

**PERAN KOPING RELIGIUS, MAKNA HIDUP, DAN RESILIENSI
TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA
KALANGAN *HUFFADZ***

TESIS

**Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Derajat Magister Psikologi
Pada Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan**



Oleh:

MUHAMMAD SATRA

2008044038

**MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

**PERAN KOPING RELIGIUS, MAKNA HIDUP, DAN RESILIENSI
TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA
KALANGAN *HUFFADZ***

TESIS

**Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Derajat Magister Psikologi
Pada Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan**



Oleh:

MUHAMMAD SATRA

2008044038

**MAGISTER PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

PERAN KOPING RELIGIUS, MAKNA HIDUP, DAN RESILIENSI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA KALANGAN *HUFFADZ*

Dipersiapkan dan Disusun oleh:

MUHAMMAD SATRA
2008044038

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 06 Mei 2024

Susunan Dewan Penguji
Ketua/ Pembimbing



Prof. Dra. Alif Muarifah, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIPM. 19600202 198801 011 0612322

Penguji I



Prof. Dr. M. Noor Rochman Hadjam, SU
NIK. 3404072204500001

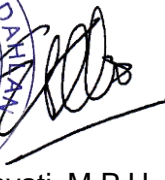
Penguji II



Dr. Siti Urbayatun, M.Si., Psikolog
NIPM.19670321.200002.01109374552

Tesis Ini Telah Diterima dan Disahkan Sebagai Salah Satu
Persyaratan Memperoleh Gelar Magister Psikologi
Tanggal. 22 Mei 2024

Dekan



Elif Nur Hayati, M.P.H., Ph.D., Psikolog
NIPM. 196606032005080110956982

APPROVAL

THE ROLE OF RELIGIOUS COPING, MEANING IN LIFE, AND RESILIENCE ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG *HUFFADZ*

Prepared and Compiled By:

MUHAMMAD SATRA
2008044038

Has been defended before the Board of
Examiners On May 6, 2024

Composition on the Board Of Examiners
Head/Supervisor



Prof. Dra. Alif Muarifah, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIPM. 19600202 198801 011 0612322

Examiner I



Prof. Dr. M. Noor Rochman Hadjam, SU
NIK. 3404072204500001


Examiner II



Dr. Siti Urbayatun, M.Si., Psikolog
NIPM.19670321.200002.01109374552

This Thesis been Accepted and Validated as One
Requirement for Obtaining a Master of Psychology Degree
On May 22, 2024

Dekan



Elif Nur Hayati, M.P.H., Ph.D., Psikolog
NIPM. 196606032005080110956982

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Satra

NIM : 2008044038

Email : Satra790@gmail.com

Program Studi: Magister Psikologi Sains

Fakultas : Psikologi

Judul Tesis : Peran Koping Religius, Makna Hidup, Dan Resiliensi Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Kalangan *Huffadz*. Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian dan implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan di setujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan.

Yogyakarta, 20 Mei 2024

Yang Menyatakan



Muhammad Satra
Nim. 2008044038

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Satra

NIM : 2008044038

Email : Satra790@gmail.com

Fakultas : Psikologi

Program Studi: Magister Psikologi Sains

Judul Tesis : Peran Koping Religius, Makna Hidup, Dan Resiliensi Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Kalangan *Huffadz*

Dengan ini saya menyerahkan hak sepenuhnya kepada Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut:

Saya (~~tidak mengizinkan~~ mengizinkan) karya tersebut diunggah ke dalam *Repository* Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 20 Mei 2024



Muhammad Satra
Nim. 2008044038

Mengetahui,
Pembimbing



Prof. Dra. Alif Muarifah, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIPM. 19600202 198801 011 0612322

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Bismillaahirrohmanirrohim

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Satra

NIM : 2008044038

Prodi : Magister Psikologi

Menyatakan Tesis yang sudah saya susun dengan judul "Peran Koping religius, Makna Hidup, Dan Resiliensi Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Kalangan *Huffadz*" ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, dan tidak dapat tulisan yang merupakan hasil plagiasi dan tulisan orang lain kecuali bagiantutipan yang telah disebutkan sumbernya di dalam naskah.

Jika dikemudian hari ternyata pernyataan saya ini tidak benar. maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Yogyakarta, 06 Mei 2024

Yang menyatakan



Muhammad Satra
NIM : 2008044038

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ١٥٣

Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar (QS. Al-Baqarah: 153)

Tentukan jalan hidupmu dengan keyakinan, tangguh dalam menghadapi tantangan, dan temukan makna dalam setiap perjuangan (Penulis)

PERSEMBAHAN

Puji dan syukur atas segala rahmat dan nikmat Allah SWT, atas rahmat dan nikmat-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada baginda Rasulullah SAW, yang telah menjadi panutan dan teladan dalam setiap aspek kehidupan.

Kepada orang tua saya, Bapak Hasansadi dan Bapak. Dr. Drs. H. Moh. Yusuf HM, MA terima kasih atas doa, cinta, dan dukungan tak henti-hentinya. Dan kepada Kedua orang tua saya, Kalian adalah sumber inspirasi terbesar bagi saya, dan segala pencapaian ini adalah hasil dari pengorbanan kalian yang sangat besar.

Terima kasih kepada pembimbing tesis saya, Prof. Dra. Hj. Alif Mu'arifah, S.Psi., M.Si., Ph.D atas bimbingan, dorongan, dan kesabaran yang diberikan selama proses penulisan tesis ini. Ilmu dan arahan yang Ibu berikan telah membantu saya berkembang secara akademik dan dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Saya juga ingin mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan sejawat, teman-teman, dan keluarga yang telah memberikan dukungan moral dan motivasi kepada saya selama perkuliahan ini.

Tidak lupa pula kepada semua pihak yang turut serta dalam penyediaan data dan informasi yang diperlukan untuk penelitian ini. Kontribusi kalian semua sangat berarti bagi kelancaran penyelesaian tesis ini.

Akhirnya, kepada semua yang tidak dapat disebutkan satu per satu namanya, tetapi telah memberikan dukungan dalam bentuk apapun, baik secara langsung maupun tidak langsung, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan Allah SWT menggantikannya dengan kebaikan pula.

Segala puji dan syukur hanya kepada Allah SWT yang telah memudahkan perjalanan ini. Semoga hasil karya ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan di masa yang akan datang.

Terima kasih

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya yang senantiasa melimpahkan keberkahan dalam setiap langkah perjalanan hidup sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Peran Koping Religius, Makna Hidup, Dan Resiliensi Terhadap Kesejahteraan Psikologis Dalam Kalangan *Huffadz*”. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada baginda Rasulullah SAW, yang telah menjadi panutan dan teladan dalam setiap aspek kehidupan.

Penulisan tesis ini merupakan sebuah perjalanan intelektual yang memerlukan dedikasi, ketekunan, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini, saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada semua yang telah turut serta dalam proses penyelesaian tesis ini. Penyusunan tesis ini terselesaikan atas bantuan, arahan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menghaturkan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Muchlas, M.T. Rektor Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta atas kesempatannya untuk mendapatkan dan menambah bekal ilmu pengetahuan di Universitas Ahmad Dahlan.
2. Dra. Elli Nur Hayati, MPH., Ph.D., Psikolog, Dekan Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, yang telah memberikan fasilitas dan akses untuk kelancaran penelitian, Sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik.

3. Dr. Ir. Nina Zulida Situmorang, M. Si. Ketua Program Studi Magister Psikologi Pascasarjana Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memberikan fasilitas dan sarana untuk menuntut ilmu kepada penulis.
4. Prof. Dra. Alif Mu'arifah, S.Psi., M. Si., Ph.D Dosen Pembimbing Tesis yang dengan sangat sabar meluangkan waktu dan ilmu guna membimbing, mengarahkan, memotivasi, dan memberikan saran serta masukan yang membangun sehingga tesis ini dapat terselesaikan.
5. Prof. Dr. H.M. Noor Rochman Hadjam, S.U.Psi. Dosen penguji 1 yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan dalam perbaikan tesis ini.
6. Dr. Siti Urbayatun, M.Si., Psi Dosen penguji 2 yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan dalam perbaikan tesis ini.
7. Bapak Hasansadi, orang tua kandung saya yang senantiasa memberikan motivasi kepada saya, sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Dr. Drs. H. Moh. Yusuf HM. MA orang tua angkat saya yang senantiasa memberikan bantuan baik secara moril maupun materil sehingga saya dapat menyelesaikan pendidikan tingkat Magister.
9. Bapak dan Ibu dosen serta staf TU Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah membimbing dan membantu penulis dalam proses belajar serta pengurusan akademik.
10. Kepada Saudara-saudara saya, Abang Aristian, Ayuk Nuraipeh, Abang Hardiansyah, S.Sy, Abang Jonaidi dan seluruh keluarga besar yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu yang terus memberikan dukungan baik secara moril maupun materil.

11. Teman-teman sekelas dan seperjuangan yang selalu memberikan semangat serta kebersamaan perjuangan ini hingga akhir.

Akhir kata, semoga tesis ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi yang positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan masyarakat pada umumnya. Segala kekurangan dan kesalahan yang ada, saya mohon maaf yang sebesar-besarnya. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua.

Yogyakarta, 06 Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	vii
HALAMAN PERSETUJUAN	viii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES.....	vii
KEASLIAN PENELITIAN	vii
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
Abstrak	1
<i>Abstract</i>	2
PENDAHULUAN.....	3
METODE	19
HASIL	27
DISKUSI	38
KESIMPULAN	51
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel. 1 Blueprint Skala Kesejahteraan Psikologis	22
Tabel. 2 Seleksi Aitem Gugur Skala Kesejahteraan Psikologis	22
Tabel.3 Blueprint Skala Koping religius	23
Tabel.4 Seleksi Aitem Gugur Skala Koping Religius	24
Tabel.5 Blueprint Skala Makna Hidup	24
Tabel.6 Seleksi Aitem Gugur Skala Makna Hidup	25
Tabel.7 Blueprint Skala Resiliensi	26
Tabel.8 Seleksi Aitem gugur Skala Resiliensi	26
Tabel.9 Karakteristik Demografi	28
Tabel.10 Uji Normalitas	29
Tabel.11 Uji Multikolinieritas	30
Tabel.12 Uji Heteroskedasitas	30
Tabel.13 Hasil Uji Analisis Regresi Berganda (Uji F Simultan)	31
Tabel.14 Hasil Analisis Regresi Berganda (Uji t-Parsial)	32
Tabel.15 Uji Linieritas	33
Tabel.16 Nilai Sumbangan Variabel Bebas Terhadap Variabel Tergantung	34
Tabel.17 Skor Empirik dan Hipotetik	35
Tabel.18 Norma Kategorisasi	36
Tabel.19 Kategorisasi Skor Koping religius	36
Tabel.20 Kategorisasi Skor Makna hidup	37
Tabel.21 Kategorisasi Resiliensi	37
Tabel.22 Kategorisasi Kesejahteraan psikologis	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar. 1 Model Kerangka Penelitian.....	18
--	----

PERAN KOPING RELIGIUS, MAKNA HIDUP, DAN RESILIENSI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA KALANGAN HUFFADZ

Muhammad Satra

Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan

Muhammadsatra8@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran Koping religius, Makna Hidup, dan Resiliensi terhadap Kesejahteraan Psikologis pada kalangan Huffadz. penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi pada penelitian ini adalah *huffadz*. Populasi terdiri dari *huffadz* berusia 20-40 tahun dengan hafalan Al-Quran 30 Juz, dipilih melalui teknik *purposive sampling*, dengan total sampel 75. Penelitian ini menggunakan skala kesejahteraan psikologis, skala koping religius, skala makna hidup, dan skala resiliensi. teknik analisis data menggunakan regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan nilai F hitung sebesar 26.665 dengan probabilitas 0.000 ($p < 0.01$) analisis tersebut menunjukkan bahwa koping religius, makna hidup, dan resiliensi secara simultan memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Selanjutnya pada hipotesis minor pertama, nilai sebesar $p = 0.000$ ($p < 0.01$) artinya terdapat pengaruh positif yang sangat signifikan antara koping religius dengan kesejahteraan psikologis. Selanjutnya untuk hipotesis minor kedua adalah terdapat pengaruh positif yang sangat signifikan antara makna hidup dengan kesejahteraan psikologis diperoleh nilai signifikansi sebesar ($0,000 < 0,01$). Kemudian pengaruh positif yang sangat signifikan antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis diperoleh nilai signifikansi sebesar ($0,023 < 0,05$). Dari data diatas menunjukkan bahwa baik koping religius, makna hidup maupun resiliensi pengaruh positif yang sangat signifikan terhadap kesejahteraan psikologis.

Kata kunci: Huffadz, Kesejahteraan Psikologis, Koping Religius, Makna Hidup, Resiliensi

THE ROLE OF RELIGIOUS COPING, MEANING IN LIFE, AND RESILIENCE ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG HUFFADZ

Muhammad Satra
Master of Psychology at Ahmad Dahlan University
Muhammadsatra8@gmail.com

Abstract

This study aims to analyze the role of Religious Coping, Meaning in Life, and Resilience on Psychological Well-being among Huffadz. This research utilized a quantitative approach with the population of this study being Huffadz. The population consists of Huffadz aged 20-40 years with memorization of the Quran's 30 Juz, selected through purposive sampling technique, with a total sample of 75. This study employed scales of psychological well-being, religious coping, meaning in life, and resilience. Data analysis technique used multiple linear regression. The results showed an F value of 26.665 with a probability of 0.000 ($p < 0.01$), indicating that religious coping, meaning in life, and resilience simultaneously have a very significant influence on psychological well-being. Furthermore, for the first minor hypothesis, the value of $p = 0.000$ ($p < 0.01$) implies a very significant positive influence between religious coping and psychological well-being. Additionally, for the second minor hypothesis, there is a very significant positive influence between meaning in life and psychological well-being obtained with a significance value of ($0.000 < 0.01$). Then, a very significant positive influence between resilience and psychological well-being is obtained with a significance value of ($0.023 < 0.05$). The data above indicate that both religious coping, meaning in life, and resilience have a very significant positive influence on psychological well-being.

Keywords: Huffadz, Psychological Well-being, Religious Coping, Meaning in Life, Resilience