HUBUNGAN ANTARA *RELIGIOUS STRUGGLE* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA BERLATAR BELAKANG PENDIDIKAN PESANTREN

TUGAS AKHIR

SKRIPSI

ANISA TRI YANUATY

46122010048

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

(2026)

lib.mercubuana.ac.id

HUBUNGAN ANTARA *RELIGIOUS STRUGGLE* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA BERLATAR BELAKANG PENDIDIKAN PESANTREN

TUGAS AKHIR

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

ANISA TRI YANUATY

46122010048

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

(2026)

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Anisa Tri Yanuaty
NIM	:	46122010048
Fakultas/Program Studi	:	Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:
"Hubungan *Religious Struggle* Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Berlatar Belakang Pendidikan Pesantren" adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum dan saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 3 Agustus 2026



Anisa Tri Yanuaty

lib.mercubuana.ac.id

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama	: Anisa Tri Yanuaty
NIM	: 46122010048
Program Studi	: S1 Psikologi

dengan judul
"Hubungan *Religious Struggle* Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Berlatar Belakang Pendidikan Pesantren", telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 13 Juli 2026, didapatkan nilai persentase sebesar 24 %.

Jakarta, 3 Agustus 2026
Administrator Turnitin

Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama	:	Anisa Tri Yanuaty
NIM	:	46122010048
Fakultas/Program Studi	:	Psikologi
Judul Tugas Akhir	:	HUBUNGAN ANTARA *RELIGIOUS STRUGGLE* DENGAN *PSYCHOLOGICALL WELL-BEING* PADA MAHASISWA BERLATAR BELAKANG PENDIDIKAN PESANTREN

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 14 Agustus 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing

Dana Riksa Buana, S.Psi., M.A., Ph.D
NIDN/NUPTK: 0322128802

Jakarta, 14 Agustus 2026
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D
NIDN/NUPTK: 0316058002

Ketua Program Studi Psikologi

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog
NIDN/NUPTK: 0324068701

lib.mercubuana.ac.id

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, S.Psi, MA., M.Psi., Ph.D, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi
3. Ibu Karisma Riskinanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi
4. Kepada Bapak Dana Riksa Buana, S.Psi., M.Psi., Ph.D selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
5. Kepada mama dan bapak, terimakasih sudah mengerahkan seluruh kesanggupan kalian untuk memberikan saya pendidikan yang layak dan juga doa yang selalu kalian panjatkan untuk setiap proses yang sedang saya jalani. Saya sangat bersyukur memiliki orangtua yang mengusahakan pendidikan anak-anaknya dengan segala keterbatasan ekonomi yang kami miliki.
6. Kepada kakak saya, Apriya Rasmawati yang juga turut berkontribusi dalam berjalannya pendidikan sarjana saya. Terimakasih sudah memberikan sebagian tenaga dan bantuan finansial yang berharga, semoga cita-citamu tercapai.
7. Kepada sahabat-sahabat saya, Nikmah Aulia, Gianina Almeira, Jentyna Angel dan Nur Faradilah yang sudah setia menemani saya sampai bisa berada di titik ini. Terutama Aul dan Gia yang menjadi saksi atas cerita-cerita hidup saya. Terimakasih sudah selalu ada, menyaksikan, mendampingi, melengkapi dan mengiringi setiap langkah saya, lika-liku pahit dan manis kehidupan saya,

lib.mercubuana.ac.id

perkembangan saya sekecil apapun, keputusan-keputusan, memberikan bunga pertama dalam hidup saya dan membersamai bertambahnya usia saya setiap tahunnya. Saya yakin mereka semua adalah hadiah permintaan maaf dari Tuhan untuk saya. Tanpa mereka semua saya tidak akan sampai disini.

8. Kepada semua teman-teman di Psikologi Universitas Mercu Buana yang tak bisa saya sebutkan satu persatu. Terimakasih sudah setia menemani dan menjadi pelengkap perjalanan saya dalam meraih gelar sarjana ini, sukses untuk kita semua dan semoga semesta mempertemukan kita lagi.
9. Kepada figur-figur publik yang menemani proses pembuatan skripsi saya lewat karya-karya mereka. Terimakasih Eiichiro Oda sudah merangkai cerita *One Piece* yang menjadi salah satu motivasi saya untuk terus melanjutkan hidup. Terimakasih J.K Rowling sudah menciptakan dunia sihir dengan *house Slytherin* yang saya cintai sepenuh hati. Terimakasih George R.R. Martin sudah menulis dan menciptakan semesta *Game of Thrones* dikala dunia yang saya tinggali tidak se-*amazing Westeros* dan *Essos*. Terimakasih The Duffer Brothers sudah menciptakan dunia *Stranger Things* yang tak bosan saya *rewatch* berulang kali. Terimakasih Stan Lee beserta jajaran rekan-rekannya yang telah menciptakan *Marvel Cinematic Universe* (MCU) dan para pemeran yang semakin menghidupkan nuansa superhero yang menemani saya sejak kecil dan menjadi hiburan selama saya mengerjakan skripsi ini.
10. Kepada Kantor Perpustakaan dan Arsip Kota (KPAK) Administrasi Jakarta Barat. Saksi bisu ketika saya *struggle* dan *stuck* dalam mencari ide untuk skripsi ini, atau ketika saya tenggelam dalam buku menikmati ruangan dingin dan waktu sendirian yang menenangkan.
11. Kepada klub sepak bola tercinta, Liverpool Football Club yang telah menemani saya melewati berbagai fase dalam perjalanan penyelesaian skripsi ini.
12. Tentunya kepada diri saya sendiri, Anisa Tri Yanuaty. Jika kamu bertemu dirimu sendiri yang berusia 13 tahun pasti dia tidak akan menyangka bahwa kamu masih hidup, berdiri di titik ini dan memiliki gelar di belakang namamu. Gelar ini tidak akan menghentikan langkahmu, kamu akan terus berlari mengejar anganmu, mewujudkan mimpi-mimpi yang sudah tersusun rapih di kepalamu, menaiki pesawat pertamamu, menghirup udara tanpa polusi, *and*

lib.mercubuana.ac.id

living in the best place where you belong. Seiring bertumbuhnya kamu dan di sela-sela perjalananmu semoga kita bisa saling memaafkan, ia hanya anak 13 tahun dan orang-orang yang menyakitimu juga akan bertumbuh layaknya kamu. Semua manusia berhak mendapatkan kata maaf dan memaafkan, termasuk dirimu sendiri.

13. Terakhir, untuk para responden yang turut berkontribusi dalam skripsi ini. Peran kalian bukan hanya sekedar keperluan data, tapi pintu kesadaran bahwa pergulatan batin yang kalian rasakan bukanlah hal yang aneh, tabu atau anomali. Semoga saya dan para peneliti selanjutnya akan memberikan pengaruh positif pada stigma ber-agama yang kaku dan otoritatif. Tidak hanya responden, namun juga kalian yang merasa *relate* dengan penelitian saya, kalian bukan pemberontak, pembangkang atau keluar jalur dari agama. Kalian hanyalah manusia yang sedang mencari kebenaran, arti dan makna sebagai makhluk ber-Tuhan. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Ankabut ayat 69, mereka yang bersungguh-sungguh dalam mencari jalan menuju-Nya akan ditunjukkan jalan-jalan kebaikan.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 14 Agustus 2026

Penulis

lib.mercubuana.ac.id

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Anisa Tri Yanuaty
NIM	:	46122010048
Fakultas/Program Studi	:	Psikologi
Judul Tugas Akhir	:	Hubungan Antara *Religious Struggle* Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Berlatar Belakang Pendidikan Pesantren

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 11 September 2026
Yang menyatakan,



Anisa Tri Yanuaty

lib.mercubuana.ac.id

HUBUNGAN ANTARA *RELIGIOUS STRUGGLE* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA MAHASISWA BERLATAR BELAKANG PENDIDIKAN PESANTREN

ANISA TRI YANUATY

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *religious struggle* dan *psychological well-being* pada mahasiswa berlatar belakang pendidikan pesantren. *religious struggle* merupakan pengalaman konflik, keraguan, dan ketegangan dalam kehidupan keberagamaan yang dapat berkaitan dengan hubungan individu dengan Tuhan, keyakinan agama, makna hidup, moralitas, maupun lingkungan sosial keagamaan. Sementara itu, *psychological well-being* menggambarkan kesejahteraan psikologis individu yang meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Responden penelitian berjumlah 126 mahasiswa berusia 18–23 tahun yang memiliki latar belakang pendidikan di pesantren khalaf/modern selama minimal tiga tahun dan masih aktif mengikuti kegiatan religius terstruktur. Pemilihan responden dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan Skala *religious struggle* yang terdiri dari 26 aitem dengan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,919 dan Skala *psychological well-being* yang terdiri dari 18 aitem dengan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,818. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan korelasi Pearson setelah memenuhi asumsi normalitas. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *religious struggle* dan *psychological well-being*, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0{,}433$ dan $p < 0{,}001$. Hubungan tersebut berada pada kategori sedang, sehingga semakin tinggi *religious struggle*, semakin tinggi pula *psychological well-being* pada responden. Secara deskriptif, mayoritas responden memiliki *religious struggle* pada kategori sedang sebanyak 79 orang (62,7%), sedangkan *psychological well-being* mayoritas berada pada kategori tinggi sebanyak 82 orang (65,1%). Temuan ini menunjukkan bahwa *religious struggle* pada mahasiswa berlatar belakang pendidikan pesantren tidak selalu berkaitan dengan rendahnya *psychological well-being*, tetapi dapat berjalan bersamaan dengan proses refleksi diri, pencarian makna, dan pembentukan identitas religius yang adaptif.

Kata kunci: *Religious struggle*, *psychological well-being*, mahasiswa alumni pesantren.

lib.mercubuana.ac.id

THE RELATIONSHIP BETWEEN RELIGIOUS STRUGGLE AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG UNIVERSITY STUDENTS WITH A PESANTREN EDUCATIONAL BACKGROUND

ANISA TRI YANUATY

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between religious struggle and psychological well-being among university students with a pesantren educational background. Religious struggle refers to experiences of conflict, doubt, and tension in religious life that may involve an individual's relationship with God, religious beliefs, meaning in life, morality, and religious social environment. Meanwhile, psychological well-being reflects an individual's psychological well-being, including self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, and personal growth. This study employed a quantitative approach with a correlational design. The participants consisted of 126 university students aged 18–23 years who had studied at a khalaf/modern pesantren for at least three years and remained actively involved in structured religious activities. Participants were selected using purposive sampling. Data were collected using a 26-item religious struggle Scale with a Cronbach's Alpha reliability coefficient of 0.919 and an 18-item psychological well-being Scale with a Cronbach's Alpha reliability coefficient of 0.818. The data were analyzed using descriptive statistics and Pearson correlation after meeting the assumption of normality. The results showed a significant positive relationship between religious struggle and psychological well-being, with a correlation coefficient of $r = 0.433$ and $p < 0.001$. The correlation was categorized as moderate, indicating that higher levels of religious struggle were associated with higher levels of psychological well-being among the respondents. Descriptively, the majority of respondents had a moderate level of religious struggle, with 79 respondents (62.7%), while the majority had a high level of psychological well-being, with 82 respondents (65.1%). These findings indicate that religious struggle among university students with a pesantren educational background is not necessarily associated with lower psychological well-being, but may occur alongside processes of self-reflection, meaning-making, and adaptive religious identity development.

Keywords: *Religious struggle, psychological well-being, university students with pesantren backgrounds.*

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL 0

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI ii
HALAMAN SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN iii
HALAMAN PENGESAHAN iv
KATA PENGANTAR v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH DI REPOSITORI UMB viii

ABSTRAK ix
ABSTRACT x
DAFTAR ISI xi
DAFTAR TABEL xiv
DAFTAR GAMBAR xv
DAFTAR LAMPIRAN xvi
BAB I PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 4
1.3 Tujuan Penelitian 5
1.4 Manfaat Penelitian 5
1.4.1 Manfaat Teoretis 5
1.4.2 Manfaat Praktis 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 7
2.1 *Psychological Well-Being* 7
2.1.1 Definisi *Psychological Well-Being* 7
2.1.2 Dimensi *Psychological Well-Being* 7
2.1.3 Faktor-faktor Yang Memengaruhi *Psychological Well-Being* 11
2.2 *Religious Struggle* 13
2.2.1 Definisi *Religious Struggle* 13
2.2.2 Dimensi *Religious Struggle* 14

lib.mercubuana.ac.id

2.2.3 Dampak *Religious Struggle* Terhadap Keberfungsian Psikologis Dan Spiritual 20
2.3 Penelitian Terdahulu 24
2.4 Dinamika Penelitian 40
2.5 Kerangka Berpikir 43
2.6 Hipotesis Penelitian 44
BAB III METODE PENELITIAN 45
3.1 Desain Penelitian 45
3.2 Populasi dan Sampel 45
3.2.1 Populasi 45
3.2.2 Sampel 46
3.3 Definisi Operasional 48
3.3.1 *Psychological well-being* pada Individu Berlatar Belakang Pesantren 48
3.3.2 *Religious struggle* 49
3.4 Instrumen Penelitian 49
3.4.1 Skala *Psychological Well-Being* (Validitas & Reliabilitas) 49
3.4.2 Skala *Religious and Spiritual Struggles Scale* (Validitas & Reliabilitas) 52
3.5 Analisis Data yang Digunakan 54
3.5.1 Analisis Deskriptif 54
3.5.2 Analisis Inferensial (Uji Asumsi Klasik dan Uji Hipotesis) 54
3.5.3 Uji Tambahan 55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 57
4.1 Gambaran Umum Subjek 57
4.2 Hasil Analisis Deskriptif 58
4.3 Kategorisasi Skor Variabel Penelitian 59
4.4 Uji Asumsi Klasik 61
4.4.1 Uji Normalitas 61
4.4.2 Uji Hipotesis 62
4.5 Uji Tambahan 63
4.5.1 Uji Korelasi antar Dimensi 63
4.5.2 Perbedaan *psychological well-being dan religious struggle* Berdasarkan Jenis Kelamin (Independent Sample T-Test) 65
4.5.3 Perbedaan *psychological well-being dan religious struggle* berdasarkan kelompok usia dan durasi pendidikan di pesantren (One-Way ANOVA) 66

lib.mercubuana.ac.id

4.6 Pembahasan 69
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 84
5.1 Kesimpulan 84
5.2 Implikasi Penelitian 84
5.3 Keterbatasan Penelitian..... 85
5.4 Saran 86
DAFTAR PUSTAKA 88
LAMPIRAN..... 95

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu 24
Tabel 3.1 Hasil Perhitungan G*Power 48
Tabel 3.2 Skala Likert Psychological well-being 50
Tabel 3.3 Skala Blueprint Psychological well-being 50
Tabel 3.4 Skala Likert Religious and Spiritual Struggle Scale 52
Tabel 3.5 Skala Blueprint Religious and Spiritual Struggle Scale 53
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 57
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia 57
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Durasi di Pesantren 58
Tabel 4.4 Analisis Deskriptif Variabel Religious struggle dan Psychological well-being 59
Tabel 4.5 Kategorisasi Variabel Religious struggle 59
Tabel 4.6 Kategorisasi Variabel Psychological well-being 60
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov 61
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Skewness-Kurtosis 62
Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi Pearson 62
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi antar Dimensi 63
Tabel 4.11 Hasil Uji T Berdasarkan Jenis Kelamin 65
Tabel 4.12 Hasil Uji One-Way ANOVA Religious struggle Berdasarkan Usia 66
Tabel 4.13 Hasil Uji One-Way ANOVA Psychological well-being Berdasarkan Usia 67
Tabel 4.14 Hasil Uji One-Way ANOVA Religious struggle Berdasarkan Durasi di Pesantren 68
Tabel 4.15 Hasil Uji One-Way ANOVA Psychological well-being Berdasarkan Usia 68

UNIVERSITAS MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Kerangka Berpikir 43

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Alat Ukur 95
Lampiran 2 Informed Consent 95
Lampiran 3 Screenshoot Respon Kuesioner 96
Lampiran 4 Lembar form Expert Judgement Religious Struggl 96
Lampiran 5 Lembar Form Expert Judgement Psychological well-being 97
Lampiran 6 Blueprint Item Religious struggle 99
Lampiran 7 Blueprint Item Psychological well-being 101
Lampiran 8 Skor Validitas Konten dan Item Religious struggle 102
Lampiran 9 Skor Validitas Konten dan Item Psychological well-being 106
Lampiran 10 Perhitungan Aikens'V Religious struggle 109
Lampiran 11 Perhitungan Aikens'V Psychological well-being 110
Lampiran 12 Bukti Bimbingan 111
Lampiran 13 Curicculum Vitae 112

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

lib.mercubuana.ac.id