

HUBUNGAN ANTARA SPIRITUALITAS DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA PEREMPUAN KAMPUNG LAMPION MALANG PADA MASA PANDEMI COVID-19

Sofia Nuryanti¹, Salsabila Mumtazah², Galuh Pavita Sari³
¹²³Jurusan Psikologi, Universitas Brawijaya
 sofia@ub.ac.id¹

Abstract

The COVID-19 pandemic can cause stress to individuals who feel anxious and afraid of uncertainty in all uncertain situations. This has an impact on the individual's state of well-being. This study aims to determine the relationship between spirituality and subjective well-being in the women of Kampung Lampion Malang during the COVID-19 pandemic. A quantitative approach is used in this study to determine the relationship between spirituality and subjective well being using a simple linear correlation. Using a purposive sampling technique, as many as 103 women living in Kampung Lampion Malang, aged between 18 - 60 years and willing to be respondents. The measuring instrument used to measure the spirituality variable is the Daily Spiritual Experience Scale (DSES) developed by Underwood and Teresi (2002).) with ($\alpha=0.927$). Researchers used measuring instruments SWLS ($\alpha = 0.826$) and SPANE ($\alpha = 0.682$) from Diener (1984) which were used to measure subjective well being. The results of the simple correlation Pearson's Correlation obtained a significance value of 0.001 ($p < 0.05$) with a correlation value of 0.452 which it can be concluded that there is a relationship between spirituality and subjective well-being in women in Kampung Lampion, Malang City.

Keywords: *Kampung Lampion, Spirituality, Subjective Well Being*

Abstrak

Pandemi covid-19 dapat menimbulkan stres pada individu yang merasa cemas dan takut akan ketidakpastian pada segala situasi yang tidak menentu. Hal ini berdampak pada keadaan *well-being* individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara spiritualitas dengan *subjective well-being* pada perempuan Kampung Lampion Kota Malang pada masa pandemi covid-19. Pendekatan kuantitatif digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara spiritualitas dengan *subjective well being* menggunakan korelasi linear sederhana. Menggunakan teknik *purposive sampling*, sebanyak 103 perempuan yang tinggal di Kampung Lampion Kota Malang, berusia antara 18 - 60 tahun dan bersedia menjadi responden. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel spiritualitas adalah *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES) yang dikembangkan oleh Underwood dan Teresi (2002) dengan ($\alpha=0.927$). Peneliti menggunakan alat ukur SWLS ($\alpha=0.826$) dan SPANE ($\alpha=0.682$) dari Diener (1984) yang digunakan untuk mengukur *subjective well being*. Hasil korelasi sederhana korelasi *Pearson's Correlation* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.001 ($p < 0.05$) dengan nilai korelasi 0.452 yang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara spiritualitas dengan *subjective well being* pada perempuan di Kampung Lampion Kota Malang.

Kata Kunci: *Kampung Lampion, Spiritualitas, Subjective Well Being*

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah kasus tertular dan angka kematian akibat covid-19 membawa dampak pada aspek kesehatan, ekonomi, sosial, budaya, politik, pertahanan dan keamanan serta kesejahteraan seluruh masyarakat Indonesia. Sebuah survei yang dilakukan oleh *Center for Public Mental Health*, Universitas Gadjah Mada memaparkan bahwa pandemi covid-19 menimbulkan beberapa permasalahan antara lain kesehatan, dampak ekonomi, kehilangan, pengasuhan, penyesuaian bekerja atau belajar dari rumah, tinggal di rumah kecil, ketersediaan jaringan internet bahkan konflik dalam keluarga (CPMH, 2020). Vinkers dkk., (2020) mengemukakan bahwa pandemi global dapat menimbulkan stres pada individu yang merasa cemas dan takut akan ketidakpastian pada segala situasi yang tidak menentu. Individu yang tidak mampu beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan beberapa kebijakan selama pandemi akan mudah mengalami stres. Stres pada individu pada akhirnya akan berpengaruh pada tingkat *subjective well-being* (Holmes dkk., 2020), individu yang mengalami stres lebih besar akan memiliki *subjective well-*

being rendah jika dibandingkan dengan individu yang lebih sedikit merasakan stres.

Subjective well-being merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan evaluasi subjektif individu tentang kehidupannya secara kognitif dan afektif (Diener dkk., 2009). Evaluasi subjektif merujuk pada penilaian individu secara keseluruhan terkait dengan perasaan positif atau negatif (Diener & Chan, 2011). Perasaan positif terkait dengan kemampuan individu dalam mengelola emosi dan menghadapi masalah dengan baik, sehingga membawa dampak pada kesejahteraan subjektif yang tinggi. Perasaan negatif terkait dengan kemampuan individu dalam mengevaluasi sesuatu secara negatif sehingga membawa dampak pada kesejahteraan subjektif yang rendah. Individu dikatakan memiliki *subjective well-being* yang rendah jika mereka banyak merasakan emosi yang tidak menyenangkan dan merasa tidak puas akan kehidupan yang dijalannya. Individu dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi jika mereka lebih banyak merasakan emosi yang menyenangkan dan merasakan puas

terhadap kehidupan yang dijalannya. Peneliti membagi aspek *subjective well-being* (SWB) menjadi dua, aspek kognitif (*cognitive*) dan aspek afektif (*affective*) (Diener 1984, Diener dkk., 1999).

Beberapa literatur psikologi menyetarakan istilah *subjective well-being* dengan kebahagiaan, walaupun sebenarnya berbeda. Kebahagiaan merupakan salah satu bagian dari *subjective well-being* sebagai kondisi emosi positif yang dirasakan individu (Lopez dkk., 2018). *Subjective well-being* adalah evaluasi individu terhadap kesejahteraan psikologis yang dialaminya (Diener, 2000) yang merupakan kombinasi dari afek positif dan kepuasan hidup individu secara umum atau kepuasan pada domain tertentu (Diener dkk., 2009). Diener dkk, (2017) juga memaparkan beberapa faktor yang memengaruhi *subjective well being* antara lain usia seseorang, jenis kelamin, pekerjaan seseorang, pendidikan seseorang, agama yang dianut seseorang, keluarga dan status pernikahan seseorang.

Menurut Esquivel (2011) spiritualitas merupakan salah satu

faktor yang dapat meningkatkan *well-being* individu karena membantu individu dalam mengalami kesulitan dengan memberi makna positif pada permasalahan yang terjadi. Spiritualitas merupakan persepsi tentang adanya suatu yang bersifat transenden dalam kehidupan sehari-hari dan bagian integral dari kehidupan agama (Underwood & Teresi, 2002). Kim dan Esquivel (2011) memaparkan bahwa spiritualitas memiliki pengaruh paling besar terhadap kepuasan hidup individu. Selanjutnya Sangwon dkk. (2011) menyatakan bahwa spiritualitas merupakan salah satu faktor yang dapat membantu individu untuk mengatasi kesulitan dan permasalahan serta dapat meningkatkan *subjective well-being*.

Spiritualitas merupakan aspek yang sangat penting bagi kepuasan hidup, *self esteem*, dan kondisi emosi individu karena berfungsi sebagai *coping* yang positif (Underwood & Teresi, 2002). Spiritualitas lebih diasosiasikan sebagai keterhubungan perasaan dengan Tuhan dan sinergi individu dengan lingkungan sosialnya. Underwood (2006) menyatakan bahwa aspek-aspek spiritual mencakup dua dimensi,

yakni hubungan antara individu dengan Tuhan dan hubungan antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Individu yang memiliki hubungan intim dengan Tuhan dan hubungan baik dengan orang-orang di lingkungannya dapat membantu meningkatkan kepuasan pada hidupnya (Arung & Aditya, 2021). Beberapa temuan penelitian yang mengaitkan hubungan antara spiritualitas dengan *subjective well being* individu, namun peneliti fokus menggunakan alat ukur spiritualitas *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES). Hal ini dikarenakan spiritualitas menurut Underwood & Teresi (2002) merupakan aspek yang sangat penting bagi kepuasan hidup, *self esteem*, dan kondisi emosi individu karena berfungsi sebagai *coping* yang positif dalam menghadapi permasalahan akibat dampak covid-19. Selain itu DSES ini menyatakan bahwa aspek-aspek spiritual mencakup dua dimensi, yakni hubungan antara individu dengan Tuhan dan hubungan antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Dua aspek ini menurut peneliti merupakan aspek yang penting dikembangkan oleh individu dalam menghadapi masa pandemi

covid-19. Mempertimbangkan beberapa hal di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis yaitu terdapat hubungan antara spiritualitas dengan *subjective well-being* pada perempuan Kampung Lampion Kota Malang pada masa pandemi covid-19.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Metode pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Variabel bebas pada penelitian ini adalah spiritualitas, sedangkan variabel tergantung adalah *subjective well being*. Proses pengambilan data pada penelitian ini adalah dengan membagikan *link* kuesioner dengan *google form* kepada responden melalui media telekomunikasi dengan bantuan perangkat kampung terkait.

Responden Penelitian

Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah 103 dengan rincian data

demografi responden seperti yang disajikan pada Tabel 1. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah warga Kampung Lampion, Kota Malang. Kriteria responden pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a) Warga yang tinggal di Kampung Lampion.
- b) Berjenis kelamin perempuan.
- c) Berusia 18-60 tahun yaitu kategori remaja akhir sampai dewasa akhir (Santrok, 2012).
- d) Bersedia menjadi responden penelitian.

Instrumen Penelitian

Pada variabel spiritualitas, peneliti menggunakan alat ukur *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES) yang dikembangkan oleh Underwood dan Teresi (2002). Skala ini terbagi menjadi 15 item terdiri dari 6-point likert scale yang

menilai intensitas pengalaman individu, serta 1 item yang menilai persepsi pribadi mengenai dekat atau tidaknya individu kepada Tuhan dengan nilai *internal consistency Cronbach's Alpha* ($\alpha=0.927$). Semakin tinggi skor DSES yang diperoleh individu, mengindikasikan semakin tinggi spiritualitas individu tersebut, demikian juga sebaliknya.

Pada variabel *Subjective Well-Being* (SWB), peneliti menggunakan alat ukur SWLS dan SPANE dari Diener (1984). SWLS terdiri dari 5 item pernyataan dengan 7-point likert scale dengan nilai *internal consistency Cronbach's Alpha* ($\alpha=0.826$). Sedangkan SPANE terdiri dari 6 daftar emosi positif, 6 daftar emosi negatif dengan 5-point likert scale dengan nilai *internal consistency Cronbach's Alpha* ($\alpha=0.682$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.

Profil Demografis Responden

Kategori	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Perempuan	103	100
Rentang Usia	17-20th	2	1.95
	21-40th	33	32.03
	41-60th	53	51.45
	>60th	15	14.56
Pekerjaan	Tidak bekerja	76	73.79
	Bekerja	27	26.21
Pendidikan	S1	9	8.73
	SMA/SMK	50	48.54
	SMP	15	14.57
	SD	22	21.36
	Tidak sekolah	7	6.80
Status	Penduduk Asli	82	79.61
	Pendatang	21	20.39
Lama Tinggal	< 10 tahun	9	8.74
	10-20 tahun	19	18.45
	> 20 tahun	75	72.82

Data demografis yang digunakan oleh peneliti terdiri atas jenis kelamin, rentang usia, pekerjaan, pendidikan, status, lama tinggal. Seluruh responden penelitian adalah perempuan dengan 103

orang. Sebagian besar responden berada pada rentang umur 41-60 tahun atau tergolong dewasa madya sebesar 51.45%. Sebagian besar responden menyatakan bahwa mereka sebagai ibu rumah tangga

sebesar 73.79%. Mayoritas pendidikan responden adalah tamatan SMA/SMK sebesar 48.54%. Status responden sebagian besar adalah penduduk asli sebesar 79.61%. Dan sebagian besar responden telah tinggal di Kampung Lampion selama lebih dari 20 tahun dengan persentase sebesar 72.82%.

Tabel 2.

Statistik Deskriptif

	N	Mean	SD	SE
Spiritualitas	103	82.233	9.730	0.959
SWB	103	50.195	19.721	1.943

Peneliti melakukan analisis statistik deskriptif pada seluruh variabel. Hasil analisis statistik deskriptif yang disajikan pada tabel 2 menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki nilai rata-rata dan standar deviasi (M=82.233, SD=9.730), sedangkan *subjective well being* memiliki nilai rata-rata dan standar deviasi (M=50.195, SD=19.721).

Tabel 3.

Tabel Uji Hipotesis

Variable	SWB	Spiritualitas
SWB	Pearson's r	—
	p-value	—
Spiritualitas	Pearson's r	0.452 —
	p-value	< .001 —

Diketahui hasil uji asumsi pada kedua variabel menggunakan variabel menggunakan *shapiro-wilk test for bivariate normality*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.051 ($p > 0.05$) sehingga dapat dikatakan data terdistribusi secara normal. Karena data yang diperoleh memiliki distribusi normal, sehingga dilakukan uji hipotesis menggunakan korelasi *Pearson's Correlations*. Uji hipotesis dilakukan untuk melihat apakah hipotesis penelitian dapat diterima atau tidak. Hasil dari uji hipotesis diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.001 ($p < 0.05$) dengan nilai koefisien korelasi 0.452 yang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara spiritualitas dengan *subjective well being* pada

perempuan di Kampung Lampion Kota Malang. Makna koefisien korelasi 0.452 mengandung makna kedua variabel tersebut berkorelasi sedang satu sama lain.

Hasil penelitian ini mendukung temuan yang dilakukan oleh Compton (2005) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki spiritualitas yang tinggi akan cenderung memiliki tingkat *well being* yang lebih baik. Pada masa pandemi covid-19 yang memiliki dampak pada beberapa sektor kehidupan manusia, diperlukan peningkatan nilai spiritualitas pada individu untuk membantu mengatasi berbagai permasalahan kehidupan sehingga dapat mempertahankan *well being* mereka. Responden penelitian ini adalah mayoritas perempuan yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi. Selain itu mayoritas responden adalah dewasa madya yang memiliki rentang umur 41-60 tahun. Tingkat spiritualitas yang tinggi ini senada dengan temuan Iswati (2018) yang memaparkan bahwa manusia dewasa cenderung mampu menerima dan mengatasi beberapa permasalahan hidup karena telah menuju kestabilan beragama. Individu yang mengembangkan hubungan yang baik dengan Tuhan sebagai makhluk Tuhan dan memelihara relasi kepada sesama makhluk sosial akan mampu menginternalisasikan perasaan positif pada kehidupan mereka. Keadaan

spiritualitas yang mampu dikembangkan oleh individu akan mampu menciptakan *well being* pada kehidupan mereka. Temuan ini sejalan dengan istilah *spiritual well being* yang dikembangkan oleh Velasco-Gonzalez & Rioux (2013) yang merujuk pada keadaan dan perasaan positif pada pikiran dan perilaku pada individu sebagai hasil hubungan yang baik dengan dimensi transendem dan hubungan dengan orang lain.

Hasil penelitian yang dilakukan diperoleh bahwa tingkat *subjective well being* yang dirasakan oleh sebagian besar responden berada pada kategori sedang. Masa pandemi covid-19 yang belum berakhir ini berdampak pada hampir seluruh sektor kehidupan masyarakat. Dampak perubahan ini juga berdampak pada peran perempuan di masa pandemi. Baik perempuan yang bekerja maupun yang berstatus ibu rumah tangga juga memerlukan beberapa adaptasi terkait perubahan kebijakan seperti *physical distancing* dan pembatasan sosial berskala besar. Adanya regulasi pemerintah yang membuat beberapa kebijakan sekolah dan pekerjaan yang dapat dilakukan dari rumah yang dikenal sebagai *school from home* dan *work from home*, membuat perempuan

membutuhkan energi besar untuk beradaptasi. Ibu rumah tangga harus mendampingi anaknya yang bersekolah pada *platform* daring sekaligus menjadi guru bagi anaknya sendiri. Belum lagi pada kasus perempuan yang bekerja, tentu akan membutuhkan ekstra energi dalam menjaga keseimbangan peran sebagai pekerja yang harus tetap mendampingi anaknya belajar dari rumah. Beberapa perubahan adaptasi ini tentu berdampak pada kesejahteraan individu. Individu yang mampu meregulasi emosi dengan menyalurkan pada kegiatan keagamaan cenderung dapat menjaga dan memelihara tingkat *well being* mereka. Selain itu mereka mempercayai bahwa segala gejala yang ada di bumi merupakan ketetapan dari Tuhan yang Maha Esa sehingga tampak pada perilaku yang menerima bahwa pandemi covid ini merupakan takdir yang harus dijalani oleh seluruh umat yang ada di bumi. Hasil temuan ini sejalan dengan yang dipaparkan oleh Sangwon dkk. (2011) bahwa spiritualitas merupakan salah satu faktor yang dapat membantu individu untuk mengatasi kesulitan dan permasalahan serta dapat meningkatkan *subjective well-being*.

Dari hasil plot *correlation* antara variabel spiritualitas dan *subjective well being* ditemukan terdapat beberapa data responden yang memiliki sifat pencilan (*outlier*). Data tersebut tidak dibuang oleh peneliti. Jika data *outlier* tersebut tidak diikutkan dalam penghitungan korelasi kemungkinan akan diperoleh koefisien korelasi yang lebih tinggi dari nilai koefisien korelasi 0.452.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara spiritualitas dengan *subjective well being* pada perempuan di Kampung Lampion Kota Malang. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi spiritualitas maka akan semakin tinggi pula *subjective well being* mereka begitupun sebaliknya, semakin rendah spiritualitas perempuan maka akan semakin rendah pula *subjective well being*-nya. Responden pada penelitian ini masih terbatas pada kelompok agama Islam saja, maka disarankan pada penelitian selanjutnya untuk mengkaji dari sudut pandang aneka

ragam agama karena Indonesia sendiri memiliki penganut kepercayaan yang berbeda-beda.

DAFTAR PUSTAKA

- Arung, N. L. & Aditya, Y. (2021). Pengaruh Spiritualitas terhadap Subjective Well Being Mahasiswa Tingkat Akhir. *Indonesian Journal for The Psychology of Religion*, 1(1), 61-67. DOI: 10.24854/ijpr399
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research* 287, 112934.
- Compton, W. C. (2005) Introduction to Positive Psychology. New York: Thomson Wodsworth.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542- 575.
- Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer : subjective well-being contributes to health & longevity. *Applied Psychology : Health & Well-Being* 3(1), 1-43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). *Subjective well-being: the science of happiness and life satisfaction*. 63-73.
- Diener, E., Pressman, S. D., Hunter, J., Delgadillo-Chase, D. (2017). If, why, and when subjective well-being influences health, and future needed research. *Applied Psychology: Health and well being*, 9(2). 133-167. Doi: 10.1111/aphw.12090
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being : three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being : Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 39, 247-266.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). KMK No. HK.01.07-MENKES-413-2020 tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian COVID-19 (pp. 31–34).
- Iswati. (2018). Karakteristik Ideal Sikap Religiusitas Pada Masa Dewasa. *At-Tajdid*, 2(1).
- Lopez, S. J., Pedrotti, J. T., &

- Snyder, C. R. (2018). *Positive psychology: The scientific and practical explorations of human strengths*. Sage Publications.
- Nezlek, J. B., Krejtz, I., Rusanowska, M., & Holas, P. (2019). Within-Person Relationships Among Daily Gratitude, Well-Being, Stress, and Positive Experiences. *Journal of Happiness Studies*, 20(3), 883
- Ronen, T., Hamama, L., Rosenbaum, M., & Yarlapp, A. M. (2014). Subjective well-being in adolescence: the role of self-control, social support, age, gender, and familial crisis. *Journal Happiness Study*, DOI 10.1007/s10902-014-9585-5
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa-Hidup* (N. I. Sallama (ed.); 13th ed.). Penerbit Erlangga
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction (7th Ed)*. New York: John Wiley and Sons.
- Taris, Toon W., & Schaufeli, Wilmar. (2015). *Individual well-being and performance at work: A conceptual and theoretical overview*
- Underwood, L. G. (2011). The daily spiritual experience scale: Overview and results. *Religions*, 2(1), 29–50.
- Underwood, L. G. (2006). Ordinary spiritual experience: Qualitative research, interpretive guidelines, and population distribution for the Daily Spiritual Experience Scale. *Archive for the Psychology of Religion*, 28(1), 181-218.
- Underwood, L. G. & Teresi, J. (2002). The Daily Spiritual Experience Scale: Development, theoretical description, reliability, exploratory factor analysis, and preliminary construct validity using health related data. *Annals of Behavioral Medicine*, 24, 22-33.
- Velasco-Gonzalez, L., & Rioux, L. (2014). The Spiritual Well-Being of Elderly People: A Study of a French Sample. *J Relig Health*, 53. DOI 10.1007/s10943-013-9710-5, 1123-1137
- Vinkers, C. H., van Amelsvoort, T., Bisson, J. I., Branchi, I., Cryan, J. F., Domschke, K., Howes, O. D., Manchia, M., Pinto, L., de Quervain, D., Schmidt, M. V., & van der Wee, N. J. A. (2020). Stress resilience during the coronavirus pandemic. *European Neuropsychopharmacology*, 35, 12–16.