

Peran Dukungan Sosial dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Karang Taruna

Muhammad Alfani Fadhli⁽¹⁾, Maharani Tyas Budi Hapsari⁽²⁾

¹ Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Indonesia

² Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Indonesia

Email: ¹ alfanfadhli321@gmail.com, ² maharani.tyas@staff.uinsaid.ac.id

Abstract

Adolescents involved in social organizations are at the intersection of increasingly complex social demands and the need to maintain optimal psychological well-being. Participation in social organizations requires adaptive abilities, healthy interpersonal relationships, and effective management of psychological stress. This study aimed to empirically examine the roles of social support and religiosity in the psychological well-being of adolescents participating in the Karang Taruna youth organization. A quantitative approach with a multiple regression design was employed. The participants consisted of 130 adolescents aged 15–24 years, selected using criterion sampling based on the following criteria: aged 15–24 years, actively involved in Karang Taruna activities, and Muslim. Data were collected online using questionnaires measuring psychological well-being, social support, and religiosity. The findings revealed that both social support and religiosity had significant effects on adolescents' psychological well-being, both partially and simultaneously. The coefficient of determination ($R^2 = 0.894$) indicated that social support and religiosity jointly explained 89.4% of the variance in psychological well-being. Multiple regression analysis further demonstrated that social support had a stronger influence on psychological well-being than religiosity. These findings suggest that adolescents' psychological well-being is shaped by the interaction between external factors, such as supportive social relationships, and internal factors, such as religiosity.

Keyword : *social support, religiosity, psychological well-being, adolescents*

Abstrak

Remaja yang terlibat dalam organisasi sosial berada pada persimpangan antara tuntutan sosial yang semakin kompleks dan kebutuhan akan kesejahteraan psikologis yang optimal. Keterlibatan dalam organisasi sosial menuntut kemampuan adaptasi, relasi interpersonal yang sehat, serta pengelolaan tekanan psikologis secara efektif. Tujuan dari penelitian ini adalah menguji secara empiris peran dukungan sosial dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh remaja dalam organisasi Karang Taruna. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain regresi yang dianalisis melalui regresi berganda. Partisipan penelitian berjumlah 130 remaja usia 15–24 tahun dan dipilih menggunakan teknik *criterion sampling*, dengan kriteria remaja usia 15-24 tahun, aktif dalam kegiatan Karang Taruna dan beragama Islam. Data dikumpulkan secara daring melalui kuesioner yang terdiri dari skala kesejahteraan psikologis, dukungan sosial, dan religiusitas. Hasil analisis menunjukkan dukungan sosial serta religiusitas berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja, baik parsial maupun simultan. Nilai koefisien determinasi (R^2) 0,894 menunjukkan bahwa dukungan sosial dan religiusitas berkontribusi sebesar 89,4% terhadap kesejahteraan psikologis. Analisis regresi menunjukkan bahwa dukungan sosial lebih dominan daripada aspek religiusitas. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis remaja terbentuk melalui interaksi antara faktor eksternal berupa relasi sosial yang suportif dan faktor internal berupa religiusitas.

Kata Kunci : *Dukungan Sosial, Religiusitas, Kesejahteraan Psikologis, Remaja*

Received: 17 Maret 2026

Accepted: 27 Mei 2026

Published: 15 Juli 2026

Pendahuluan

Masa remaja sering digambarkan sebagai periode transisi atau fase tengah, yaitu kondisi ketika individu tidak lagi sepenuhnya berada pada tahap anak-anak, namun juga belum mencapai kematangan sebagai orang dewasa. Fase ini ditandai oleh proses pencarian identitas diri, ketidakstabilan emosi, serta perubahan yang berlangsung secara simultan dalam aspek biologis, kognitif, dan sosial (Rahmawaty et al., 2022). Dalam Restuningsih & Krismona. (2026), Erik Erikson menyatakan bahwa remaja berada dalam fase *identity vs role confusion*, yaitu proses pencarian identitas diri yang menentukan kemampuan individu dalam beradaptasi secara psikologis dan sosial. Remaja yang gagal mencapai identitas diri yang stabil berisiko mengalami kebingungan identitas, ketidakstabilan emosi, serta berbagai masalah psikososial. Rentang usia remaja yang panjang, yaitu 10–24 tahun, juga meningkatkan kerentanan terhadap tekanan psikologis, terutama ketika individu tidak memiliki sumber daya internal maupun eksternal yang memadai untuk menghadapi tuntutan perkembangan (Kis et al., 2024; Nabila, 2023).

Kerentanan psikologis pada remaja tidak hanya ditandai oleh munculnya stres atau kecemasan, tetapi juga terganggunya kesejahteraan psikologis secara menyeluruh. Remaja dihadapkan pada tekanan akademik, tuntutan sosial, konflik relasi, perubahan emosi, hingga kebingungan mengenai arah hidup (Elisabet et al., 2022). Paparan lingkungan yang kurang suportif dan perilaku berisiko juga dapat memperparah kerentanan psikologis remaja (Andriani et al., 2022). Kondisi tersebut dapat menurunkan kemampuan regulasi emosi, penerimaan diri, dan kualitas hubungan sosial remaja. Rendahnya kesejahteraan psikologis meningkatkan risiko munculnya perilaku maladaptif, seperti konflik interpersonal, penarikan diri sosial, rendahnya motivasi, serta ketidakjelasan tujuan hidup (Awwaliyah et al., 2025; Banfatin & Lao, 2024). Maka kesejahteraan psikologis menjadi indikator dalam melihat kualitas fungsi psikologis remaja secara positif dan adaptif.

Seiring berkembangnya kajian psikologi positif, kesehatan secara mental tidak lagi dimaknai sebagai kondisi tanpa gangguan psikologis, tapi juga sebagai kondisi keberfungsian psikologis yang optimal (Keyes, 2014). Kesejahteraan psikologis dipahami sebagai potensi diri untuk menerima diri, membangun hubungan yang baik, memiliki kemandirian, mengatur lingkungan secara efektif, mempunyai arah hidup, dan mampu mengembangkan diri (Ryff, 1989). Pada waktu perkembangan remaja, kesejahteraan psikologis berperan penting dalam pembentukan identitas, kemampuan adaptasi, dan kematangan psikologis (Kistianingsih & Purwandari, 2020). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis relevan dalam menjelaskan kondisi psikologis individu secara menyeluruh (Windianasari, 2024).

Kesejahteraan psikologis remaja ditentukan dari berbagai faktor, baik internal maupun eksternal dalam diri individu. Faktor eksternal yang berperan salah satunya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan bantuan emosional, bantuan penghargaan, bantuan informasional, maupun bantuan instrumental yang diterima individu dari lingkungan sosialnya (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial membantu remaja merasa diterima, dihargai, dan tidak menghadapi masalah seorang diri

(Hasanuddin & Khairuddin, 2021). Dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis pada remaja dan dewasa muda karena dapat memperkuat penerimaan diri, regulasi emosi, dan kemampuan membangun relasi positif (Praditya et al., 2025). Temuan lain juga menyatakan dukungan sosial memiliki peran dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lingkungan pendidikan formal (Situmorang et al., 2024).

Selain dukungan sosial, religiusitas juga merupakan faktor internal yang turut memiliki peran pada kesejahteraan psikologis. Religiusitas membantu individu memahami pengalaman hidup melalui sistem nilai dan makna yang dimiliki (Ramadhani et al., 2025). Keterlibatan dalam praktik keagamaan membantu remaja menghadapi tekanan hidup secara lebih adaptif, membangun kontrol diri, menjaga stabilitas emosi, serta memperjelas tujuan hidup (Hapni et al., 2024). Dalam penelitian Sayyidah et al. (2022), religiusitas berkaitan dengan penguatan penerimaan diri dan tujuan hidup seseorang. Integrasi antara dukungan sosial dan religiusitas menjadi hal penting dalam membantu remaja mempertahankan keberfungsian psikologis yang positif.

Fenomena tersebut juga ditemukan pada remaja Karang Taruna di Desa Trangsang, Gatak, Sukoharjo. Karang Taruna sebagai organisasi sosial menjadi wadah pengembangan remaja dalam aspek sosial, kepemimpinan, dan tanggung jawab (Harefa et al., 2022). Keterlibatan dalam organisasi memberikan peluang untuk remaja mengembangkan skill sosial, kerja sama, dan tanggung jawab sosial (Siregar et al., 2022). Namun, dinamika organisasi juga dapat menimbulkan tekanan psikologis apabila tidak didukung lingkungan yang suportif (Situmorang et al., 2024).

Studi pendahuluan terhadap 25 remaja Karang Taruna menunjukkan bahwa sebagian besar remaja pernah mengalami kondisi sedih, tertekan, perubahan suasana hati, konflik pertemanan, serta kebingungan mengenai masa depan. Pada aspek dukungan sosial, bentuk bantuan yang paling banyak diterima adalah bantuan emosional sebesar 44%, seperti perhatian, semangat, dan kesempatan bercerita. bantuan jaringan sosial ditemukan sebesar 24%, sedangkan bantuan informasional dan penghargaan masing-masing sebesar 16%. Namun, sekitar 40% responden masih mengalami keterbatasan dukungan sosial, terutama dalam komunikasi terbuka, kesempatan berdiskusi, dan keterlibatan dalam kegiatan organisasi. Kondisi ini menunjukkan adanya hambatan pada aspek *positive relations with others* dan *environmental mastery* dari variabel kesejahteraan psikologis.

Pada aspek religiusitas, sebanyak 84% responden menyatakan bahwa aktivitas ibadah seperti sholat, mengaji, dan berdoa membantu mereka merasa lebih tenang ketika menghadapi masalah. Aktivitas religius juga membuat sebagian remaja merasa lebih optimis dan mempunyai arah hidup yang lebih jelas. Temuan ini menunjukkan religiusitas berkontribusi terhadap penerimaan diri dan makna hidup remaja. Maka pengalaman kesejahteraan psikologis remaja Karang Taruna menunjukkan keterkaitan antara kualitas dukungan sosial dan religiusitas yang dimiliki individu.

Berbagai penelitian sebelumnya melaporkan yakni dukungan sosial serta religiusitas berkaitan dengan kesejahteraan psikologis. Dalam penelitian Eva et al. (2024), terhadap 354 mahasiswa menemukan jika variabel dukungan sosial memiliki kontribusi pada kesejahteraan psikologis, akan tetapi variabel religiusitas justru tidak memperkuat pengaruh tersebut. Sementara itu, penelitian Khoerani et al. (2024), terhadap mahasiswa santri terdapat relasi yang positif antara dukungan sosial, religiusitas, dan kesejahteraan psikologis. Namun, sebagian besar studi sebelumnya berfokus mengka populasi pendidikan formal seperti siswa dan mahasiswa. Penelitian mengenai kesejahteraan psikologis remaja dalam komunitas sosial berbasis desa seperti Karang Taruna masih relatif terbatas, khususnya yang mengintegrasikan faktor dukungan sosial dan religiusitas dalam satu model penelitian. Selain itu, karakteristik Desa Trangsang sebagai desa industri rotan menghadirkan dinamika sosial-ekonomi yang khas dan berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja.

penelitian ini mengkaji kesejahteraan psikologis remaja Karang Taruna melalui integrasi faktor eksternal berupa dukungan sosial dan faktor internal berupa religiusitas. Diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis dalam pengembangan bidang psikologi dan keislaman, khususnya terkait kesejahteraan psikologis remaja berbasis komunitas sosial. Adapun hipotesis penelitian ini yaitu: (H1) terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja Karang Taruna; (H2) terdapat pengaruh religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis remaja Karang Taruna; (H3) terdapat pengaruh dukungan sosial dan religiusitas secara simultan terhadap kesejahteraan psikologis remaja Karang Taruna. Tujuan penelitian adalah untuk menguji peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja Karang Taruna, menguji peran religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis remaja Karang Taruna, serta menguji pengaruh dukungan sosial serta religiusitas secara bersamaan terhadap kesejahteraan psikologis remaja Karang Taruna.

Metode

Pengambilan data dilakukan dengan melalui penyebaran kuesioner sebagai instrument untuk memperoleh data kuantitatif dengan teknik analisis regresi berganda. Pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *Criterion Sampling*. *Criterion Sampling* adalah teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria spesifik yang telah ditentukan. Pengambilan dilakukan secara daring menggunakan google form yang disebarakan melalui kontak personal, grup whatapps, dan pertemuan rutin organisasi karang taruna. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 130 remaja yang tergabung dalam organisasi Karang Taruna, yang terdiri atas 63 perempuan serta 67 laki-laki. Dengan kriteria remaja usia 15-23 tahun, aktif dalam kegiatan karang taruna, dan beragama islam. Variabel yang digunakan meliputi kesejahteraan psikologis (Y), dukungan sosial (X1), dan religiusitas (X2).

Instrument pertama, pengukuran kesejahteraan psikologis menggunakan alat ukur yang diadaptasi dari *Ryff Psychological Well-Being* versi *short scale* oleh Humaidah & Mulyono, (2025). Selanjutnya dilakukan uji instrument dengan uji validitas nilai koefisien $V = 0,88-1$. Serta uji reliabilitas nilai Cronbach's Alpha 0,955. Instrument kedua adalah skala dukungan sosial yang diadaptasi dari skala dukungan sosial safarino oleh

Ariyanda, (2025). Selanjutnya dilakukan uji instrument dengan uji validitas nilai koefisien $V = 0,88-1$. Serta uji reliabilitas nilai Cronbach's Alpha 0,939. Instrument ketiga merupakan hasil modifikasi dari skala religiusitas muslim yang dirancang oleh Amir, (2021). Selanjutnya dilakukan uji instrument dengan uji validitas nilai koefisien $V = 0,88-1$. Serta pengujian reliabilitas dengan nilai Cronbach's Alpha 0,930. Hasil reliabilitas ketiga skala dapat disimpulkan, jika alat ukur penelitian dinyatakan reliabel dengan nilai Cronbach's Alpha lebih dari 0,7. Seluruh data penelitian dianalisis data dengan memanfaatkan aplikasi SPSS versi 22 sebagai alat bantu.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian diperoleh dari 130 responden setelah kuesioner dibagikan pada tanggal 1 Desember 2025 sampai 31 Januari 2026. Temuan penelitian ini menunjukkan dukungan sosial dan religiusitas memberikan pengaruh yang signifikan pada kesejahteraan psikologis. Hasil yang diperoleh tersebut mengindikasikan terkait peningkatan dukungan sosial serta religiusitas cenderung diikuti oleh meningkatnya tingkat kesejahteraan psikologis pada remaja karang taruna. Analisis data mencakup pengujian validitas, reliabilitas, asumsi klasik serta hipotesis, setiap hasil analisis disajikan sebagai berikut:

Uji validitas bertujuan menilai tingkat ketepatan setiap butir pernyataan instrument dalam mengukur konsep yang menjadi sasaran penelitian, akibatnya item yang diberikan kepada responden benar-benar mencerminkan variabel yang diteliti (Priyatno, 2013). Uji validitas instrument penelitian ini menggunakan Aiken's V dengan nilai Koefisien V berada pada rentang angka $V = 0,88-1$. Reliabilitas adalah konsistensi angket penelitian dengan berbagai metode penelitian digunakan pada kondisi tempat dan waktu yang berbeda (Ghoni et al., 2025). Reliabilitas instrument menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan nilai $\geq 0,70$ dengan dibantu oleh program SPSS versi 22.

Tabel 1. Uji Reliabilitas

Variable	Cronbach's Alpha Coefficients	Category
Kesejahteraan psikologis	0,955	Reliabel
Dukungan Sosial	0,939	Reliabel
Religiusitas	0,930	Reliabel

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa setelah hasil uji reliabilitas diperoleh, seluruh butir pernyataan instrument memiliki taraf reliabilitas yang baik sebab nilai koefisien 0,955 untuk kesejahteraan psikologis, 0,939 untuk dukungan sosial, dan 0,930 untuk religiusitas. Ketiganya memiliki reliabilitas $> 0,7$. Setelah reliabilitas instrumen dinyatakan memenuhi kriteria, tahap berikutnya adalah melakukan pengujian asumsi sebagai prasyarat sebelum analisis data dilakukan. Pengujian ini bertujuan untuk memverifikasi data memenuhi ketentuan penggunaan model regresi. Adapun uji asumsi yang diterapkan mencakup pengujian normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas.

Tabel 2. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov	Unstandardized Residual
Test Statistic	0,046
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,200

Normalitas diuji sebagai bagian dari mengevaluasi apakah nilai residual pada data penelitian mengikuti distribusi normal. Pada pengujian ini menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov. Data dianggap memenuhi asumsi normalitas ditentukan dari nilai signifikansi yaitu data menunjukkan berdistribusi normal apabila nilai Sig. melebihi 0,05, sedangkan jika nilai signifikansi di bawah 0,05 menunjukkan residual tidak memenuhi asumsi distribusi normal. (Akrom et al., 2020). Dalam tabel 2, menunjukkan hasil dari uji normalitas data sebesar nilai p adalah 0,200 ($p > 0,05$). Hal tersebut dapat diartikan data penelitian terdistribusi secara normal. Setelah uji normalitas, peneliti melanjutkan dengan uji linearitas. Hasil uji linearitas sebagai berikut:

Tabel 3. Uji Linearitas

Variable	F	Sig.
DS(X1), KP(Y)	1,360	0,112
R(X2), KP(Y)	1,177	0,256

Uji linearitas digunakan untuk mengonfirmasi adanya hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang bersifat searah, maka akan memenuhi salah satu prasyarat analisis regresi (Sugiyono, 2016). Pengujian linearitas dilakukan menggunakan prosedur *Compare Means* dengan mengacu pada nilai signifikansi *deviation linearity*. Hubungan antara variabel dikatakan linear bila signifikansi diatas 0,05. Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 3, hubungan dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis memperoleh signifikansi sebesar 0,112, sehingga terdapat hubungan yang searah. Seperti dukungan sosial, religiusitas dan kesejahteraan psikologis memperlihatkan signifikansi sebesar 0,256. Maka dapat dikatakan kedua variabel memenuhi asumsi linearitas sebab Nilai yang didapat melebihi batas signifikansi. Dapat disimpulkan bahwa antara variabel kedua variabel bebas bersifat linear dengan variabel terikat. Setelah uji linearitas, peneliti melanjutkan dengan uji multikolinearitas dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Uji Multikolieritas

variable	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
Dukungan Sosial	0,344	2,907
Religiusitas	0,344	2,907

Multikolinearitas pengujian ini bermaksud untuk memastikan antarvariabel independen tidak berkorelasi yang tinggi sehingga tidak mengganggu proses analisis regresi. Korelasi yang tinggi dari variabel bebas menyebabkan pengaruh dari variabel bebas secara parsial terhadap variabel terikat menjadi sulit diidentifikasi. Multikolinearitas dilakukan dengan meninjau nilai *Tolerance* dan VIF pada model regresi. Model dapat dikatakan tidak mengalami gejala multikolinearitas bila *tolerance* mencapai sedikitnya 0,1 dan nilai VIF tidak melebihi batas 10 (Nugraha, 2022). Hasil uji multikolinearitas pada

Tabel 4 memperlihatkan bahwa nilai *Tolerance* mencapai 0,344, sedangkan nilai VIF sebesar 2,907. Nilai tersebut memenuhi persyaratan pengujian multikolinearitas, sehingga dapat dikatakan model penelitian terbebas dari gejala multikolinearitas pada variabel dukungan sosial dan religiusitas. Uji asumsi terakhir adalah pengujian heteroskedastisitas sebagai berikut:

Tabel 5. Uji Heteroskedastisitas

Variable	t	Sig.
(Constant)	3,296	0,001
Dukungan Sosial	-1,111	0,269
Religiusitas	0,820	0,414

Pengujian heteroskedastisitas menggunakan metode Glejser, dilakukan melalui nilai absolut residual yang diregresikan pada setiap variabel independen. Penilaian terhadap gejala heteroskedastisitas dilakukan berdasarkan hasil uji Glejser dengan memperhatikan nilai signifikansi yang diperoleh. Model regresi dikatakan memenuhi asumsi heteroskedastisitas ketika nilai signifikansinya berada di atas 0,05. Sebaliknya, nilai yang kurang dari 0,05 terdapat gejala heteroskedastisitas (Nugraha, 2022). Hasil pengujian yang tersaji pada tabel 5 memperlihatkan dukungan sosial memperoleh nilai 0,269, sedangkan religiusitas memperoleh nilai 0,414. Dengan hasil tersebut maka taraf signifikansi telah dipenuhi, dapat dikatakan model regresi tidak memperlihatkan adanya gejala heteroskedastisitas, sehingga memenuhi uji asumsi.

Seluruh pengujian asumsi yang menjadi prasyarat analisis regresi telah diselesaikan sebelum pengujian hipotesis dilakukan. Berdasarkan hasil analisis, data penelitian memenuhi seluruh asumsi yang dipersyaratkan, yaitu residual berdistribusi normal, hubungan antarvariabel bersifat linear, tidak ditemukan indikasi multikolinearitas, serta tidak terdapat gejala heteroskedastisitas. Oleh karena itu, data dinilai telah memenuhi persyaratan untuk lebih lanjut dianalisis menggunakan analisis regresi berganda. Adapun hasil pengujian hipotesis disajikan sebagai berikut :

Tabel 6. Anova Test

Analysis	M	F	Sig.
Regression	28207,050	536,443	0,000
Residual	52,582		

Berdasarkan hasil pengujian yang tersaji pada Tabel 6, diperoleh nilai sig. 0,000, yaitu lebih kecil dari batas sig. 0,05. Hasil tersebut mengindikasikan adanya pengaruh dari dukungan sosial dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis. Untuk mengetahui faktor prediktor dari variabel independen terhadap kesejahteraan psikologis dapat diketahui melalui hasil analisis pada tabel berikut:

Tabel 7. Uji Determinasi

Analysis	R	R Square	Adjusted R Square
Regression	0,946	0,894	0,892

Hasil analisis koefisien determinasi pada tabel 7 ditemukan nilai R Square 0,894. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa variabel dukungan sosial dan religiusitas mampu menerangkan 89,4% variasi kesejahteraan psikologis remaja. Selanjutnya, hasil disajikan pada tabel koefisien regresi berikut:

Tabel 8. Uji Regresi Berganda

variable	Unstandardized Coefficient		
	B	S.E	Sig.
Kesejahteraan Psikologis (Constant)	4,103	3,662	0,265
Dukungan Sosial	0,743	0,048	0,000
Religiusitas	0,199	0,47	0,000

Nilai signifikansi yang diperoleh dari hasil pengujian pada tabel 8 adalah sebesar 0,000, sehingga lebih kecil dari batas signifikansi 0,05. sehingga hipotesis penelitian memperoleh dukungan empiris. Dengan demikian, dapat diinterpretasikan variabel dukungan sosial serta religiusitas berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Hal ini diperkuat oleh persamaan regresi berganda $Y = 4,103 + 0,743X_1 + 0,199X_2$. Koefisien regresi yang bernilai positif mengindikasikan bahwa dukungan sosial dan religiusitas berperan terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Berdasarkan hasil analisis, setiap peningkatan satu unit pada dukungan sosial diperkirakan meningkatkan skor kesejahteraan psikologis sebesar 0,743, sedangkan peningkatan religiusitas pada setiap satu unit diperkirakan meningkatkan skor kesejahteraan psikologis sebesar 0,199. Temuan tersebut menjelaskan bahwa peningkatan dukungan sosial dan religiusitas cenderung diikuti oleh meningkatnya kesejahteraan psikologis remaja.

Hasil penelitian ditemukan dukungan sosial dan religiusitas masing-masing berpengaruh signifikan pada kesejahteraan psikologis remaja karang taruna. Selaras dengan temuan dari penelitian Feriananto et al. (2021), yakni ditemukan adanya hubungan positif antara dukungan sosial, religiusitas, dan kesejahteraan psikologis. Hal ini mengindikasikan ketika dukungan sosial dan religiusitas yang dimiliki remaja semakin tinggi, maka tingkat kesejahteraan psikologis mereka juga semakin tinggi. Sebaliknya, jika dukungan sosial dan religiusitas rendah cenderung diikuti oleh rendahnya kesejahteraan psikologis, sebagaimana ditemukan pada remaja di daerah rawan bencana yang menunjukkan bahwa rendahnya religiusitas serta dukungan sosial berkaitan dengan rendahnya kesejahteraan psikologis (Shiddiq et al., 2020).

Nilai koefisien determinasi (R Square) yang didapatkan yakni 0,894, nilai dari R Square tersebut menunjukkan variabel dukungan sosial dan religiusitas secara bersama-sama memiliki kemampuan untuk menjelaskan sebesar 89,4% variasi kesejahteraan psikologis pada remaja. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis selain dipengaruhi oleh dukungan yang diterima dari lingkungan sosial, tetapi juga oleh religiusitas sebagai faktor kekuatan yang sumber dari dalam diri individu. Pada remaja yang aktif dalam organisasi karang taruna, kedua faktor tersebut saling melengkapi

dalam mendukung tercapainya kesejahteraan psikologis. Hal ini sesuai dengan penelitian Alidrus et al. (2022), yang menjelaskan mengenai kesejahteraan psikologis berkembang melalui interaksi antara faktor luar yang berasal dari lingkungan individu dan faktor internal yang dimiliki individu. Namun, nilai R^2 yang sangat tinggi ini perlu diinterpretasikan secara hati-hati, karena dalam penelitian sosial kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh homogenitas sampel, kesamaan konteks sosial, serta kemungkinan adanya tumpang tindih (overlap) antar konstruk variabel yang diteliti.

Perbandingan koefisien regresi memperlihatkan bahwa nilai β pada variabel dukungan sosial mencapai 0,743, sedangkan religiusitas sebesar 0,199. Selisih kedua koefisien tersebut menunjukkan bahwa perubahan kesejahteraan psikologis remaja lebih banyak dijelaskan oleh dukungan sosial dibandingkan religiusitas. Temuan ini menjelaskan bahwa kualitas interaksi dan dukungan yang diterima remaja dari lingkungan sekitarnya memberikan kontribusi yang lebih besar pada kesejahteraan psikologis daripada religiusitas. Temuan ini searah dengan penelitian Banfatin & Lao (2024), yakni menyatakan dukungan sosial merupakan prediktor kuat kesejahteraan psikologis. Remaja dengan dukungan sosial dan religiusitas tinggi lebih mampu dalam mengendalikan emosi, memiliki makna hidup, serta mampu menghadapi tekanan sosial. Sejalan dengan Mulia & Sundari (2024), yang menyatakan faktor spiritual dan sosial membantu individu dalam regulasi emosi dan penyesuaian diri.

Hipotesis pertama dari penelitian menyatakan dukungan sosial berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis remaja, dan hasil penelitian menunjukkan apabila hipotesis tersebut diterima. Sejalan dengan penelitian Wulandari & Lestari (2024), yakni dukungan sosial berpengaruh signifikan pada variabel kesejahteraan psikologis. Dukungan sosial merupakan bantuan emosional, instrumental, informasi, serta penghargaan yang diperoleh dari lingkungan sekitar individu, seperti keluarga, teman sebaya, dan komunitas (Sahrah & Yuniasanti, 2018). Dalam penelitian ini, karang taruna menjadi wadah bagi remaja untuk memperoleh dukungan melalui interaksi, kerja sama, dan berbagai aktivitas organisasi.

Dukungan sosial memiliki peran cukup krusial dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis karena menumbuhkan perasaan diterima, dihargai, dan memiliki tempat dalam lingkungan sosial. Alawiyah & Alwi (2022); Hasanuddin & Khairuddin (2021), menemukan bahwa individu dengan dukungan sosial yang tinggi cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Hal ini juga tercermin dari koefisien regresi sebesar 0,743 yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh paling dominan dibandingkan religiusitas. Dukungan sosial yang tinggi memungkinkan remaja memiliki tempat berbagi, memperoleh bantuan saat menghadapi masalah, serta menjalin relasi interpersonal yang positif. Sebaliknya, rendahnya dukungan sosial dapat memunculkan perasaan kesepian, stres, dan ketidakberdayaan (Ibrohim et al., 2024).

Selain itu, dukungan sosial dapat mengembangkan rasa kepercayaan diri, optimisme, dan kemampuan remaja saat mengalami berbagai tekanan hidup. Penelitian Putri & Febriyanti (2020), menjelaskan dukungan sosial berkontribusi dalam peningkatan kesejahteraan psikologis. Mengingat usia remaja merupakan periode transisi yang akan

dihadapkan dengan berbagai tekanan psikologis, keberadaan lingkungan sosial yang suportif menjadi kebutuhan penting bagi remaja (Rahmawaty et al., 2022).

Dalam konteks Desa Trangsas sebagai desa wisata, temuan ini menjadi semakin relevan. Dinamika lingkungan industri memberikan peluang bagi remaja untuk terlibat dalam aktivitas produktif dan memperluas jaringan sosial. Namun, tingginya intensitas aktivitas ekonomi juga berpotensi mengurangi kualitas interaksi yang bersifat suportif. Maka, bukan hanya kuantitas interaksi sosial yang penting, tapi kualitas dukungan sosial yang emosional dan bermakna menjadi faktor yang lebih menentukan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja (Mu'awanah et al., 2023).

Hipotesis kedua menyatakan bahwa religiusitas terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, sehingga hipotesis penelitian diterima. selaras dengan penelitian Isnaeni & Nashori (2022), yakni religiusitas berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis. Cakupan dari religiusitas yakni keyakinan, praktik ibadah, pengalaman spiritual, serta nilai moral individu (Amir, 2021). Yang dapat menjadi sumber makna hidup, kontrol diri, dan mekanisme coping terhadap stres. Kosasih et al, (2022), juga menyatakan bahwa religiusitas memberikan rasa harapan, ketenangan, dan tujuan hidup yang mendukung kesejahteraan psikologis.

koefisien regresi sebesar 0,199 menunjukkan bahwa religiusitas tetap menjadi salah satu prediktor kesejahteraan psikologis pada remaja, walaupun kontribusinya tidak sebesar dukungan sosial. hal ini menunjukkan bahwa dimensi religius dalam diri individu tetap memiliki peran dalam mendukung kondisi psikologis yang positif. Melalui keyakinan dan nilai-nilai keagamaan yang dihayati, remaja cenderung lebih mampu memaknai pengalaman hidup, mengembangkan sikap syukur, mempertahankan harapan terhadap masa depan, serta menerima berbagai keadaan secara lebih adaptif. Kondisi tersebut akhirnya berperan terhadap terciptanya kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Praditya et al., 2025). Didukung oleh temuan Maulida et al. (2023), yang melaporkan adanya hubungan positif dari variabel religiusitas dan psychological well-being.

Penelitian selanjutnya perlu mempertimbangkan pendekatan religiusitas yang lebih kontekstual dan berorientasi pada aspek afektif. Sebab dalam karang taruna, interaksi sosial yang intens memungkinkan lebih didominasi oleh dukungan sosial dibandingkan religiusitas. Selain itu, kontribusi religiusitas yang lebih kecil dapat dipengaruhi oleh dimensi religiusitas yang digunakan, yang lebih menekankan aspek kognitif dan perilaku sehingga belum sepenuhnya menangkap pengalaman emosional subjektif yang menjadi inti kesejahteraan psikologis.

Simpulan

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja Karang Taruna tidak hanya disebabkan oleh faktor internal individu saja, tapi juga sangat ditentukan dari kualitas dukungan sosial dan religiusitas yang dimiliki remaja. Secara simultan, kedua variabel memberikan pengaruh yang sangat kuat pada kesejahteraan psikologis sedangkan secara parsial dukungan sosial menjadi faktor yang paling

dominan dibandingkan religiusitas. Temuan ini memperkuat pentingnya pemberdayaan remaja berbasis komunitas melalui penguatan relasi interpersonal, rasa memiliki dalam kelompok, serta internalisasi nilai religius yang reflektif dan partisipatif. Oleh karena itu, Karang Taruna dapat dioptimalkan sebagai ruang sosial yang suportif melalui kegiatan kolaboratif, *peer-support*, dan aktivitas keagamaan yang lebih bermakna bagi remaja. Namun terdapat keterbatasan pada penelitian ini yaitu, pada sampel yang relatif terbatas, kondisi pengambilan data sepenuhnya belum optimal dan kurang kondusif, serta variabel penelitian yang belum mencakup faktor lain di luar dukungan sosial dan religiusitas. Selain itu, secara teoretis konsep religiusitas yang digunakan belum sepenuhnya selaras dengan pendekatan afektif dalam kesejahteraan psikologis, maka peneliti selanjutnya lebih baik menggunakan populasi serta sampel yang lebih luas dan juga pengembangan variabel dan pendekatan teoritis yang lebih komprehensif agar didapatkan pemahaman mendalam mengenai kesejahteraan psikologis remaja.

Referensi

- Akrom, M., Yuliasuti, R., & Nawangsari, T. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Missouri Mathematics Project Dengan Metode Talking Stick Terhadap Hasil Belajar Siswa Mts Negeri Tuban. *Jurnal Riset Pendidikan Dan Inovasi Pembelajaran Matematika*, 3(2), 68–77.
- Alawiyah, D., & Alwi, C. A. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 8(2), 30–44.
- Alidrus, N. D., Syahrina, I. A., & Mariana, R. (2022). Dukungan Sosial Dan Religiusitas Dengan Psychological Well-Being Pada Warga Binaan Perempuan Di Lembaga Pemasyarakatan. *Psyche 165 Journal*, 105–112.
- Amir, Y. (2021). Pengembangan Skala Religiusitas Untuk Subjek Muslim. *Indonesian Journal For The Psychology Of Religion*, 1(1), 47–60.
- Andriani, R., Suhwardi, S., & Hapisah, H. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Perilaku Seksual Pranikah. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(10), 3441–3446.
- Ariyanda, M. (2025). *Dukungan Sosial Dalam Kehidupan Remaja*. 5(1), 61–69.
- Awwaliyah, F., Isti'adah, F. N., & Muhajirin, M. (2025). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja Di Smkn 4 Tasikmalaya. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 27–38.
- Banfatin, D., & Lao, H. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologi Remaja Di Kota Kupang. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (Sikontan)*, 3(2), 53–58.
- Edward P, S., & Timothy W, S. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*.
- Elisabet, A., Rosmaida, A., Pratama, A., Jonatan, J., Kristiana, K., Teresia, S., & Yunita, S. (2022). Penyalahgunaan Narkoba Dikalangan Remaja: Bahaya, Penyebab, Dan Pencegahannya. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 1(3), 877–886.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Dengan Religiusitas Sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 12.

- Feriananto, I. A., Mustami'ah, D., & Aquarisnawati, P. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Religiusitas: Studi Psychological Well-Being Pada Taruna Tingkat Ii Aal. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 4(1), 30–43.
- Ghoni, F. A., Anggri Noveni, N., Nur'aeni, & Suwarti. (2025). *The Influence Of Self-Efficacy And Peer Conformity On Academic Dishonesty In Purbalingga 'X' Vocational High School Students*. 7(1), 23–36.
- Hapni, E., Akbar, F., & Ardimen, A. (2024). Bimbingan Konseling Islam Dalam Membangun Religiusitas Remaja Di Sekolah. *Jurnal Mahasiswa Bk An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 10(2), 120–125.
- Harefa, K., Rachmatika, R., Rosyani, P., Herry, N. A. S., & Priambodo, J. (2022). Kegiatan Karang Taruna Rt 004 Rw 012 Pamulang Barat. *Praxis: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 78–83.
- Hasanuddin, H., & Khairuddin, K. (2021). Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa Sma Negeri 2 Binjai. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi Uma*, 13(2), 148–155.
- Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Adaptasi Psychological Well-Being Short Scale Pada Mahasiswa*. 7(1), 141–149.
- Ibrohim, Q. M., Muhid, A., & Arif, Z. (2024). Efektivitas Dukungan Sosial Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis: Sebuah Tinjauan Literatur. *Proceedings Of Psychonutrition Student Summit*, 1(1), 108–117.
- Isnaeni, R., & Nashori, H. F. (2022). *Pengaruh Religiusitas Dan Welas Asih Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus The Effect Of Religiosity And Self-Compassion On The Psychological Wellbeing In Parents Of Children With Special Needs*. 27, 147–164. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss1.art10>
- Keyes, C. L. M. (2014). *The Mental Health Continuum : From Languishing To Flourishing In Life **. 43(2), 207–222.
- Khoerani, J., Lestari, E. S., Azizah, N., & Wulandari, T. (2024). Pengaruh Religiusitas Dan Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Santri. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 7, 104–118.
- Kis, M., Fitriani, W., & Irawati, M. (2024). Analisis Dampak Penggunaan Aplikasi Tiktok Pada Remaja: A Systematic Literature Review. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), 227–238.
- Kistianingsih, K. A., & Purwandari, E. (2020). Rasa Syukur, Dukungan Sosial, Dan Kesejahteraan Psikologis Purna Jabatan Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal Psikohumanika*, 12(2), 133–151.
- Kosasih, I., Kosasih, E., & Zakariyya, F. (2022). Religiusitas Dan Kesejahteraan Psikologis. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(2), 127–134.
- Maulida, K., Safarina, N. A., & Zahara, C. I. (2023). Religiusitas Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Jamaah Pasca Suluk. *Insight: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 112–127.
- Mu'awanah, R. M., Andari, Y. D., Hariyono, M., Aristaputri, D., & Pradana, H. H. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Burnout Mahasiswa Dengan Peran Ganda. *Psycho Aksara: Jurnal Psikologi*, 1(2), 226–233. <https://doi.org/10.28926/psychoaksara.v1i2.1025>

- Mulia, T. I., & Sundari, A. R. (2024). Pengaruh Religiusitas Dan Regulasi Emosi Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 4(1), 47–57.
- Nabila, S. (2023). Perkembangan Remaja. In *Psikologi Perkembangan* (Vol. 155). Lovrinz Publishing.
- Nugraha, B. (2022). *Pengembangan Uji Statistik: Implementasi Metode Regresi Linier Berganda Dengan Pertimbangan Uji Asumsi Klasik*. Pradina Pustaka.
- Praditya, S., Humaira, H. F., Hendrawan, F. Y., & Nashori, F. (2025). Peranan Religiositas Islam Terhadap Kesejahteraan Psikologis: Sebuah Pendekatan Kajian Literatur Sistematis. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 9(1), 48–61.
- Priyatno, D. (2013). Mandiri Belajar Analisis Data Dengan Spss. *Yogyakarta: Mediakom*.
- Putri, H. M., & Febriyanti, D. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Orangtua Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 9(5), 375–383.
- Rahmawaty, F., Silalahiv, R. P., Berthiana, T., & Mansyah, B. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 276–281.
- Ramadhani, S., Annapta, M., Agustina, A., Al Fajar, M. F., & Malica, I. R. (2025). Makna Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Anggota Irma Masjid Agung Palembang. *Proceeding Conference On Da'wah And Communication Studies*, 4, 768–781.
- Restuningsih, A., & Krismona, E. B. (2026). Perkembangan Identitas Dan Self-Esteem Siswa Menurut Teori Erikson. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(1), 50–56.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Sahrah, A., & Yuniasanti, R. (2018). Efektivitas Pelatihan Pemberian Dukungan Sosial Pada Walinapi Dengan Metode Bermain Dan Permainan Peran. *Jurnal Psikologi*, 45(2), 151–163.
- Sayyidah, A. F., Mardhotillah, R. N., Sabila, N. A., & Rejeki, S. (2022). Peran Religiusitas Islam Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 13(2), 103–115.
- Shiddiq, M. I., Fitra, M. A., Patricia, R., Afriani, D. I., Bahar, F. A., & Malay, E. D. (2020). Social Support Is Positively Correlated With College Adjustment In First-Year Students. *3rd International Conference On Intervention And Applied Psychology (Iciap 2019) And The 4th Universitas Indonesia Psychology Symposium For Undergraduate Research (Uipsur 2019)*, 549–558.
- Siregar, A. D., Ravico, R., Anggraini, R. S., Handican, R., & Rafiska, R. (2022). Pemberdayaan Mandiri Karang Taruna Dalam Inovasi Kerajinan Bambu Hutan Adat Temedak Untuk Meningkatkan Keterampilan Pemuda Desa Kabupaten Kerinci. *Rengganis Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 233–238.
- Situmorang, K. B., Milfayetty, S., & Hasanuddin, H. (2024). Pengaruh Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Dimoderasi Oleh Dukungan Sosial Teman Sebaya. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 18(6),

4144–4155.

- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D. *Alfabeta, Bandung*.
- Windianasari, W. (2024). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Santri Kelas Xi Di Sekolah Al-Wildan Islamic School Tangerang. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 4(3), 1–7.
- Wulandari, F., & Lestari, R. (2024). *Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Mahasiswa Di Provinsi Jawa Tengah*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.