

HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA ANGGOTA SATPAMWAL DENMA MABES TNI

Tjitjik Hamidah
Fakultas Psikologi
Universitas Persada Indonesia YAI
Jalan Diponegoro 74, Jakarta 10310
Email: tjitjikhamidah@gmail.com

Hendri Gamal
Fakultas Psikologi
Universitas Tama Jagakarsa
Jalan Letjen T.B.Simatupang No. 157 Jakarta Selatan

Abstrak

Banyaknya tugas yang harus ditangani oleh prajurit Pengawal Bawah Perintah Satpamwal Denma TNI menimbulkan tekanan kerja yang berlebihan sehingga berdampak pada menurunnya *psychological well-being*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada prajurit Satpamwal Denma Mabes TNI. Responden berjumlah 45 prajurit, menggunakan *incidental sampling* dan pengambilan data menggunakan skala religiusitas (Glock & Stark, 1996) dan skala *psychological well-being* (Ryff & Keyes, 1995) dengan model likert. Setelah diujicobakan, terdapat 41 item yang valid dari 45 item skala religiusitas dan 33 item valid dari 40 item skala *psychological well-being*. Hasil analisis data menggunakan metode *bivariate correlation*, disimpulkan ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara religiusitas dengan *psychological well-being*.

Kata kunci : Religiusitas, *psychological well-being*, prajurit Satpamwal

Abstract

A lot of workload that must be handled by the Satpamwal Command Guard Denma TNI have caused excessive work pressure and have an impact on psychological well-being. This study aims to determine the relationship between religiosity and psychological well-being on the soldiers of the Satpamwal Denma TNI Headquarters. By using incidental sampling, 45 respondents were obtained. Data retrieval uses the scale of religiosity (Glock & Stark, 1996) and the scale of psychological well-being (Ryff & Keyes, 1995) with likert models. After being tested, there were 41 valid items from 45 items of religiosity scale and 33 valid items from 40 items on the scale of psychological well-being. The results of data analysis using the bivariate correlation method, concluded that there was a significant relationship with the positive direction between religiosity and psychological well-being.

Keywords: Religiosity, psychological well-being, Satpamwal soldiers

PENGANTAR

Negara Indonesia terdiri dari berbagai pulau yang sangat luas sehingga harus terus dipelihara agar keutuhan Negara Kesatuan Republik Indonesia tetap terjaga. Oleh karenanya diperlukan TNI yang bertugas melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia dari ancaman dan gangguan keutuhan bangsa dan negara. Selain pengamanan Negara, TNI juga memiliki tugas operasi militer perang, yaitu untuk mengatasi gerakan separatis bersenjata, mengatasi pemberontakan bersenjata, mengatasi aksi terorisme, mengamankan wilayah perbatasan, mengamankan objek vital nasional yang bersifat strategis, melaksanakan tugas perdamaian dunia sesuai dengan kebijakan politik luar negeri; mengamankan presiden dan wakil presiden beserta keluarganya, memberdayakan wilayah pertahanan dan kekuatan pendukungnya secara dini sesuai dengan sistem pertahanan semesta, membantu tugas pemerintahan di daerah, membantu Kepolisian Negara Republik Indonesia dalam rangka tugas keamanan dan ketertiban masyarakat yang diatur dalam undang-undang; membantu mengamankan tamu negara setingkat kepala negara dan perwakilan pemerintah asing yang sedang berada di Indonesia; membantu penanggulangan akibat bencana alam, pengungsian, dan pemberian bantuan kemanusiaan, membantu pencarian dan pertolongan dalam kecelakaan; serta membantu pemerintah dalam pengamanan pelayaran dan penerbangan terhadap pembajakan, perompak.

Sebagai ujung tombak dalam pengamanan dan pengawalan, para personel Prajurit Pengawal BP (Bawah Perintah) Satpamwal Denma Mabes TNI adalah pasukan yang berasal dari tiga angkatan; Darat, Laut dan Udara. Para personil ini ditempatkan di barak-barak Satpamwal (Satuan Pengamanan dan

Pengawalan) yang dibina langsung oleh Komandan Satuan Pengamanan dan Pengawalan (Dansatpamwal) Detasemen Markas (Denma) Markas Besar Tentara Nasional Indonesia (Mabes TNI).

Dengan banyaknya tugas yang harus dipikul oleh Personel Prajurit Pengawal BP (Bawah Perintah) Satpamwal Denma Mabes TNI, maka dimungkinkan timbulnya beban kerja yang berlebihan baik terkait dengan jam kerja, jumlah individu yang harus dilayani (rotasi penugasan), tanggung jawab yang harus dipikul, pekerjaan rutin dan pekerjaan yang sifatnya mendadak/darurat, serta pekerjaan administrasi lainnya yang melampaui kapasitas dan kemampuan individu. Di samping itu, beban kerja yang berlebihan dapat mencakup segi kuantitatif yang berupa jumlah pekerjaan dan beban kerja kualitatif yaitu tingkat kesulitan pekerjaan tersebut yang harus ditangani.

Dengan beban kerja yang berlebihan, para personel berpotensi merasakan ketegangan emosional saat bertugas. Hal ini dapat mengarahkan perilakunya cenderung menarik diri secara psikologis dan menghindari diri untuk terlibat dengan pekerjaan, klien/pengguna layanan (Maslach, 1982). Kondisi demikian bisa menyebabkan gangguan secara fisik, ketidakbahagiaan dalam bekerja dan dipastikan akan menghambat tercapainya prestasi kerja yang optimal.

Emma White (2010) yang mengutip pendapat Robertson dan Flint – Taylor menyebutkan bahwa *psychological well-being* di tempat kerja merupakan keadaan psikologis positif yang terdiri dari afeksi dan tujuan. Menurut definisi ini, *psychological well-being* dapat dibagi menjadi dua komponen, *hedonic* dan *eudaimonic*. Komponen *hedonic* mengacu pada pengalaman positif dan emosi, sedangkan komponen *eudaimonic* mengacu pada sejumlah perasaan bertujuan yang diperlukan bagi *psychological well-being* jangka panjang

yang terdiri atas pengalaman positif dan emosi (Boniwell & Henry, 2007 dalam Emma White, 2010).

Pemikiran tentang pentingnya *psychological well-being* di tempat kerja telah berkembang selama dua atau tiga dekade akhir-akhir ini, di mana telah mengalami pergeseran dari pembahasan sumber-sumber tekanan fisik menjadi tekanan psikologis dalam pekerjaan. Dalam banyak hal, tekanan di tempat kerja sebenarnya sehat secara psikologis. Tekanan tersebut memberikan individu kesempatan untuk mengalami perasaan tertantang dan berprestasi yang keduanya penting bagi *psychological well-being*. Namun, ketika tekanan menjadi terlalu banyak atau sulit untuk diatasi, *psychological well-being* akan mengalami penurunan (Chiara Amati et. Al, 2010).

Meningkatkan *psychological well-being* di tempat kerja membawa manfaat, baik untuk personil sebagai individu dan organisasi secara keseluruhan. Bagi para personil, *psychological well-being* merupakan aspek inti dari seluruh kesejahteraan dan berkaitan erat terhadap kesehatan fisik, umur panjang dan kebahagiaan. Bagi organisasi, *psychological well-being* memberikan *outcomes* terhadap organisasi berupa rendahnya tingkat absensi para pegawai dan peningkatan prestasi kerja (Chiara Amati et. al, 2010).

Sejalan dengan pernyataan di atas, beberapa penelitian membuktikan bahwa *psychological well-being* pada tingkat individu dapat meningkatkan kemampuan atensi, proses berfikir dan kemampuan bertindak, kemampuan memecahkan masalah serta berhubungan dengan orang lain dengan cara yang lebih baik serta dapat memperkecil peluang terjadinya salah menafsirkan situasi ambigu sebagai hal yang mengancam (Robertson & Flint – Taylor; Fredrickson & Joiner, Cartwright & Cooper, Slitz & Diener dalam Emma White, 2010). Hasil

penelitian menjelaskan bahwa sebagai konsekuensinya, personil/pegawai dengan *psychological well-being* yang baik akan mampu memanfaatkan sumber daya fisik, intelektual, dan sosial dengan lebih baik. Sedangkan pada tingkat organisasi, *psychological well-being* di tempat kerja dapat di pergunakan untuk memprediksi retensi pegawai, keuntungan organisasi, kesetiaan pelanggan, kecelakaan kerja dan penurunan tingkat cuti sakit pada personil/pegawai.

Pembahasan tentang *psychological well-being* di atas merupakan salah satu pendekatan baru dalam bidang organisasi yaitu *Positive Organizational Behavior* (POB) yang berorientasi kepada studi dan penerapan kekuatan sumber daya manusia dan kapasitas psikologis positif yang dapat diukur, dikembangkan, dan efektif agar dapat dikelola untuk peningkatan kinerja (Luthans, 2005). POB didasarkan pada pendekatan Psikologis Positif. Menurut Seligman dan Csikszentmihalyi (2000) ilmu psikologi seharusnya lebih berfokus pada *human strenghts* dan *optimal functioning* daripada terhadap *ill-health*. Tujuan dari Psikologi Positif adalah untuk mengubah fokus psikologi dari hanya berkisar tentang memperbaiki hal yang buruk, tetapi juga lebih berfokus pada membangun kualitas-kualitas positif manusia.

Ryff (1989) merumuskan konsepsi *psychological well-being* dari perspektif *positive psychological functioning, life span development* dan *positive mental health*. Berdasarkan teori-teori tersebut, Ryff mendefinisikan *psychological well-being* sebagai kombinasi dari dimensi-dimensi yang mencakup kesejahteraan yang luas, terdiri dari penilaian positif terhadap diri sendiri dan terhadap kehidupan masa lalunya (*self-acceptance*), suatu rasa untuk terus bertumbuh dan berkembang sebagai individu (*personal growth*), keyakinan bahwa hidupnya memiliki tujuan dan

bermakna (*purpose in life*), memiliki hubungan yang berkualitas dengan orang lain (*positive relations with others*), memiliki kapasitas untuk mengatur hidupnya dan dunia sekitarnya dengan efektif (*environmental mastery*) serta memiliki otonomi (*autonomy*). (Ryff & Keyes, 1995).

Dari beberapa teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* tidak hanya berbicara tentang pencapaian kepuasan hidup dan kebahagiaan, tetapi lebih dari itu, *psychological well-being* menyangkut pula tentang kebermaknaan, *flourishing*, *self-actualization*, tujuan hidup dan kebermanfaatannya untuk orang lain. Individu yang berada dalam *psychological well-being*, selain merasa bahagia dengan hidupnya juga memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu mengaktualisasi diri, memiliki makna dalam hidupnya dan kehidupannya bermanfaat untuk orang lain.

Topik *psychological well-being* menarik minat para peneliti untuk mengkajinya lebih mendalam. Tidak dapat dipungkiri *well-being* merupakan isu krusial dalam kehidupan masyarakat, dan organisasi. *Well-being* tidak terbentuk dengan sendirinya, melainkan dipengaruhi oleh banyak hal dimana salah satunya adalah religiusitas. Fungsi religiusitas bagi manusia memiliki kaitan erat dengan fungsi agama. Zakiah Darajat (1994) mengemukakan tiga fungsi religiusitas bagi manusia, yaitu sebagai bimbingan dalam hidup, penolong dalam menghadapi kesukaran, dan menentramkan batin. Jalaludin (1995) juga memberikan pengertian religiusitas sebagai manifestasi seberapa jauh penganut agama meyakini, memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari dalam seluruh aspek kehidupan. Dengan kata lain agama memberikan bimbingan hidup dari yang sekecil-kecilnya sampai pada yang sebesar-besarnya, mulai dari

hidup pribadi, keluarga, sekolah, masyarakat dan hubungan dengan Tuhan, bahkan dengan alam semesta dan makhluk hidup yang memberikan kebahagiaan dan ketentraman batin dalam hidup ini.

Dalam memahami, mengamati dan menganalisa tentang kondisi religiusitas yang akan diteliti, maka diambil 5 dimensi religiusitas (keagamaan) Glock dan Stark (Ancok, 2005), diantaranya : dimensi keyakinan (*ideologis*) dimana individu yang *religious* berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu; dimensi praktik agama (*ritualistic*) sebagai bentuk perilaku pemujaan sebagai komitmen terhadap agama yang dianutnya; dimensi pengalaman (*experiences*) dimensi ini berkaitan dengan pengalaman keagamaan, perasaan, persepsi, dan sensasi yang dialami seseorang terhadap agamanya; dimensi pengetahuan agama (*intellectual*) yang mengacu pada dasar-dasar keyakinan, ritus-ritus, kitab suci dan tradisi-tradisi; dimensi pengalaman (*consequence*) yaitu sejauh mana implikasi ajaran agama mempengaruhi perilakunya.

Dalam penelitian Ellison dan Levin yang berjudul "*The Religion-Health Connection: Evidence, Theory and Future Direction*" menyebutkan adanya korelasi positif antara religiusitas dan *psychological well-being* (Ellison & Levin, 1998). Kemudian, Ellison (dalam Levin, 2010) menemukan adanya kaitan antara keterlibatan religius (*religious involvement*) dengan *well-being*.

Dari permasalahan diatas, maka penulis berkeinginan untuk meneliti hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada anggota Satpamwal Denma Mabes TNI, yang memiliki tugas pengamanan yang cukup berat. Dengan memiliki religiusitas yang tinggi, diharapkan dapat membimbing perilakunya sesuai dengan orientasi nilai-nilai agama yang diyakininya sehingga

akan mendapatkan ketenangan dalam mencapai tujuan hidup dan akan merasakan kesejahteraan psikologis (PWB).

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Sutrisno Hadi (2010) penelitian kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological well-being* pada personel BP (Bawah Perintah) yang berdinis di Satpamwal Denma Mabes TNI Cilangkap, Jakarta Timur.

Populasi dalam penelitian ini adalah Anggota Satpamwal Denma Mabes TNI merupakan Prajurit BP (Bawah Perintah) yang berdinis aktif di Mabes TNI Cilangkap yang berjumlah sekitar 240 orang yang terdiri dari personil yang berpangkat Tamtama dan Bintara. Mengingat banyaknya tugas para personil ini, maka peneliti hanya mendapatkan sampel penelitian ini sebanyak 45 orang, dengan menggunakan teknik sampel *accidental sampling* yaitu pengambilan sampel secara aksidental (*accidental*) dengan mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat sesuai dengan konteks penelitian (Sutrisno Hadi, 2000). Dengan teknik *accidental sampling* ini, peneliti mengambil responden pada saat itu juga di Kesatuan Satpamwal Denma Mabes TNI. Pengambilan data dilakukan pada saat jam-jam kerja yang telah diatur oleh pihak satuan, hal ini agar peneliti tidak mengganggu berjalannya waktu bekerja para prajurit Satpamwal.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah skala

psikologi. Skala psikologi berisi pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan serta disusun dan disebarakan untuk mendapatkan informasi atau keterangan dari sumber data yaitu subyek penelitian (Saefuddin Azwar, 2013).

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala religiusitas disusun peneliti berdasarkan konsep teori religiusitas yang dikemukakan oleh Glock dan Stark (1996). Skala religiusitas terdiri atas lima dimensi yang digunakan sebagai landasan yaitu : dimensi ideologis, dimensi ritualistik, dimensi eksperensial, dimensi intelektual, dan dimensi konsekuensial. Skala religiusitas disusun dengan metode Skala *likert* dengan lima kategori untuk melihat kecenderungan pendapat dari subyek dimana subjek harus memilih salah satu dari jumlah jawaban yang telah disediakan, meliputi : sangat sesuai, sesuai, netral, tidak sesuai, sangat tidak sesuai (dengan nilai yang dibeikan 5,4,3,2,1).

Tingkat *psychological well-being* diukur dengan mengadaptasi skala *Ryff's Psychological Well-Being Scale* yang didasarkan pada enam dimensi *psychological well-being* (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995). Ke-enam dimensi tersebut adalah *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Pernyataan dalam skala ini disusun dalam dua jenis, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Adapun item yang disusun sebanyak 46 item yang terdiri dari 23 item *favorable* dan 23 item *unfavorable*.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *bivariate correlation* yaitu untuk mengetahui hubungan dan

membuktikan hipotesis adanya hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being*.

HASIL PENELITIAN

Peneliti melakukan pengujian statistik deskriptif dengan dua karakteristik responden meliputi : pangkat Tamtama dan Bintara. Dari jumlah reponden yang diikuti dalam penelitian, didapat responden yang berpangkat Tamtama adalah sebanyak 25 orang (62,5%), yang berpangkat Bintara adalah sebanyak 15 orang (37,5%)

Hasil uji reliabilitas terhadap instrumen penelitian skala *psychological well-being*, diperoleh reliabilitas sebesar 0,749. Berdasarkan kaidah Guilford, maka skala *Psychological Well-being* dinyatakan cukup reliabel ($<0,9$). Hasil ini dapat disimpulkan bahwa alat ukur telah memenuhi syarat reliabilitas, artinya setiap item dari skala *psychological well-being* sudah konsisten dengan item lainnya dalam mengukur *psychological well-being* sehingga layak digunakan dalam penelitian. Sedangkan reliabilitas Instrumen skala religiusitas diperoleh reliabilitas sebesar 0,925. Berdasarkan kaidah Guilford, maka skala religiusitas dinyatakan sangat reliable ($>0,9$). Hasil ini didapat disimpulkan bahwa alat ukur telah memenuhi syarat reliabilitasnya, artinya setiap item dari skala religiusitas sudah konsisten dengan item lainnya dalam mengukur religiusitas sehingga layak digunakan dalam penelitian.

Analisis data penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* di kalangan anggota Satpamwal Denma Mabes TNI Jakarta Timur. Dari hasil analisis data menggunakan metode *bivariat correlation* dengan bantuan SPSS versi 16.00 *for windows*, diperoleh $r = 0.337$ dengan $p < 0.05$ (0.024) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian

ada hubungan dengan arah positif antara religiusitas dengan *psychological well-being*, Artinya semakin tinggi religiusitas semakin tinggi *psychological well-being*.

DISKUSI

Pemikiran tentang pentingnya *psychological well-being* di tempat kerja telah berkembang selama dua atau tiga dekade akhir-akhir ini, di mana telah mengalami pergeseran dari pembahasan sumber-sumber tekanan fisik menjadi tekanan psikologis dalam pekerjaan. Dalam banyak hal, tekanan di tempat kerja adalah sehat secara psikologis. Tekanan tersebut memberikan kesempatan untuk mengalami perasaan tertantang dan berprestasi, yang keduanya penting bagi *psychological well-being*. Namun, ketika tekanan menjadi terlalu banyak atau sulit untuk diatasi, *Psychological well-being* akan mengalami penurunan (Chiara Amati et. al, 2010).

Individu yang mempunyai *psychological well-being* yang positif adalah individu yang mempunyai penerimaan diri yang positif yang sesuai dengan kemampuan yang mereka miliki, misalnya perasaan bangga terhadap prestasi kerja yang dicapainya. Sebaliknya, individu akan tetap menerima ketika kinerjanya menurun yang disebabkan oleh banyak hal dan menerima segala kekurangan yang ada pada diri mereka.

Hubungan antara religiusitas dengan *psychological well-being* bisa dipahami karena dengan beban kerja yang padat dan penuh tekanan akan berpotensi menimbulkan perasaan tidak nyaman, gelisah dan tidak bahagia. Oleh karena itu, untuk menciptakan perasaan bahagia dan sejahtera (*psychological well-being*) ini, dibutuhkan pemahaman tentang religiusitas terkait dengan agama yang diyakininya sehingga bisa menimbulkan rasa nyaman, bahagia dan ketentraman lahir dan batin. Sebaliknya individu yang mencari kebahagiaan tetapi tidak

beragama atau tidak mengikuti aturan-aturan beragama, maka akan mudah terseret pada praktek-praktek yang merugikan orang lain, bahkan merugikan Negara.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Ellison dan Levin yang berjudul "*The Religion-Health Connection: Evidence, Theory and Future Direction*" menyebutkan adanya korelasi positif antara religiusitas dan *psychological well-being* (Ellison & Levin, 1998). Kemudian, Ellison (dalam Levin, 2010) menemukan adanya kaitan antara keterlibatan religious (*religious involvement*) dengan *well-being*. Religiusitas merupakan keyakinan atau kepercayaan terhadap kekuasaan suatu zat yang mengatur alam semesta ini serta manifestasinya untuk meyakini, memahami menghayati, dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya dan menjadikan ajaran agamanya sebagai pembimbing perilaku sehingga perilakunya selalu berorientasi pada nilai-nilai agama yang diyakininya.

Dengan demikian apabila seorang Anggota Satpamwal Denma Mabes TNI, yang memiliki tugas pengamanan yang cukup berat, memiliki religiusitas yang tinggi, diharapkan dapat membimbing perilakunya sesuai dengan orientasi nilai-nilai agama yang diyakininya sehingga akan mendapatkan ketenangan dalam mencapai tujuan hidup dan akan merasakan kesejahteraan psikologis (PWB). Dengan kata lain, individu yang benar-benar menjalankan agamanya, akan menganggap setiap kekecewaan yang menimpanya tidak akan memukul jiwanya. Individu tidak akan putus asa, tetapi akan menghadapinya dengan tenang dan dengan cepat individu tersebut akan ingat kepada Tuhan, dan menerima kekecewaan itu dengan sabar dan tenang.

Menurut Zakiah Derajad (1994) bahwa fungsi religiusitas diantaranya selain merupakan bimbingan dalam hidup

dan penolong dalam menghadapi kesukaran, dengan religiusitas juga berfungsi menentramkan batin. Bagi jiwa yang sedang gelisah, agama juga akan memberi jalan dan siraman penenang hati. Pada salah satu dimensi religiusitas (Konsekuensial) dijelaskan bahwa dimensi ini berkaitan dengan lingkungan sekitar, seperti suka menolong, bekerjasama, berdarma, berlaku jujur, dan pemaaf. Dengan religiusitas yang tinggi maka akan mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologisnya (PWB). Dengan kata lain agama memberikan bimbingan hidup dari yang sekecil-kecilnya sampai pada yang sebesar-besarnya, mulai dari hidup pribadi, keluarga, sekolah, masyarakat dan hubungan dengan Tuhan, bahkan dengan alam semesta dan makhluk hidup yang kebahagiaan dan ketentraman batin dalam hidup ini.

Semakin individu memiliki religiusitas, diharapkan individu merasa bahagia dan dapat menekan kecemasannya ketika menghadapi masalah, sehingga dapat memotivasi diri untuk aktif serta mampu meningkatkan kinerjanya. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa religiusitas memiliki hubungan yang signifikan dengan *psychological well-being* pada anggota Satpamwal Denma MABES TNI Cilangkap Jakarta Timur.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dengan arah positif antara religiusitas dengan *psychological well-being* pada anggota Satpamwal Denma di lingkungan TNI Cilangkap, Jakarta Timur. Artinya semakin tinggi religiusitas maka akan semakin tinggi pula *psychological well-being* yang di milikinya. Hasil kategori religiusitas dan *psychological well-being* tergolong sedang.

SARAN

Setelah mengadakan penelitian dan menganalisis data hasil penelitian serta menyimpulkan data-data yang diperoleh, maka penulis mengajukan beberapa saran diantaranya berupa saran teoritis dan saran praktis. Secara metodologi, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh peneliti berikutnya untuk melakukan penelitian dengan jumlah subyek yang lebih besar atau dengan posisi/jabatan yang berbeda. Perlu juga diteliti variabel lain selain religiusitas yang berpengaruh terhadap *psychological well-being* pada anggota Satpamwal Denma Mabes TNI Cilangkap Jakarta Timur. Hasil kategori religiusitas dan *psychological well-being* tergolong sedang. Oleh karena itu disarankan untuk meningkatkan religiusitas yaitu dengan cara lebih memahami, mempraktekkan dan menjadikan agama dan keyakinan sebagai pedoman hidup yang akan menuntunnya mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, Djamaludin dan Fuad Nashori Suroso.(2005). *Psikologi Islam Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*.Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ellison, C.D. & Levin, J.S., (1998), The Religion-Health Connection: Evidence, Theory and Future Direction, *Journal of Health and Educational Behavior*, 5, 702.
- Glock, C. & Stark, R. (1996). *Religion and society in transition*.Chicago : Rand Mc Nally
- Jalaluddin. (2004). *Psikologi Agama*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Keyes, C.L.M. (2006). Subjective wellbeing in health and human development research worlwiode: An introduction. *Social Indicator Research*, 77, 1-10.
- Levin, J., (2010). Religion and Mental Health: Theory and Research, *International Journal of Aplied Psychoanalytic Studies*, 6.
- Luthans, F., 2005, *Perilaku Organisasi (terjemahan)*, Penerbit Andi, Yogyakarta.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological wellbeing.*Journal of Personality and Social Psychology*, 57.
- Ryff, C.D., Keyes.,C.L.M., & Shomotkin, D. (2002).Optimizing Well-being: The empirical encounter of two traditions.*Journal of Personaity and Social Psychology* 82,1007-1022.
- Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi. (2000), "Positive Psychology, An Introduction" *American Psychologist*, 55, 5-14
- Sutrisno Hadi. (2000), *Metodologi Research I*, Yogyakarta. PT. Andi Offset.
- Saifuddin Azwar. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- White, Emma. (2010), Helping To Promote Psychological Well-Being At Work: The Role of Work Engagement, Work Stress And Psychological Detachment Using The Job Demands-Resources Model, *The Plymouth Student Scientist*, 4, (2), 148.
- Zakiah Derajad. (1994). *Kesehatan mental*. Jakarta. Penerbit Gunung Agung