



INTUISI 1 (2) (2009)

INTUISI
Jurnal Ilmiah Psikologi

<http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI>



HUBUNGAN ANTARA KEPERIBADIAN TANGGUH DAN RELIGIUSITAS DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA KORBAN BENCANA ALAM DI YOGYAKARTA

Moh. Iqbal Mabruki✉

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima 15 Januari 2010

Disetujui 29 Februari 2010

Dipublikasikan 1 Maret 2010

Keywords:

hardiness, religious, and psychological well-being.

Abstrak

The purpose of this study is to know the correlation between hardiness and religious with psychological well-being of the survivor of natural disaster at DIY. There are hypothesis of this study: 1- there are positive correlation between hardiness and religious with psychological well-being of the survivor of natural disaster at DIY. 2- there are positive correlation between hardiness and psychological well-being of survivor of natural disaster at DIY. 3- there are positive correlation between religious with psychological well-being of survivor of natural disaster at DIY. The subject of the research were 108 persons whom are being in Segoroyoso village, Pleret of Bantul. The survivor of natural disaster in Bantul include male and female, whom are about 25-65 years old and were Moslem. Every subject was given three scales; the hardiness scale, religious scale, and psychological well-being scale. This study use quantitative method and regression analysis was used as a statistical data. The result show that: 1- there is a correlation and highly significant between hardiness and religious with psychological well-being of the survivor of natural disaster at DIY ($r = 0,308$ and $p < 0,001$) and hardiness and religious contributes 9,5%. 2- there is a positive correlation and highly significant between hardiness with psychological well-being ($r = 0,307$ and $p < 0,01$). 3- there is no correlation between religious with psychological well-being of survivor of natural disaster at DIY ($r = 0,09$ and $p < 0,01$). It turns out that the quantitative data analyzing enriched of this research. Through the various description, it could be a valuable contribution for the study of psychological well-being of the survivor of natural disaster at DIY.

© 2009 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang

Gedung A1 Lantai 2 Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang,

Jawa Tengah, Indonesia, 50229

E-mail: intuisipsikologiunnes@gmail.com

p - ISSN 2086-0803

e - ISSN 2541-2965

PENDAHULUAN

Berbagai bencana yang bersifat gempa katastrofi (membinasakan) di Indonesia sudah sering terjadi. Pada tahun 1991 gempa bumi yang berkekuatan 6,4 skala richter terjadi didekat pulau Alor, telah menelan 181 korban jiwa, 5.400 orang telah kehilangan tempat tinggal, dan kerugian material sebesar 7,7 dolar AS. Tahun 1992, gempa bumi melanda bagian timur Flores, menghasilkan tsunami yang menghancurkan kota Maumere, dan menyapu pemukiman yang terletak di pulau-pulau lepas pantai. Ketika itu lebih dari 2.500 korban meninggal dan sekitar 90.000 orang kehilangan tempat tinggal. Pada bulan Juni 1994 gempa terjadi di lepas pantai selatan Jawa Timur, menimbulkan tsunami di lepas pantai selatan Jawa Timur, menimbulkan tsunami yang menewaskan sekitar 200 orang dan menghancurkan 1.000 bangunan pantai. Belum genap dua tahun pada bulan Desember 2004, gempa dan tsunami melanda Aceh dan Sumatera Utara menewaskan hampir 200.000 orang, sementara kerusakan tak terhitung nilainya. Gempa katastrofi besar berikutnya adalah yang baru saja menimpa Yogyakarta-Klaten (Kusumayudha, dalam Kedaulatan Rakyat, 2 Juni 2006)

Setiap bencana selalu saja menyisakan tangis, kekecewaan, kesedihan, ketakutan maupun penderitaan bagi siapapun. Hal tersebut bisa dirasakan oleh anak-anak, remaja, maupun orang dewasa. Dalam tragedi kemanusiaan seperti bencana alam yang terjadi di Yogyakarta dan Klaten, terlihat orangtua menangis karena kehilangan anaknya, begitu juga anaknya yang kehilangan orangtua dan keluarganya, rumah rusak maupun hancur, barang-barang yang rusak dan hilang merupakan hiasan kesedihan yang nampak dari sebuah tragedi kemanusiaan.

Bencana yang terjadi ini membuat 70.000 orang lebih harus hidup ditenda-tenda karena rumah yang mereka miliki rusak berat dan hampir rata dengan tanah. Keadaan ini menimbulkan stressfull conditions yang berakibat buruk pada kesehatan fisik dan mental para korban. Kondisi ini akan semakin memburuk dan menyedihkan apabila mereka tidak mempunyai kesiapan dan ketahanan mental yang terinternalisir dalam diri individu (www.selfhelp.com. 6 Juli 2006)

Gangguan fisik yang sering ditemui adalah serangan wabah atau penyakit atau bahkan trauma fisik yang mengakibatkan kecacatan permanen. Sementara itu dampak psikologis sampai gangguan jiwa antara lain: kecemasan, hopelessness, dan depresi (Sumdhi, 1991). Koentjoro (2005) menyatakan bahwa dampak psikologis

yang terjadi setelah bencana adalah kecemasan, stress, dan trauma.

Situasi yang menekan merupakan bagian dalam dinamika kehidupan manusia yang mempunyai konsekuensi stress, sehingga dibutuhkan kemampuan untuk beradaptasi dengan melakukan cara-cara coping yang efektif akan membantu individu mencapai sesuatu kehidupan yang bahagia serta sehat secara psikologis (Sarafino, 1997; Desjarlais, dkk., 1995; Kahn, 1981) Gunarsa & Gunarsa (2000) menegaskan bahwa kegagalan atau berhasil seseorang dalam melakukan penyesuaian sangat tergantung pada kondisi pribadi yang meliputi struktur dan fungsi kepribadian. Kepribadian yang senantiasa berkembang dan terpadu akan berdampak positif terhadap kepuasan dan kebahagiaan dalam kehidupannya.

Setiap individu mempunyai bentuk yang berbeda dalam merespon situasi atau kejadian yang menekan, seperti halnya bencana yang terjadi di Yogyakarta dan Klaten. Beberapa individu merespon kejadian tersebut dengan emosi yang negative, sehingga menimbulkan gangguan psikologis, seperti stress, kecemasan, sampai depresi. Beberapa individu lain merespon kejadian tersebut dengan emosi yang positif, mereka lebih menunjukkan emosi yang optimis daripada pesimis, mempunyai harapan yang tinggi daripada putus asa. Mereka tidak menjadi sakit dan kehilangan fungsi-fungsi psikologis positif dan cenerung dapat untuk melakukan recovery (pemulihan) kehidupannya secara cepat (Reker dan Wong, dalam Sarafino, 1997).

Manusia memiliki resiliensi atau ketangguhan untuk menghadapi kesulitan, dan mengembangkan pemaknaan positif atas kehidupan. (www.dilibrary.net/images/topics/Transkrip-amang.pdf. 6 Juli 2006). Ada contoh-contoh pengalaman hidup nyata yang menunjukkan bahwa peristiwa traumatis yang demikian mengerikan dapat dilewati, diterima sebagai bagian hidup yang tidak menghalangi langkah-langkah konstruktif membangun masa depan. Frankl (dalam Koeswara, 1992) menyatakan bahwa dalam kondisi seburuk apapun, manusia menemukan makna hidupnya, dan makna hidup akan membawa kepada kesejahteraan psikologis korban.

Berdasar data interview yang dilakukan peneliti kepada korban bencana alam diperoleh kesimpulan bahwa bencana yang dialami merupakan suatu kondisi yang amat buruk dan mempengaruhi kondisi fisik dan mental para korban. Kehilangan anggota keluarga, rusaknya tempat tinggal dan musnahnya harta benda sebagai penopang kehidupan menimbulkan kesedihan yang

mendalam. Namun demikian, beratnya kondisi yang mereka alami tersebut tidak menimbulkan keputus-asaan yang berlebihan dan mereka kembali pada kehidupan semula, walaupun dengan kondisi yang serba keskurangan. Ungkapan yang seringkali muncul, Sarjiyo (Lurah desa Girimulyo) "musibah ini adalah ketentuan Tuhan (Allah), kita manusia harus menerima dan menjalaninya walaupun itu terasa sangat berat, dan Tuhan (Allah) pasti mempunyai rencana lain dibalik musibah ini. Musnahnya harta benda tidak membuat kita kehilangan semangat dan jiwa". Beberapa hasil lain yang menarik adalah bahwa korban gempa hamper tidak ada yang mengeluh karena bencana gempa walaupun sebagian anggota keluarga, rumah, dan harta benda mereka hancur. Ketika mereka ditanya : piye keluarga lan daleme ? (bagaimana kondisi keluarga dan rumahnya?), jawaban yang muncul adalah "...kathah rencange...(banyak temannya)...mbothen niyambaki (tidak sendirian)...kados mekaten niki kersane sing kuwaos (seperti ini sudah kehendak yang kuasa). Dengan kata lain, para korban bencana ini menemukan bahwa kesedihan berlebihan bukan suatu sikap yang bijak dan kenyataan mereka menemukan hikmah dibalik musibah yang mereka alami, sehingga dengan cepat mereka kembali pada kehidupan semula untuk kelangsungan kehidupannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Soesilo (2003) bahwa dalam kenyataan hidup dalam masyarakat Jawa terdapat kepercayaan bahwa hidup manusia itu sudah diatur oleh Yang Maha Kuasa, sehingga muncul sikap rila, narima, dan sabar yang sekaligus menjadi karakter kearifan local (local wisdom) masyarakat Jawa.

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek utama dari kualitas kehidupan karena dapat berfungsi sebagai evaluasi diri terhadap kompetensi pribadi dan kualitas hidup dalam seluruh area kehidupan individu (Lawton, dalam Ingersoll-Dayton, dkk., 2001). Kepuasan dan kebahagiaan hidup tidak semata-mata bersifat duniawi karena itu hanya bersifat sementara. Kebahagiaan yang sesungguhnya akan muncul sebagai buah dari suatu kondisi positif individu dalam proses pengaktualisasikan dirinya yang disebut kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989).

Kepribadian tangguh merupakan sesuatu yang sangat penting dan perlu dimiliki oleh korban bencana alam di Yogyakarta. Nilai-nilai budaya Jawa yang rila, narima, dan sabar mempengaruhi bagaimana korban memandang dan mensikapi bencana yang dialami, sehingga merupakan sesuatu kekuatan pribadi dalam menghadapi setiap peristiwa kehidupan yang mencekam.

Dalam konsep psikologi, kekuatan demikian disebut kepribadian tangguh. Kepribadian tangguh merupakan suatu konstelasi kepribadian yang menguntungkan bagi individu untuk dapat menghadapi tekanan-tekanan dalam kehidupan (Kobasa, dkk., 1982).

Religiusitas merupakan aspek yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pada korban bencana alam religiusitas menjadi sarana coping yang efektif untuk menghilangkan perasaan tertekan yang dialami. Berdasarkan data yang didapatkan peneliti, sebagian besar masyarakat korban gempa menyatakan bahwa mereka lebih bisa menerima peristiwa ini ketika mereka kembalikan dan pasrahkan semua kepada Tuhan. Madjid (1999) berpendapat bahwa religiusitas merupakan perasaan keagamaan yang menyentuh emosi dan jiwanya dalam mencari kebahagiaan, tujuan dan makna hidup. Subandi (1988) mengungkapkan bahwa religiusitas dapat memberikan jalan bagi manusia untuk mencapai rasa aman, rasa tidak takut atau cemas menghadapi persoalan hidup.

Berdasarkan uraian diatas dapat diperoleh gambaran bahwa kepribadian tangguh dan religiusitas merupakan factor yang penting dalam kehidupan individu berkaitan dengan upaya individu mengatasi segala persoalan berat dalam kehidupan dan membawanya kepada kesejahteraan psikologisnya. Berdasarkan itulah peneliti memilih kepribadian tangguh dan religiusitas sebagai permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini sehingga pertanyaan yang kemudian muncul adalah "Apakah ada hubungan antara kepribadian tangguh dan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada korban bencana gempa bumi yang terjadi di Yogyakarta?". Disamping itu penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi fenomena kepribadian tangguh, religiusitas dan kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh para korban bencana alam di Daerah Istimewa Yogyakarta secara lebih mendalam sebagai upaya mendapatkan gambaran, penjelasan, serta contoh-contoh nyata dalam kehidupan korban bencana alam.

TINJAUAN PUSTAKA

Kepribadian tangguh (hardiness) merupakan karakteristik kepribadian yang mempunyai fungsi sebagai pertahanan pada saat individu menemui sesuatu kejadian yang menimbulkan stress (Kobasa, dkk., 1982). Definisi yang senada juga diungkapkan Sharma (www.mindpub.com. 10 Juli 2006) menyatakan bahwa hardiness adalah kekuatan yang dimiliki individu sebagai pertahanan terhadap stress, kecemasan, dan depresi. Ditambahkan bahwa kepribadian tangguh berkait-

tan dengan toleransi dan penerimaan pada orang lain, menghadapi stress secara efektif, pengelolaan perasaan secara baik, stabilitas sikap, kepercayaan diri dan merasa nyaman dengan dirinya.

Individu dengan kepribadian tangguh menyukai kerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, membuat keputusan dan melaksanakannya karena memandang hidup ini sebagai sesuatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar memiliki makna. Individu yang tangguh sangat antusias menyongsong masa depan karena perubahan-perubahan dalam kehidupan dianggap sesuatu tantangan dan sangat berguna untuk perkembangan. Kobasa (1979) menyatakan bahwa tipe kepribadian tangguh ini menunjukkan bahwa tipe kepribadian tangguh ini menunjukkan adanya komitmen, kontrol, dan tantangan. Secara teoritis gabungan dari ketiga aspek ini merupakan unidimensional dan merupakan suatu factor (Funk & Houston, 1987).

Religiusitas (religiosity) bermakna religious feeling or sentiment "perasaan agama" (The World Book Dictionary, 1980). Kata religiusitas adalah religion sering disebut religi (latin: religio) yang berarti ikatan atau pengikatan diri (Driyakara, 1978). Lebih lanjut, religion kemudian diartikan sebagai hubungan yang mengikat antara diri manusia dengan hal-hal diluar diri manusia, yaitu Tuhan. Dalam religi umumnya terdapat aturan-aturan dan kewajiban yang harus dilaksanakan, berfungsi untuk mengikat dan mengutuhkannya diri seseorang atau sekelompok orang dalam hubungannya dengan Tuhan, sesama dan alam sekitarnya.

Waff (dalam Nashori dan Mucharram, 2002) memberikan definisi bahwa religiusitas adalah sesuatu yang dirasakan dengan keinginan seseorang, membutuhkan ketaatan dan memberikan imbalan atau mengikat seseorang dalam suatu masyarakat. Anshari (1987) membedakan antara istilah religi atau agama dengan religiusitas. Jika agama menunjuk pada aspek-aspek formal yang berkaitan dengan aturan dan kewajiban, maka religiusitas menunjuk pada aspek religi yang telah dihayati oleh seseorang dalam hati.

Konsep kesejahteraan berkaitan dengan optimalisasi fungsi-fungsi psikologis dalam kehidupan. Ryff (1989) melakukan penelitian terhadap kesejahteraan psikologis, yang diawali dengan ketertarikan bidang psikologi social untuk melihat lebih jauh tentang factor-faktor yang mempengaruhi penilaian seseorang terhadap well-being, seperti keadaan mood seseorang pada suatu waktu atau keadaan perasaan positif.

Lebih lanjut Ryan dan Deci (2001) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai ke-

bahagiaan dan kebahagiaan merupakan unsur dasar kepuasan hidup, dengan demikian beberapa ahli menyimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis mempunyai konsep yang sama dengan kepuasan hidup. Neugarten 1961 (dalam Haditono, 21992) menyatakan bahwa seseorang yang berada dalam kesejahteraan adalah orang yang dalam keadaan : a) menyenangkan aktivitas sehari-hari, b) menganggap hidupnya berarti, c) merasa telah berhasil mencapai tujuan hidup, d) mempunyai citra diri yang positif, e) mempunyai suasana hati yang optimistic dan bahagia.

Ryan & Deci (2001) menyatakan bahwa ada beberapa factor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, yaitu :

a. Kepribadian

Kemantapan pribadi menjamin individu untuk mampu mengatasi hambatan pribadi dan akhirnya mampu mengaktualisasikan dirinya. Setiap individu memiliki konstelasi kepribadian tersendiri dan cara tersendiri dalam berbagai hal yang mengancam keseimbangan dirinya. Kemantapan pribadi merupakan pangkal tangguh untuk menghadapi berbagai rangsangan yang mengganggu keseimbangan pribadi, sebaliknya, pribadi yang lemah akan mudah berkembang menjadi kepribadian yang neurotic, menghambat penyesuaian diri dengan lingkungan serta merasakan ketidakbahagiaan dalam hidupnya (Gunarsa, & Gunarsa, 2000).

Individu yang memiliki kepribadian matang, seimbang, utuh, produktif, dan aktif, maka individu terhindar dari kegelisahan dan terlindung dari berbagai gangguan kejiwaan (Najadi, 1997).

b. Emosi

Hubungan antara emosi dan kesejahteraan psikologis berkaitan dengan penggalan makna dari kesejahteraan itu sendiri. Pandangan eudaimonic memiliki perbedaan dengan pandangan hedonic. Pandangan hedonic berpendapat bahwa kesejahteraan emosi sangat dipengaruhi oleh fluktuasi pengalaman menyenangkan dan tidak menyenangkan, pengalaman positif atau negative dalam kehidupan sehari-hari. Pandangan ini lebih menekankan kepada frekuensi pengalaman negatif dan bukan pada intensitasnya (Diener & Lucas, 2000, dalam Ryan & Deci, 2001). Pandangan eudaimonic berpendapat sebaliknya dengan memberi penegasan bahwa hal penting dalam membahas emosi bukan saja perasaan positif saja, akan tetapi lebih cenderung kepada bagaimana seseorang dapat mengalami kepenuhan diri (Ryff, 1989 ; Ryan & Deci, 2001). Pandangan eudaimonic menegaskan bahwa keterbukaan dan pengendalian emosi merupakan hal penting

bagi kesejahteraan psikologis. King & Pennebaker (dalam Ryan & Deci, 2001) menambahkan bahwa memendam emosi negative dapat mengganggu kesehatan psikologis dan fisik.

Penelitian Sheldon & Elliot (dalam Ryan & Deci, 2001) menunjukkan pentingnya kondisi psikologis yang dapat meningkatkan emosi positif, misalnya rasa senang dan vitalitas. Ia menguji fluktuasi sehari-hari dalam hal kepuasan akan otonomi dan kompetensi diprediksikan akan mengalami kebahagiaan dan vitalitas.

a. Kesehatan fisik

Kesehatan psikologis mempengaruhi kesehatan fisik, begitu juga sebaliknya. Kesehatan fisik mempengaruhi kesehatan psikologis karena keduanya merupakan aspek yang saling berhubungan. Individu akan memperoleh vitalitas hidup, menjadi lebih energik dan produktif apabila kesehatan psikologis dan fisik terpelihara dengan baik (Anantasari, 2004). Pendapat senada dikemukakan ahli lain yang menyatakan bahwa vitalitas tidak hanya berkorelasi dengan faktor psikologis seperti otonomi pribadi dan jalinan pertemanan, tetapi juga berkaitan dengan simtom-simtom fisik. Energy fisik akan menurun seiring dengan meningkatkan keluhan fisik dalam kehidupan sehari-hari. Vitalitas merupakan aspek penting yang berpengaruh terhadap factor somatic dan psikologis (Ryan & Deci, 2001). Temuan lain mengindikasikan bahwa relasi positif dengan orang lain sebagai salah satu dimensi kesejahteraan psikologis merupakan hal penting yang dapat meningkatkan proses kesehatan (Ryff & Singer, dalam Ryan & Deci, 2001).

b. Kelas social dan kekayaan

Pertanyaan yang menyatakan apakah kekayaan membawa kebahagiaan dan kesejahteraan hidup merupakan suatu topic pemikiran yang digali oleh perspektif hedonic maupun eudaimonic. Diener & Diener (dalam Diener & Suh, 1997), dalam penelitiannya di tiga puluh satu negara menemukan bahwa terdapat korelasi antara finansial dengan kepuasan hidup. Ditambahkan bahwa, di Negara-negara miskin mempunyai korelasi yang lebih kecil dibandingkan dengan negara sejahtera. Hal ini berkaitan dengan ketiaktampuan Negara-negara miskin untuk menyediakan bahan pangan dan materi yang cukup, keterbatasan untuk menjalin hubungan antar manusia, dan kesempatan produktif yang dapat memuaskan kebutuhan psikologis secara lebih mendalam.

c. Kelekatan dan hubungan yang akrab

Simpson (dalam Ryan & Deci, 2001) berpendapat bahwa kelekatan yang menjadi sumber rasa aman merupakan suatu indicator dari kese-

jahteraan psikologis. Kehangatan dan rasa percaya sangat mendukung suatu hubungan antar pribadi. Jalinan persahabatan merupakan suatu kebutuhan dasar tercapainya kesejahteraan, sementara itu dijelaskan pula bahwa memiliki suatu hubungan yang stabil dan memuaskan merupakan suatu factor penting dalam seluruh fase rentang perkembangan. Kelekatan dan intimitas merupakan suatu konsep yang sangat relevan dengan kesejahteraan.

Beberapa peneliti menambahkan bahwa kelekatan memberi rasa aman yang dapat mempertinggi sebagian besar kondisi kesejahteraan karena kelekatan menyajikan suatu hubungan yang dapat memuaskan kebutuhan individu akan otonomi, kompetensi dan relasi satu sama lain.

d. Pencapaian tujuan

Ryff (1989) menyatakan bahwa perasaan akan kompetensi dan efikasi yang dimiliki individu untuk mencapai suatu tujuan hidup berkaitan dengan afek positif dan kesejahteraan psikologis. Besarnya tantangan dari tujuan juga berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis seseorang. Tujuan hidup yang memberikan tantangan yang terlalu mudah atau terlalu sulit dapat menurunkan afek positif dalam diri sedangkan tipisnya harapan untuk encapai suatu kesuksesan menimbulkan afek negative pada individu (Csikszentmihalyi & Csikzenmihalti, dalam Ryan & Deci, 2001).

Tujuan hidup yang penting berpengaruh terhadap motivasi pencapaian, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada individu (Sheldon & Elliot, 2001). Para psikolog perkembangan mengemukakan bahwa tidak tercapainya tujuan dapat menjadi stimulasi kematangan dan penyesuaian psikologis individu. Suatu kegagalan untuk mencapai tujuan tidak akan berdampak kepada kesehatan mental apabila tujuan tersebut dapat diganti dengan tujuan yang lebih realistis (Carr, 1999).

Tujuan hidup yang penting berpengaruh terhadap motivasi pencapaian, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada individu (Sheldon & Elliot, 2001). Para psikolog perkembangan mengemukakan bahwa tidak tercapainya tujuan dapat menjadi stimulasi kematangan dan penyesuaian psikologis individu. Suatu kegagalan untuk mencapai tujuan tidak akan berdampak kepada kesehatan mental apabila tujuan tersebut dapat diganti dengan tujuan yang lebih realistis (Carr, 1999).

Ryff (1989) menghasilkan suatu model kesejahteraan dalam bentuk multidimensi yang terdiri atas enam fungsi psikologis positif, yaitu : penerimaan diri, hubungan positif dengan se-

sama, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup, pertumbuhan pribadi.

METODE

Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah korban bencana alam yang ada di Desa Segoroyoso, Kec. Pleret. Kab. Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan yang berusia sekitar 25-65 tahun, dan beragama Islam.

Pengumpulan data dilaksanakan secara individual kepada 108 orang korban bencana alam di desa Segoroyoso. Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti dibantu oleh tiga orang sukarelawan. Proses pengumpulan data dimulai dengan pengenalan dan penjelasan mengenai maksud dan tujuan penelitian. Selanjutnya subjek diminta untuk mengisi surat kesediaan menjadi responden dan mengisi tiga macam skala. Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan sistem door to door, yakni mengunjungi rumah masing-masing responden.

Alat ukur

Jumlah variable dalam penelitian ini ada tiga, yaitu kepribadian tangguh, religiusitas sebagai variable bebas dan kesejahteraan psikologis sebagai variable terikat. Sedangkan pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kepribadian tangguh, skala religiusitas, skala kesejahteraan psikologis, dan wawancara.

Skala kepribadian tangguh disusun berdasarkan tiga aspek, yaitu komitmen, control dan tantangan. Skala religiusitas disusun berdasarkan aspek Iman, Islam, dan Ihsan, sedangkan skala kesejahteraan psikologis disusun berdasarkan aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan sesame, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup dan pertumbuhan pribadi.

Analisis data

Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik-teknik analisis regresi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilakukan analisis terhadap hipotesis, maka sebelumnya dilakukan uji normalitas, linearitas dan multikolonieritas. Adapun hasil dari analisis tersebut adalah sebagai berikut :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas untuk melihat penyimpangan frekuensi observasi yang diteliti dari frekuensi teoritik. Uji ini diperlukan karena banyak sekali gejala yang mendekati ciri-ciri distribusi normal maka peneliti dapat menggunakan ciri-ciri tersebut sebagai landasan untuk meramalkan gejala yang lebih luas atau yang akan datang (Hadi, 1994).

Uji asumsi normalitas menggunakan teknik statistic non-parametrik one sample Kolmogorov-Smirnov. Kaidah yang digunakan adalah jika $p > 0,05$, maka sebaran normal, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebarannya tidak normal (Santoso, 2003).

Analisis data menghasilkan nilai Z sebesar 1,337 dengan $p = 0,056$. Berdasarkan hasil ini, maka dapat dikatakan bahwa sebaran skor kesejahteraan psikologis adalah normal.

b. Uji linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk melihat tinggi-rendahnya tingkat korelasi antar variable bebas dan variable tergantung. Linier tidaknya suatu hubungan dilihat dari peluang ralat p beda, yaitu melalui harga F dalam sumber perbedaan antar kelompok. Hubungan kedua variable dikatakan linier jika $p < 0,05$ dan tidak linier jika $p > 0,05$.

Analisis data menghasilkan nilai F sebesar 5,503 dan $p = 0,005$ untuk variable kepribadian tangguh, religiusitas dan kesejahteraan psikologis sehingga dapat dikatakan bahwa hubungan ketiga variable adalah linier.

c. Uji Multikolonieritas

Uji multikolonieritas dilakukan sebagai asumsi atau prasyarat terakhir sebelum melakukan analisis regresi. Dalam uji asumsi ini akan dilihat hubungan diantara sesama variable bebas. Asumsi atau prasyaratnya adalah antara sesama variable bebas tidak terdapat muatan factor bersama yang terlalu tinggi atau tidak kolonier.

Berdasarkan analisis kolonieritas diketahui bahwa nilai $r = 0,002$ dan $p = 0,491$. Hal ini berarti bahwa hubungan antara variable bebas yaitu $X_1 =$ kepribadian tangguh dengan variable bebas $X_2 =$ religiusitas tidak kolonier karena $p > 0,050$ dengan kaidah uji tetap sama yaitu apabila $p > 0,050$ maka dinyatakan tidak kolonier.

Hasil pengujian hipotesis penelitian ini sebagai berikut :

a. Hasil pengujian hipotesis mayor

Hipotesis mayor dalam penelitian ini berbunyi "ada hubungan antara kepribadian tangguh dan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis korban bencana alam". Berdasar hasil analisis regresi diperoleh nilai r sebesar 0,308, nilai F sebesar 5,503 dengan $p < 0,01$. Artinya ada

hubungan yang sangat signifikan antara kepribadian tangguh dan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis korban bencana alam. Berdasarkan hasil analisis tersebut, maka hipotesis mayor dinyatakan diterima.

Kepribadian tangguh berkaitan dengan toleransi dan penerimaan pada orang lain, menghadapi stress secara afektif, pengelolaan perasaan secara baik, stabilitas sikap, kepercayaan diri dan merasa nyaman dengan dirinya sendiri. Ditambahkan bahwa masyarakat dengan kondisi kesehatan mental yang rendah berindikasi pada rendahnya koping terhadap stress, sehingga mudah terkena depresi atau ketidakstabilan psikologis. Masyarakat yang mempunyai kesehatan psikologis yang baik akan mempunyai koping stress yang baik.

Witter, dkk., 1985 (dalam Schumaker, 1992) dalam menyimpulkan hasil penelitiannya bahwa religiusitas mempunyai hubungan yang positif dengan persepsi orang terhadap well-being. Hal ini dikuatkan oleh Peterson & Roy dalam hasil penelitiannya (dalam Schumaker, 1992) bahwa religiusitas seseorang akan memfasilitasi kesejahteraan psikologis. Ditambahkan pula bahwa religiusitas intrinsic juga berhubungan secara negative dengan kecemasan dan depresi tetapi berhubungan positif dengan kemampuan control diri dan penyesuaian diri yang tepat membuat individu merasa bahagia, dan oleh karena itu kesejahteraan psikologisnya juga akan meningkat.

Hasil dari penelitian ini juga menunjukkan bahwa kepribadian tangguh dan religiusitas memiliki sumbangan terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 9,5% sedangkan sisanya sebesar 90,5% dijelaskan oleh sebab-sebab lain.

b. Hasil Pengujian Hipotesis Minor I.

Hipotesis minor II adalah "Ada hubungan positif antara kepribadian tangguh dengan kesejahteraan psikologis korban bencana alam". Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan analisis regresi diperoleh koefisien korelasi r sebesar 0,307 dengan $p=0,001$. Artinya ada hubungan positif antara kepribadian tangguh dengan kesejahteraan psikologis korban bencana alam yang berarti hipotesis diterima.

Hal senada juga dikemukakan oleh Ryan & Deci (2001) bahwa beberapa aspek yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis adalah kepribadian. Kemantapan pribadi menjamin individu untuk mampu mengatasi hambatan pribadi dan akhirnya mampu mengaktualisasikan dirinya. Setiap individu memiliki konstelasi kepribadian tersendiri dan cara tersendiri dalam menghadapi berbagai hal yang mengancam keseimbangan dirinya. Kematangan pribadi merupakan

penangkal tangguh untuk menghadapi berbagai rangsangan yang mengganggu keseimbangan pribadi, sebaliknya pribadi yang lemah akan mudah berkembang menjadi kepribadian yang neurotic, menghambat penyesuaian diri dengan lingkungan serta merasakan ketidakbahagiaan dalam hidupnya (Gunarsa & Gunarsa, 2000).

Wiebe (1991) dalam penelitiannya menemukan bahwa individu yang mempunyai kepribadian tangguh akan berbeda dengan individu yang tidak mempunyai kepribadian tangguh dalam menerima situasi yang penuh dengan stressor, serta memberikan pengaruh pada kondisi fisiologis yang berbeda pula. Individu yang mempunyai komitmen dan control yang rendah akan mempunyai atribusi tidak sehat jika dibandingkan dengan individu yang mempunyai komitmen dan control tinggi. Individu dengan kepribadian tangguh akan membuat respon positif terhadap situasi yang mengancam jika dibandingkan dengan individu yang mempunyai kepribadian yang rentan atau tidak tahan banting.

c. Hasil Pengujian Hipotesis Minor II

Hipotesis minor II menyatakan "Ada hubungan positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis korban bencana alam". Berdasarkan hasil analisis regresi diperoleh koefisien korelasi regresi r sebesar -0,019 dengan $p=0,421$. Artinya tidak ada hubungan positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis korban bencana alam yang berarti hipotesis ditolak.

Hal ini berbeda dengan pendapat Meichati (1983) bahwa kehidupan keagamaan memberikan kekuatan jiwa bagi seseorang untuk menghadapi tantangan dan cobaan, memberikan bantuan moral dalam menghadapi krisis serta menimbulkan sikap rela menerima kenyataan yang telah ditakdirkan Tuhan. Pemecahan persoalan hidup melalui keagamaan akan memberikan keseimbangan mental pada seseorang.

Religiusitas adalah suatu kesatuan unsur-unsur yang komperhensif, yang menjadikan seseorang disebut sebagai orang beragama (being religious), dan bukan sekedar mengaku mempunyai agama (having religion). Religiusitas meliputi pengetahuan agama, keyakinan agama, pengalaman ritual agama, pengalaman keagamaan, perilaku (moralitas) agama, dan sikap social keagamaan.

Konsep Islam tentang religiusitas pada gasir besarnya tercermin dalam pengalaman aqidah, syariah, dan akhlaq, atau dengan ungkapan lain : iman, islam, dan ihsan. Bila semua unsur itu telah dimiliki oleh seseorang, maka dia itulah insan beragama yang sesungguhnya

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tersebut dapat dirumuskan beberapa kesimpulan dari penelitian ini, yaitu :

1. Ada hubungan positif yang signifikan antara kepribadian tangguh dan religiusitas dengan kesejahteraan psikologis korban bencana gempa di DIY.
2. Ada hubungan positif yang signifikan antara kepribadian tangguh dengan kesejahteraan psikologis korban gempa di DIY.
3. Tidak ada hubungan yang positif antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis korban gempa di DIY.

DAFTAR PUSTAKA

- Desjarlais, R., Eisenberg, L., Good, B., & Kleinman, A. 1995. *World Mental Health*. New York: Oxford University Press.
- Gunarsa, S. & Gunarsa, S. 2000. *Psikologi Praktis : Anak Remaja dan Keluarga*. Jakarta : PT. BPK Gunung Mulia.
- Hadi, S. 1994. *Metodologi Riset 2*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Ingersoll-Dayton, B., Saengtienchai, C., Kesiphayawattana, J., & Aunguroch, Y. 2001. *Psychological Well-Being Asian Style : The Perspective of Thai Elders, Population Studies Center Research Report*. No. 01-474. USA : University of Michigan.
- Kahn, M. W. 1981. *Basics Methods for Mental Health Practitioners*. Cambridge, Massachusettes : Winthrop Publishers, Inc.
- Kedaulatan Rakyat, 2006. *Gempa Susulan Yang Lebih Besar*. Artikel oleh : Sari B. Kusumayudha. Yogyakarta : PT. BP. Kedaulatan Rakyat. Jumat Kliwon, 2 Juni 2006.
- Kobasa, S. C. & Maddi, S. R. & Kahn, S. 1982. *Hardiness and Health : A Prospective Study*. *Journal of Personality and Social Psychology*. 42, 168-177.
- Koentjoro, 2005. *Refleksi Gempa Yogyakarta 27 Mei*. Yogyakarta : LPM Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Koeswara, E. 1992. *Logoterapi : Psikoterapi Victor Frankl*. Yogyakarta : Kanisius.
- Madjid, N. 1999. *Cendekiawan dan Religiusitas Masyarakat*. Jakarta : Paramadina.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. 2001. *On Happiness and Human Potentials : A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being*. *Annual Review Psychology*. 52 (1). 41-66.
- Ryff, C. D. 1989. *Happiness is Everything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being*. *Journal of Personality and Social Psychology*. PT. Elex Media Komputindo.
- Sarafino, E. P. 1997. *Health Psychology, Biopsychosocial Interaction*, 3rd. New York : Joh Wilwy & Sons, Inc.
- Schumaker, J. F. 1992. *Religion and Mental Health*. New York : Oxford University Press.
- Subandi. 1988. *Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kecemasan Pada Remaja*. Laporan Penelitian. Fak. Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Sumedhi, H. 1991. *Korelasi antara stressor Psikososial Pola Perilaku Tipe A dan Depresi pada Wanita Pengusaha Anggota IWAPI Cab. Yogyakarta*. Tesis (tidak diterbitkan). Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Wiebe, D. J. 1991. *Hardiness and Stress Moderation : A Test of Proposed Mechanism*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (1). 89-99.

