penting Daripada IQ dan EQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Tasmara, T. (2001). *Kecerdasan Ruhaniah membentuk Kepribadian yang bertanggungjawab, Profesional dan Berakhlak*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Utami, M. S. (2008). Keterlibatan dalam kegiatan dan kesejahteraan subjektif mahasiswa. *Jurnal Psikologi* 36 (2) 144-163.
- Yantiek, E. (2014). Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prososial Remaja. *Pesona, Jurnal Psikologi Indonesia* 3 (01) 22-31.
- Tyas, W, C & Savira, S, I. (2017). Hubungan antara Coping Stress dengan Subjective Well-being pada mahasiswa luar jawa. *Jurnal Psikologi Pendidikan* 04 (2), 1-6.
- Ulfah, S, M & Mulyana, O, P. (2014). Gambaran Subjective Well-being pada Wanita Involuntary Childless. *Jurnal Character* 02 (3), 1-10.
- Zohar, D & Marshall, I. (2007). *SQ: Kecerdasan Spiritual*. Bandung: Mizan.