

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Komunitas sel (komsel) adalah tempat belajar mempraktekkan hubungan kekeluargaan berupa kepedulian satu sama lain, kasih persaudaraan, rasa saling memiliki, rasa saling menjaga satu sama lain. Komsel tidak hanya berbicara tentang apa saja yang kita terima, tetapi juga apa yang dapat kita berikan untuk komsel dan bagaimana kita memperhatikan kepentingan orang lain (dalam GBI Jemaat Keluarga 2014). Komsel biasanya berdiri di bawah naungan sebuah Gereja, dan salah satunya adalah Gereja “X” yang berada di Bandung. Gereja “X” berdiri pada tanggal 29 Juli 2014 dan selama 5 tahun berdiri hingga tahun 2019 jumlah komsel terdapat 68 buah.

Peneliti merupakan bagian dari anggota Gereja dan komsel “X”, sehingga peneliti mencoba melakukan survey pada 10 anggota, dan didapatkan hasil bahwa menurut mereka komsel di Gereja “X” Bandung ini berbeda dari komsel lainnya, karena terbagi berdasarkan rentang usia yang mirip dan pembagian lokasi komsel berdasarkan demografi yang memudahkan mereka untuk datang, selain itu sangat terasa kekeluarganya membuat mereka terasa disambut dengan sangat baik. Banyak dari mereka yang telah tergabung dalam komsel di Gereja lain sebelumnya namun tidak mendapatkan seperti yang diharapkan, tidak ada dampak perubahan bagi hidupnya karena hanya sekedar berkumpul dan berbincang santai.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengurus Gereja, visi Gereja “X” adalah menjadi murid Kristus yang menyatakan Kerajaan Allah melalui seluruh bagian kehidupan di kota di mana Tuhan tempatkan. Misi Gereja “X” adalah membangun keintiman dengan Tuhan, menghidupi Firman Tuhan, membangun keluarga yang bahagia, berhasil dalam

profesi yang Tuhan percayakan, dan memberkati kota. Komunitas sel dan Gereja “X” ini memiliki visi yang sejalan dimana Gereja “X” adalah Gereja komunitas, sehingga jemaat Gereja yang telah tergabung dalam komsel baru diakui sebagai anggota Gereja “X”, karena pada Gereja tersebut tidak ada kartu anggota.

Pengurus Gereja “X” pun mengemukakan, melalui komsel ini masing-masing anggota memiliki kesempatan yang sama untuk berbagi, mendapat dan menanggapi sesuatu, selain itu mereka juga memiliki kesempatan untuk mempraktekkan ajaran agamanya lebih banyak, misalnya mengampuni anggota lain yang kurang berkenan, sehingga *goalnya* dapat menjadikan ajaran agamanya dipraktekkan dalam kehidupan bukan hanya ada di kepala. Komsel bermanfaat dalam jalur komunikasi dari pemimpin-pemimpin Gereja sampai kepada seluruh jemaat, karena tidak selalu individu dapat berkomunikasi intens dengan para pemimpin. Jadi informasi dari pemimpin Gereja, ke kepala departemen, ke kepala bidang, mentor-mentor, ketua komsel, lalu ke anggota komsel. Sehingga benar-benar bisa membawa 1 perahu besar ke arah yang sama dengan jalur komunikasi yang efektif. Komsel dikatakan efektif karena komsel sifatnya dua arah sedangkan Gereja sifatnya satu arah, dengan begitu mereka bisa lebih aktif dan jika ada pertanyaan bisa ditanyakan, sehingga ganjalan-ganjalan yang ada di hati jemaat pun dapat terjawab.

Komsel Gereja “X” dilaksanakan konsisten setiap hari selasa, dengan kegiatan berdoa, *sharing*, *sunday review*, pelayanan WL, pelayanan musik dan menyanyi. Melalui kegiatan *sharing*, mereka menceritakan masing-masing pengalaman dan masalah mereka kepada teman-temannya. Dengan adanya kegiatan *sunday review* yaitu mengulang kembali bahasan mengenai topik yang dibicarakan dalam ibadah hari Minggu, kemudian dibahas lebih mendalam dan dilengkapi dengan kegiatan *sharing* bersama sesama anggota komsel diharapkan mereka dapat memeriksa kembali atau melakukan introspeksi diri mereka apakah ada yang kurang, apakah ada kesalahan yang sering mereka lakukan, kemudian apa yang

harus mereka lakukan untuk memperbaiki kekurangannya tersebut. Melalui evaluasi diri, mereka diajarkan untuk lebih mengembangkan diri mereka menuju kearah yang lebih positif. Mereka yang memiliki masalah pun akan diadakan diskusi dan Doa bersama untuk orang yang bersangkutan, saling menguatkan dan mendukung satu sama lain agar dapat bertumbuh menjadi pribadi yang semakin positif. Tidak sekedar *sharing*, tetapi dilatih juga untuk berani membuat suatu komitmen mengambil langkah maju, yang dapat meningkatkan kualitas dirinya. Pada komsel ini juga mereka berkumpul bersama untuk menyanyi memuji Tuhan dan membaca Alkitab. Dengan membaca Alkitab bersama, mereka juga diajarkan untuk menemukan tujuan hidup mereka. Tujuan hidup mereka seperti menyenangkan Tuhan dan menjadi individu yang sesuai dengan ajaran agamanya. Selain itu kegiatan komsel ini berguna untuk memahami bahwa individu memiliki pegangan hidup yang diyakininya yaitu agama, dirinya tidak sendiri di dunia ini, dan mempercayai bahwa Tuhan selalu ada dan membantu dirinya.

Hal-hal tersebut mengarah pada dimensi dari religiusitas yang membuat mereka dapat terfasilitasi untuk lebih percaya diri dalam menghadapi masalah sehari-hari mereka. Segala aktivitas yang dilaksanakan pada komsel "X" bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan anggota terhadap Tuhan, membantu anggota komsel "X" merasakan hadirat dan mengalami pengalaman pribadi dengan Tuhan, serta meningkatkan ketekunan anggota untuk berdoa dan membaca Alkitab. Kegiatan-kegiatan pada komsel tersebut dapat mereka kembangkan atau gunakan sebagai salah satu sarana untuk lebih meningkatkan religiusitas mereka.

Menurut Glock & Stark (1968) religiusitas adalah keadaan atau kualitas seseorang dalam komitmennya terhadap suatu agama yang meliputi pengetahuan agama, keyakinan agama, praktik pribadi, praktik publik, dan penghayatan agama. Individu yang memiliki religiusitas maka akan mampu mempertimbangkan apa yang dianggap benar oleh seseorang, mampu mempraktekkan keagamaannya secara personal maupun secara umum, memiliki

penghayatan terhadap Tuhan dan agamanya, memiliki ketertarikan terhadap aspek-aspek agama yang mereka anut, dan mampu mengimplikasikan ajaran agamanya. Individu dengan religiusitas tinggi maka akan memiliki sikap hidup tidak mudah terombang-ambing atau terbawa isu-isu duniawi yang menggiurkan di zaman yang semakin pesat ini, karena individu memiliki iman, sehingga selalu menjaga baik hubungan intim dan selalu mengandalkan Tuhan, tidak banyak mengeluh tetapi lebih berserah namun tetap diiringi usaha karena percaya Tuhan pasti memberikan yang terbaik untuk anakNya walaupun jalan yang ditempuh harus berliku atau tidak mudah.

Banyak yang awalnya datang komsel hanya sebagai anggota biasa, namun dengan seiring berjalannya waktu dan pengalaman mereka, mereka menjadikan datang ke komsel sebagai *habbit* dan mulai tergerak untuk mengambil bagian dalam komsel tersebut. Individu yang memiliki sikap hidup dengan religiusitas tinggi lalu mempraktekkannya dan mempersepsi tantangan yang ada dalam hidupnya dengan positif maka individu dapat mencapai *psychological well being* (Ryff,1989).

*Psychological well being* adalah persepsi seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk mencapai serta memenuhi tantangan dalam hidupnya, sehingga merasa hidupnya bermakna (Ryff, 2002). *Psychological well being* dapat dilihat dari 6 dimensi yaitu *self-acceptance, positive relationship with others, personal growth, environmental mastery, purpose in life, dan autonomy*.

Seseorang yang dikatakan memiliki *psychological well being* tinggi jika memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat mengembangkan diri sebaik mungkin dan berusaha terus mengeksplorasinya, memiliki tujuan-tujuan yang membuat hidup mereka bermakna, mampu memilih serta menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan-kebutuhan mereka, mampu membuat keputusan dan meregulasi perilaku mereka sendiri, serta dapat merasa puas atas hidupnya sehingga merasa hidupnya bermakna.

Sedangkan untuk *psychological well being* yang rendah yaitu tidak mampu mengembangkan dan mengeksplor diri dengan baik, tidak memiliki tujuan yang membuat hidupnya bermakna, tidak mampu memenuhi kebutuhan dan mengambil keputusan, sehingga tidak puas dengan hidupnya serta merasa tidak bermakna.

Setelah aktif mengikuti kegiatan komsel di Gereja “X” banyak yang hidupnya 180 derajat berubah, mereka lebih berserah pada Tuhan atas hidupnya, berserah bukan berarti pasrah tetapi lebih mengandalkan Tuhan dalam segala hal atau yang disebut sebagai iman. Berdasarkan hasil survey pada 10 orang anggota komsel Gereja “X” Bandung, sebelum mengikuti kegiatan komsel mereka memiliki latar belakang banyak masalah, mulai dari pertengkaran dengan orang tua terdapat 80% dari 10 orang, masalah pekerjaan 50% dari 10 orang, sampai terjerumus pada obat-obat terlarang terdapat 20% dari 10 orang. Alhasil sekarang terbukti dari *sharing* yang mereka sampaikan banyak yang telah sukses dalam karir, relasi dan kehidupan pribadinya, sehingga menjadi berkat dan menginspirasi orang lain.

Hal tersebut didapat melalui, individu belajar untuk dapat menerima baik dan buruknya diri sendiri (*self acceptance*) melalui kegiatan *sharing*, dimana individu memiliki porsi untuk bercerita atau bicara dan mendengarkan pengalaman orang lain, secara tidak langsung individu akan mempunyai kesempatan untuk merenungkan diri dan melihat kembali dia salah dimana, benar dimana dan perlu memperbaiki yang mana. Mereka juga dapat belajar mengembangkan *positif relationship with others* yaitu kemampuan bersosialisasi, berkomunikasi, serta percaya diri dengan adanya kesempatan untuk bercerita, berpendapat, bertanya dan memimpin melakukan pelayanan seperti *worship leader* dan *Sunday review*, alhasil berdasarkan survey mereka mengalami peningkatan percaya diri dalam bersosialisasi yang membuat komsel “X” juga sangat terasa kekeluargaannya. Ketika ada masalah, individu mempunyai opsi tambahan untuk bercerita pada teman, dimana setiap orang akan memiliki respon yang berbeda, karena tidak baik juga ketika ada sesuatu atau masalah selalu hanya

cerita kepada Tuhan, kita perlu menjadi dewasa karena Tuhan belum tentu menjawab secara langsung kepada kita, bisa juga lewat orang-orang lain, namun tetap keputusan ada pada diri sendiri, maka dari itu perlu untuk berkomunitas (*autonomy*). Salah satu tujuan individu datang komsel yaitu mau bertumbuh, banyak dari mereka yang tergabung awalnya ragu dan malu untuk *sharing*, membawakan materi atau main musik karena tidak terbiasa, tetapi lama-kelamaan banyak dari mereka mulai tergabung ambil pelayanan (*personal growth*), namun tidak menutup kemungkinan juga ada yang menolak tergantung pada pilihan dan minatnya (*environmental mastery*). Sebagian orang yang datang komsel Gereja “X” ada yang karena teman, sekedar mengisi waktu luang atau cari jodoh, tetapi ketika individu mengalami titik 0 dalam hidup dan memang ingin mendekatkan diri dengan Tuhan maka ada atau tidak ada teman, akan tetap hadir sehingga tergantung pada dasar hati individu (*purpose in life*).

(Ryff, 1989) Individu dengan religiusitas tinggi diharapkan memiliki *psychological well being* yang tinggi pula karena berdasarkan fenomena, mereka yang merasa bersyukur atas hidupnya dan mampu mempersepsi segala kelebihan kekurangannya secara positif, percaya bahwa dirinya diciptakan dengan tujuan tertentu sehingga memiliki keinginan yang positif untuk terus mengembangkan diri dan potensi yang ada sehingga hidupnya dapat bermanfaat.

Terdapat 100% dari 10 partisipan mengaku merasa damai setelah lebih mendalami ajaran agamanya, merasa nyaman dan bahagia mempunyai komunitas agama yang saling mendukung satu sama lain, tempat pembentukan karakter dan jadi lebih mengandalkan Tuhan sehingga hidup pun terasa lebih nyaman dan bermakna. Dapat dikatakan kegiatan religiusitas tersebut dapat membantu seseorang dalam menurunkan kecemasan, kegelisahan, ketegangan dan merupakan faktor untuk mempertahankan *psychological well being* dalam menjalani kehidupan.

Hal tersebut pun didukung oleh teori dari Ellison (dalam Trankle, 2009) menjelaskan adanya korelasi antara religiusitas dengan *psychological well being*, dimana pada individu dengan religiusitas yang kuat, lebih tinggi tingkat *psychological well being*nya dan semakin sedikit dampak negatif yang dirasakan dari peristiwa traumatik dalam hidup. Hasil studi dari Seybold dan Hill (dalam Papalia, 2008) juga menyatakan bahwa ada asosiasi yang positif antara religiusitas dengan *well being*, kepuasan pernikahan, dan keberfungsian psikologis. Chatter dan Ellison (dalam Levin, 1994) menemukan adanya kaitan antara terlibat dalam aktivitas religiusitas dengan *psychological well being*.

Berdasarkan paparan diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana hubungan religiusitas dan *psychological well being* pada anggota komsel di Gereja “X” Bandung.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari penelitian ini ingin diketahui hubungan religiusitas dan *psychological well being* pada anggota komunitas sel di Gereja “X” Bandung.

## **1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Maksud Penelitian**

Memperoleh data serta gambaran mengenai religiusitas dan *psychological well being* pada anggota komunitas sel di Gereja “X” Bandung.

### **1.3.2 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan religiusitas dan *psychological well being* pada anggota komunitas sel di Gereja “X” Bandung.

## 1.4 Kegunaan Penelitian

### 1.4.1 Kegunaan Teoritis

- Sebagai informasi tambahan bagi ilmu Psikologi Positif mengenai hubungan religiusitas dan *psychological well being* terutama pada anggota komsel di Gereja “X” Bandung.
- Memberi informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya, khususnya yang berhubungan dengan religiusitas dan *psychological well being* pada anggota dalam komunitas Gereja.

### 1.4.2 Kegunaan Praktis

- Hasil dari penelitian ini secara praktis diharapkan dapat memberikan informasi kepada Gereja “X” Bandung mengenai dimensi apa saja dari religiusitas yang masih rendah sehingga dapat terus ditingkatkan secara optimal melalui kegiatan yang ada pada komsel Gereja “X”.
- Serta menyarankan kepada ketua Gereja “X” Bandung untuk membuat program kegiatan baru atau mempertahankan yang sudah ada untuk terus menjaga dimensi religiusitas yang paling terkait dengan *psychological well being* pada anggota komsel Gereja “X”.

## 1.5 Kerangka Pemikiran

Komunitas sel adalah salah satu sarana kerohanian untuk mengembangkan religiusitas dengan mempraktekan hubungan kekeluargaan berupa kepedulian, kasih persaudaraan, rasa saling memiliki, rasa saling menjaga satu sama lain. Gereja “X” Bandung adalah Gereja komunitas, maka dari itu konsisten dilaksanakan komsel setiap hari Selasa.

Visi Gereja “X” adalah menjadi murid Kristus yang menyatakan Kerajaan Allah melalui seluruh bagian kehidupan di kota di mana Tuhan tempatkan. Misi Gereja “X” adalah membangun keintiman dengan Tuhan, menghidupi Firman Tuhan, membangun keluarga yang bahagia, berhasil dalam profesi yang Tuhan percayakan, dan memberkati kota. Komsel sendiri memiliki tujuan sesuai dengan visi Gereja “X”, yaitu menjadi murid Kristus yang menyatakan kerajaan Allah dimana Tuhan tempatkan, dengan arti menjadi murid Kristus itu mau belajar, belajar seperti gurunya yaitu Kristus, dan mampu mempraktekkan ajaran agamanya dalam kehidupan.

Kegiatan yang terdapat pada komsel Gereja “X” Bandung yaitu berdoa, *sharing*, *sunday review*, pelayanan WL, pelayanan musik dan menyanyi. Kegiatan-kegiatan rohani tersebut dapat digunakan sebagai salah satu sarana untuk membantu mengembangkan religiusitas mereka. Individu dengan religiusitas tinggi maka akan memiliki sikap hidup semakin bertumbuh mempraktekkan ajaran agamanya, tidak mudah tergoyahkan, karena individu memiliki iman sehingga selalu menjaga baik hubungan intim dan selalu mengandalkan Tuhan, sehingga tidak banyak mengeluh tetapi lebih berserah namun tetap diiringi usaha karena percaya Tuhan pasti memberikan yang terbaik untuk anaknya, walaupun jalan yang ditempuh tidak mudah, individu berusaha menerimanya dengan ikhlas karena tahu bahwa Tuhan menopang hidup mereka.

Individu dikatakan religiusitas apabila memiliki kelima dimensi dari religiusitas itu sendiri yaitu pengetahuan agama, keyakinan, praktek pribadi, praktik publik, dan penghayatan agama. Kelima dimensi tersebut menggambarkan kehidupan religiusitas secara total.

Pengetahuan agama anggota komsel Gereja “X” dapat ditingkatkan melalui kegiatan membaca Alkitab dimana setiap minggunya diminta untuk merangkum apa yang didapat dari yang telah dibaca lalu dibahas secara bersama-sama.

Keyakinan anggota komsel Gereja “X” terhadap ajaran agama yang dibawa oleh penganutnya dapat dilihat melalui kemampuannya dalam mempertimbangkan apa yang dianggap benar atau tidaknya oleh yang menyampaikan ajaran agama, sehingga tidak secara langsung menyerap informasi tanpa diolah kembali, dalam arti juga tidak mudah terombang-ambing dengan pesatnya perkembangan zaman, individu akan berserah dan mengandalkan Tuhan. Berserah diiringi dengan usaha dan percaya bahwa Tuhan akan memberikan hasil yang terbaik sehingga hidup pun akan terasa lebih damai.

Praktik pribadi anggota komsel Gereja “X” dapat dilihat melalui seberapa sering individu mengabdikan diri pada keyakinan agamanya secara individual, seperti berdoa dalam ruang pribadi dan membaca Alkitab. Sama halnya dengan praktik publik dapat dilihat dari seberapa sering individu mempraktekkan aktivitas keagamaan dalam aktivitas komunal seperti *sharing*, *sunday review*, *worship leader*, *singer*, pelayanan musik yang dapat membantu mereka untuk aktif dalam praktik publik.

Anggota komsel Gereja “X” menjadikan datang ke Gereja dan komsel sebagai kebutuhan bagi mereka, karena mereka merasa dengan banyaknya rutinitas aktivitas fisik, mereka perlu adanya aktivitas untuk rohani juga yang mereka yakini dapat membuat hidup mereka jadi seimbang dan sejahtera, sehingga tergantung bagaimana penghayatan agama anggota komsel Gereja “X” terhadap Tuhan dan ajaran agamanya.

Ketika individu mengaplikasikan kegiatan religiusitas tersebut dalam kehidupannya dan mempersepsi tantangan yang ada dalam hidupnya dengan positif maka dapat mencapai *psychological well being* (Ryff, 2002). Menurut Ryff, salah satu yang memiliki kaitan dengan *psychological well being* adalah tingkat menjalankan ritual agama seseorang, yang dapat dilihat dari kualitas dan kuantitas atau disebut dengan religiusitas. *Psychological well being* yang dilihat dari keenam dimensinya yaitu *self-*

*acceptance, positive relationship with others, personal growth, environmental mastery, purpose in life, dan autonomy.*

*Self-acceptance* adalah penilaian anggota komsel Gereja “X” Bandung tentang dirinya yang harus berjuang untuk merasa nyaman dengan diri sendiri, mampu menerima dirinya apa adanya, mengakui bahwa dirinya diciptakan oleh Tuhan dengan tujuan tertentu. Mereka juga berusaha untuk menerima dan memperbaiki kekurangannya. Banyak jemaat Gereja “X” Bandung yang sebelum mengikuti komsel mengeluh akan dirinya, keadaan dan banyaknya masalah yang harus dihadapi. Namun setelah mereka mempraktekkan keagamaannya secara publik melalui saling *sharing* dan banyak mendengar pengalaman kisah hidup orang lain, mereka baru sadar bahwa ada orang lain yang keadaannya lebih kurang beruntung sehingga kita patut untuk tetap bersyukur atas apapun keadaan dan kondisi dalam hidup kita.

Anggota komsel Gereja “X” dapat mengembangkan *positive relations with others* melalui aktif melakukan kegiatan dalam komsel dimana mereka yang tadinya tertutup, kurang mampu menjalin relasi, malu untuk menyampaikan pendapat atau berbicara di depan banyak orang, setelah mengikuti komsel mereka mampu membangun relasi yang baik dan membangun kepercayaan dengan orang lain melalui belajar terbuka untuk saling *sharing* dalam komsel (praktik publik).

Melalui kegiatan dalam komsel Gereja “X” pun anggota diharapkan mampu menemukan dan memiliki *purpose in life*. Adanya kegiatan *sunday review* dan membaca Alkitab membuat mereka semakin mengetahui apa yang baik dan kurang baik untuk dirinya sesuai dengan ajaran agama, sehingga membantu mereka untuk terus melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi orang lain dan berharga di mata Tuhan.

Kegiatan *sharing* dan mendengarkan banyak pengalaman hidup dari orang lain, secara tidak langsung dapat membuat anggota komsel Gereja “X” mengalami *personal*

*growth* dalam pengetahuan dan karakter lalu belajar untuk mempraktekannya sehingga banyak yang awalnya hanya sebagai anggota biasa, tetapi karena betul mengalami pertumbuhan maka diangkatlah menjadi ketua atau mentor komsel. Terlibat aktif dalam pelayanan pun membuat mereka memiliki kemampuan yang baru, selain itu dengan adanya kegiatan membaca Alkitab bersama membuat mereka memiliki pengetahuan lebih mengenai ajaran agamanya.

*Environmental mastery* adalah penilaian anggota komsel Gereja “X” Bandung tentang kemampuannya untuk mengenali kebutuhan personal, berperan aktif dalam mengatur dan mengontrol kejadian sehari-hari, mengefektifkan kesempatan yang ada untuk menciptakan kondisi tertentu yang sesuai dengan kebutuhannya tersebut.

*Autonomy* adalah penilaian anggota komsel Gereja “X” Bandung tentang refleksi dirinya dalam pencarian akan penentuan diri dan otoritas personal atau kemandirian, baik dalam lingkup luas masyarakat maupun lingkup kecil dalam komunitas sel.

Seseorang dikatakan memiliki *psychological well being* tinggi jika memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat mengembangkan diri sebaik mungkin dan berusaha untuk terus mengeksplorasinya, memiliki tujuan-tujuan yang membuat hidup mereka menjadi bermakna, mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan-kebutuhan mereka, mampu membuat keputusan dan meregulasi perilaku mereka sendiri, serta merasa puas atas hidupnya sehingga merasa hidupnya bermakna. Sedangkan untuk *psychological well being* yang rendah yaitu tidak mampu mengembangkan dan mengeksplor diri dengan baik, tidak memiliki tujuan yang membuat hidupnya bermakna, tidak mampu memenuhi kebutuhan dan mengambil keputusan, sehingga tidak puas dengan hidupnya dan merasa tidak bermakna.

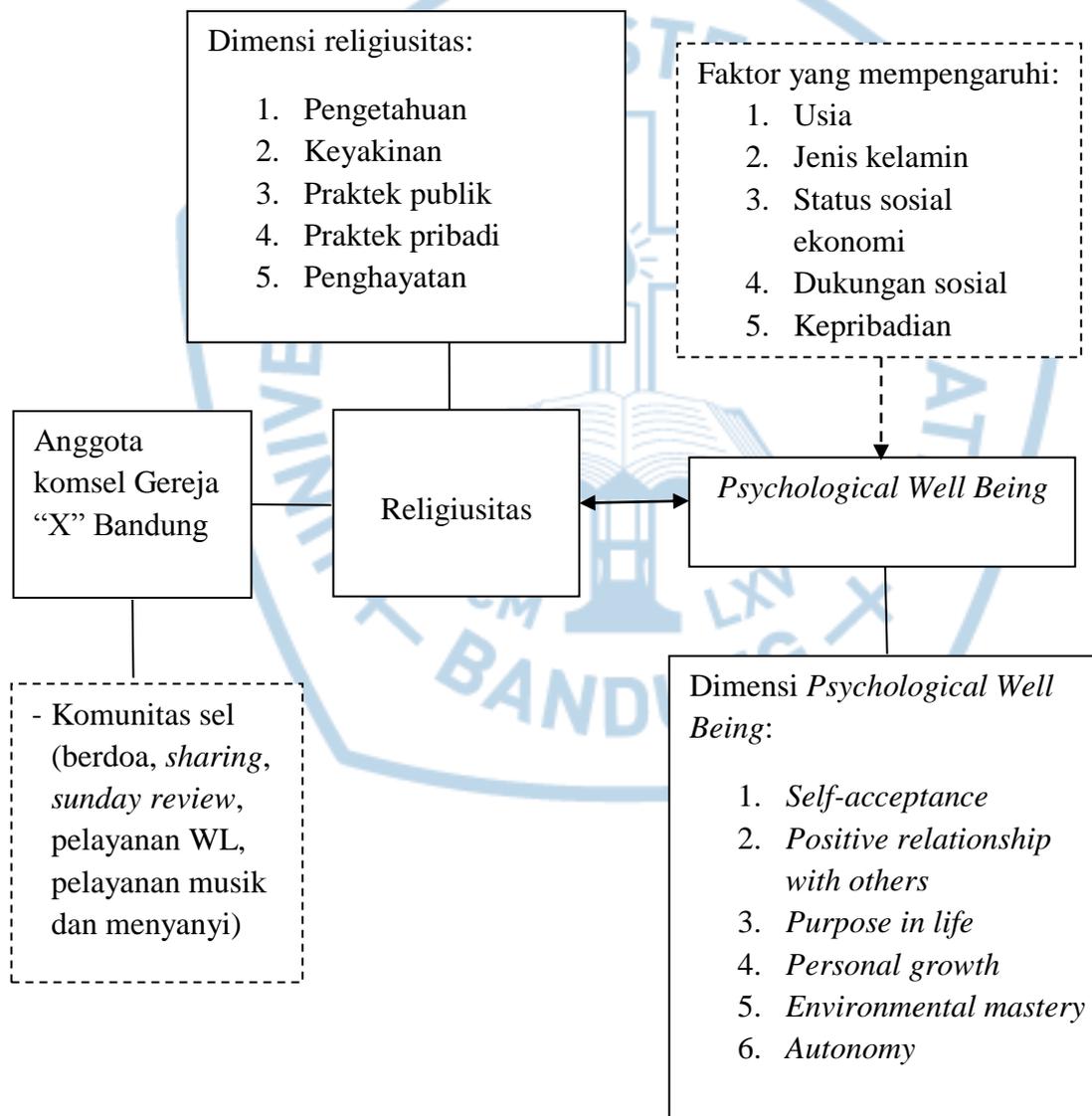
Semakin tinggi keterlibatan religiusitas seseorang dapat terkait dengan *psychological well being* yang tinggi pula, dimana individu yang religiusitasnya tinggi

cenderung akan bersyukur atas apapun dalam hidupnya, tidak akan memandang masalah yang hadir di hidupnya sebagai beban atau hambatan, justru melihat masalah tersebut sebagai pemicu untuk terus berjuang dan berjalan bersama Tuhan untuk memperoleh kemenangan baik secara jasmani maupun rohani, tidak selalu mementingkan diri sendiri namun juga memperhatikan sekitarnya dan tidak sungkan atau takut kekurangan untuk berbagi. *Psychological well being* anggota komsel Gereja “X” dapat dipertahankan dengan religiusitas mereka dalam menjalani aktivitas rohani sebagai salah satu bagian dari kehidupan mereka. Kegiatan religiusitas dapat membantu seseorang dalam menurunkan kecemasan, kegelisahan, dan ketegangan.

Namun terdapat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi *psychological well being*. Salah satunya yaitu usia dapat mempengaruhi *psychological well being* pada aspek penerimaan diri, otonomi, penguasaan lingkungan dan hubungan baik dengan orang lain. Terdapat peningkatan *psychological well being* pada usia yang semakin dewasa dan anggota komsel Gereja “X” Bandung berusia 18 sampai 54 tahun. Perbedaan jenis kelamin memberikan pengaruh pada *psychological well being* seseorang dimana wanita cenderung memiliki *psychological well being* lebih tinggi dibanding dengan laki-laki. Hal ini berkaitan dengan aktifitas sosial yang dilakukan. Wanita cenderung lebih memiliki hubungan interpersonal yang lebih baik dari pada laki-laki. Pada Gereja “X” Bandung anggotanya seimbang antara perempuan dan laki-laki. Faktor status sosial ekonomi menjadi sangat penting dalam peningkatan *psychological well being*, bahwa tingkat keberhasilan dalam pendidikan dan pekerjaan yang lebih baik, menunjukkan tingkat *psychological well being* juga lebih baik.

Lingkungan individu terutama keluarga juga sangat berpengaruh pada *psychological well being* seseorang. Dukungan sosial dari keluarga terdekat atau dari lingkungannya, menjadikan seseorang lebih bisa menerima, hubungan baik lebih terjaga

dan hal ini dapat berpengaruh pada peningkatan *psychological well being* seseorang. Bimbingan dan arahan dari orang lain memiliki peran yang penting pada *psychological well being*, dimana individu yang pada masa kecilnya memiliki hubungan yang baik dengan orang tua dan mendapatkan dukungan dan kepercayaan dari orang tua memiliki *psychological well being* yang baik pada masa dewasa. Wanita yang mendapat dukungan sosial yang baik dari keluarganya melaporkan memiliki kepuasan hidup dan *psychological well being* yang lebih tinggi dari pada laki-laki (Ryff, 1995).



Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

## 1.6 Asumsi Penelitian

- Adanya hubungan yang kuat antara religiusitas dan *psychological well being* pada anggota komsel di Gereja “X” Bandung.
- *Psychological well being* anggota yang aktif mengikuti kegiatan komsel di Gereja “X” Bandung dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, faktor dukungan sosial, dan kepribadian.
- Anggota yang aktif mengikuti kegiatan komsel di Gereja “X” Bandung memiliki derajat *psychological well being* yang berbeda.

## 1.7 Hipotesis Penelitian

- Terdapat hubungan positif antara religiusitas dan *psychological well being* pada anggota komsel Gereja “X” Bandung.

