

## Peran *Religious Coping* dan Tawakal Untuk Meningkatkan *Subjective Wellbeing* Pada Masyarakat Melayu

Ikhwanisifa, Raudatussalamah

Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau  
email: [ikhwanisifa@uin-suka.ac.id](mailto:ikhwanisifa@uin-suka.ac.id)

### Abstrak

#### Artikel INFO

Diterima: 23 Desember 2021  
Direvisi: 11 Februari 2021  
Disetujui: 24 April 2022

DOI:  
<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.15265>

Setiap orang mendambakan kebahagiaan dan hidup yang bermakna, kebahagiaan dianggap lebih penting dari pada uang dan kebaikan moral. Kebahagiaan sebagai bagian dari *subjective wellbeing* merupakan salah satu kualitas hidup individu dan masyarakat yang baik termasuk masyarakat Melayu. Salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective wellbeing* adalah religiusitas. Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana coping religious dan tawakkal dapat mempengaruhi subjective well-being atau kesejahteraan diri pada masyarakat melayu. Partisipan penelitian merupakan 161 masyarakat Melayu Kecamatan Bukit Batu kabupaten Bengkalis yang berprofesi sebagai Petani. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan skala *religious coping* yakni BriefRCOPE yang dikembangkan (Pargament, Smith, Koenig, & Perez (1998), skala Tawakkal yang dikembangkan Rusydi (Putri & Uyun, 2017.; Husnar, Saniah & Nashori, 2017.; Sartika & Kurniawan, 2015) dan skala subjective well-being (Diener et.al, 2002). Hasil analisis menunjukkan *religious coping dan tawakal* secara bersama memiliki hubungan dengan *subjective well-being* dengan nilai (F) 4.046 dengan nilai (p) 0.019 (p<0.05). Artinya bahwa individu yang memiliki kesejahteraan subjektif adalah individu yang mampu memiliki keyakinan yang kuat terhadap agama dan Tuhannya yang diwujudkan dalam sikap tawakkal dalam hidupnya saat dihadapkan pada permasalahan.

**Kata kunci:** *Coping Religious, Tawakkal, Subjective Well Being*

### ***The Role of Religious Coping and Tawakal to Improve Subjective Wellbeing in Malay Society***

#### Abstract

Everyone longs for happiness and a meaningful life, happiness is considered more important than money and moral goodness. Happiness as part of subjective well-being is a good quality of life for individuals and communities, including the Malay community. One of the factors that influence subjective well-being is religiosity.. This study aims to see how religious coping and tawakkal can affect subjective well-being or self-welfare in Malay society. Research participants are 161 Malay people in Bukit Batu District, Bengkalis Regency who work as farmers. The research data was obtained using a religious coping scale, namely the BriefRCOPE developed (Pargament, Smith, Koenig, & Perez (1998), the Tawakkal scale developed by Rusydi (Putri & Uyun, 2017; Husnar, Saniah & Nashori, 2017; Sartika & Kurniawan, 2017). , 2015) and the subjective well-being scale (Diener et.al, 2002).. The results of the analysis show that religious coping and tawakkal together have a relationship with subjective well-being with a value of (F) 4.046 with value (p) 0.019 (p<0.05). This means that individuals who have subjective well-being are individuals who are able to have a strong belief in religion and God which is manifeste in an attitude of tawakkal in their lives when faced with problems.

**Keywords:** Coping Religious, Tawakkal, Subjective Well Being

#### Pendahuluan

Setiap orang mendambakan kebahagiaan dan hidup yang bermakna. Penelitian yang dilakukan oleh King dan Napa (dalam Hadjam

& Nasiruddin, 2003) menemukan bahwa kebahagiaan dan hidup yang bermakna dianggap lebih penting dari pada uang dan kebaikan moral. Kebahagiaan sebagai bagian dari *subjective wellbeing* merupakan salah

satu kualitas hidup individu dan masyarakat yang baik (Diener et al., 2003). Bahkan, sejak tahun 2015 Persatuan Bangsa Bangsa (PBB) mengembangkan tujuan pembangunan berkelanjutan (SDG's) salah satunya adalah kesejahteraan atau *wellbeing*.

Berdasarkan survei Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2014 ditemukan bahwa semakin tinggi pendapatan rumah tangga, semakin tinggi pula indeks kebahagiaan. Indeks kebahagiaan merupakan indeks komposit yang disusun oleh tingkat kepuasan terhadap aspek kehidupan yang esensial. Selanjutnya berdasarkan tempat tinggal menurut survei BPS tahun 2017 menemukan bahwa tingkat kebahagiaan masyarakat kota lebih tinggi dibanding masyarakat desa. Kebahagiaan masyarakat kota lebih personal seperti kepuasan terhadap pendidikan, pekerjaan, pendapatan dan fasilitas, sedangkan masyarakat desa lebih kepada relasi sosial, keamanan dan kenyamanan ([www.bps.go.id](http://www.bps.go.id)).

Diener et al., (1999) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang memberikan kontribusi terhadap *subjective wellbeing* adalah faktor demografi. Reid (Utami, 2012) mengatakan bahwa beberapa penelitian *subjective wellbeing* terkait dengan perbedaan budaya, yakni budaya individual dan kolektif. Budaya individual lebih memandang evaluasi diri yang positif sebagai hal yang penting untuk penilaian global atas kesejahteraan, sedangkan pada budaya kolektif kesejahteraan lebih bergantung pada konteks sosial dan hubungan dengan orang lain.

Menurut Hamka (dalam Arrasyid, 2019) people today, and people in the future always want the same thing as happiness. The concept of happiness is not something new for both the world of Sufism and philosophy, therefore the concept of happiness experiences the dynamic development of the concept. Hamka is one of the scholars in Indonesia who discusses the concept of happiness, but Hamka has its own characteristics in explaining happiness.

According to Hamka, happiness actually exists in every human being, happiness can be achieved from inside, not from outside, happiness that comes from outside of ourself is only as a complement to happiness inside, happiness can be achieved if humans always hone and develop tools which can be used to achieve happiness and these tools are religion, reason, and mind. These three things have a relationship with each other, if humans are able to develop these three things then humans can achieve happiness in their lives. In achieving happiness, these three things can be applied by using several methods namely *zuhud*, *sincere*, *qana'ah* and *tawakal*. The background of this research will explain the concept of happiness in the modern mysticism of Hamka. This research is a library research, and to make it more functional and useful, this paper will be equipped by a description method, interpretation and analysis of data in detail for each problem raised, therefore it can obtain a comprehensive understanding.”, "container-title": "Refleksi: Jurnal Filsafat dan Pemikiran Islam", "DOI": "10.14421/ref.2019.1902-05", "ISSN": "2548-4745, 1411-9951", "issue": "2", "journalAbbreviation": "Ref", "page": "205", "source": "DOI.org (Crossref bahagia itu dekat dengan individu dan ada di dalam diri individu tersebut. Sejalan dengan pendapat Hamka tersebut, jauh sebelumnya Diener, (1984) menyatakan bahwa kesejahteraan melibatkan pengalaman menyenangkan dan penghargaan dalam hidup, bagaimana individu mengevaluasi kehidupan terkait komponen kognitif dan emosional.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective wellbeing* adalah religiusitas (Eryilmaz, 2015); (Holder et al., 2010). Selain itu McDonald dan Gorsuch (Utami, 2012) mengungkapkan salah satu cara individu untuk mengelola masalah dalam kehidupan dan stress adalah dengan menggunakan keyakinannya melalui *religious coping*. *Religious coping* adalah sebuah penyelesaian masalah dengan menggunakan kepercayaan atau perilaku beragama untuk mencegah atau mengurangi konsekuensi emosional

negatif yang penuh tekanan (Pargament et al., 2000). Kesulitan, kekurangan dan permasalahan yang dialami oleh individu akan berkurang atau dapat dihindari dengan melakukan *religious coping* salah satunya dengan mendekati diri kepada Allah. Sebagaimana yang diungkapkan Al-Jauziyyah & Thayib, (1999) bahwa tidak ada kebahagiaan, kelezatan, kenikmatan dan kebaikan hati melainkan jika Allah sebagai Tuhannya.

Islam memiliki suatu konsep yang juga merupakan *coping religious* yaitu tawakkal. Tawakkal merupakan penyerahan diri kepada Allah. Mujid, (2012) menyebutkan istilah Tawakkal merupakan salah satu bentuk karakter kepribadian muhsin. Tawakkal memiliki beberapa keutamaan, diantaranya terkait pertolongan, perlindungan dan pemeliharaan Allah (Q.S. Al-Imran: 122, 160, 173; An-Nisa': 109, 132, 171), dan sebagai jaminan rezeki dari Allah (QS.At-Thalaq: 3). Sebagaimana Ibnu Abbas berkata dalam sebuah hadist yang diriwayatkan oleh Bukhari (Nawawi et al, 2009);

*"Allah yang mencukupkan kami dan Dialah sebaik baik tempat menyerahkan urusan adalah kalimat yang diucapkan Nabi Ibrahim as, ketika dilemparkan ke dalam api. Juga diucapkan oleh Nabi Muhammad saw. Ketika orang-orang berkata, "sesungguhnya orang-orang kafir berkumpul untuk menyerangmu, maka takutlah kepada mereka., Namun, Keimanan para sahabat semakin kuat. Mereka mengucapkan, hasbunallahu wa ni'mal wakil.*

Selain itu tawakkal merupakan solusi terbaik di saat sulit. Orang yang tawakkal akan merasa tenang karena memiliki keyakinan akan pertolongan Allah dan merasakan bahwa kehidupannya telah dijamin oleh Allah sehingga tidak merasa takut akan ancaman dan kesulitan dalam hidupnya. Selain itu orang yang tawakkal menghindarkan individu dari sikap materialis dan tidak menyesal terhadap apa yang dicapai namun tetap bangga terhadap apa yang diusahakan (Mujid, 2012).

Berdasarkan pemaparan ini dapat dibuat suatu hipotesis bahwa 1. Terdapat hubungan antara *religious coping* dan tawakkal dengan *subjective wellbeing* pada masyarakat melayu. 2. Terdapat hubungan antara *religious coping* dengan *subjective well being*. 3. Terdapat hubungan antara tawakkal dengan *subjective well being*.

## **Metode**

### *Desain Penelitian*

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan penelitian yang bersifat kuantitatif korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah masyarakat melayu yang berprofesi sebagai petani yang berada di kabupaten Bengkalis Kecamatan Bukit Batu. Subjek dipilih dengan teknik sampling insidental. Dengan jumlah Subjek 161 orang petani Melayu yang berusia 16-60 Tahun di Kecamatan Bukit Batu Kabupaten Bengkalis.

### *Pengukuran*

Alat ukur yang digunakan yaitu skala *BriefRCOPE* yang disusun berdasarkan pada aspek *Positive Religious Coping* menurut Pargament et al., (1998) dengan nilai reliabilitas 0,87. Contoh aitemnya "saya membaca Alquran untuk menghibur hati saya disaat sedih". Kemudian skala Tawakkal yang dikembangkan Rusydi (Putri & Uyun, 2017); (Husnar et al., 2017); (Sartika & Kurniawan, 2015) dengan nilai reliabilitas 0,878, contoh aitemnya "saya menyerahkan semua masalah yang terjadi pada hidup saya kepada Allah." Terakhir skala *subjective well-being* (Diener et.al, 2002 dalam Diener et al., 2003) dengan nilai reliabilitas 0.7. Contohnya "Saya merasa bahagia ketika dapat melayani orang lain". Aitem dibuat dalam bentuk pernyataan *favourable dan unfavourable*. Subjek diminta untuk memilih empat alternatif jawaban yang terdiri dari pilhan jawaban sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, hingga sangat tidak sesuai. Yang kemudian diberikan penilaian dengan masing masing skor 1-4 untuk aitem favorable dan sebaliknya untuk aitem unfavourable.

**Analisis data**

Hasil skor skala yang telah disebar, akan dianalisis untuk menguji empat hipotesis dalam penelitian ini. Pertama Apakah *religious coping* dan tawakal dapat mempengaruhi *subjective wellbeing*. Kedua Apakah *religious coping* dapat mempengaruhi *subjective wellbeing*. Ketiga Apakah tawakal dapat mempengaruhi *subjective wellbeing*. Terakhir Apakah *religious coping* dapat meningkatkan

*subjective wellbeing* dengan dimediasi oleh tawakal. Untuk menjawab hipotesis pertama sampai ketiga digunakan teknik analisis *Regresi Berganda*. Analisis dilakukan dengan bantuan teknik pengolahan data dari program *SPSS 25.0 for Windows*.

**Hasil**

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan regresi berganda diperoleh data sebagai berikut:

**Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	F	R	R Square	Sig. (p)	Ket
<i>Coping Religious, Tawakal dengan Subjective Well-being</i>	4.046	0.221	0.049	0.019	Diterima

Hipotesis satu yakni Terdapat hubungan antara *religious coping* dan tawakal dengan *subjective wellbeing*. Berdasarkan analisis berganda di peroleh nilai  $F=4.046$  dan  $p=0.019$  ( $p<0.05$ ). Maka hipotesis diterima yaitu *coping religious*

dan tawakal secara bersama-sama memiliki hubungan dengan *subjective well-being*. Pengaruh *coping religious* dan tawakal secara bersama-sama sebesar 4,9% dan 95,1% ditentukan oleh faktor lain.

**Tabel 2 Nilai Coeffisients (b) Kedua Prediktor dalam Model Regresi Berganda**

Model	Unstandardized Co-efficient		Standardized Coefficient	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(constant)	50.976	23.107		2.206	0.029
<i>Coping Religious</i>	0.022	0.284	0.007	0.079	0.937
Tawakal	0.580	0.221	0.218	2.628	0.009

Hipotesis kedua dan ketiga yakni :

- Hipotesis kedua *religious coping* mempengaruhi *subjective well being*.
- Hipotesis ketiga tawakal mempengaruhi *subjective well being*.

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwasanya *religious coping* tidak mempengaruhi *subjective well being*  $p=0.937$  ( $p>0.05$ ). Sedangkan tawakal dapat mempengaruhi *subjective well-being*  $p=0.009$  ( $p<0.05$ ). Oleh karena itu hipotesis kedua ditolak ketiga diterima. Artinya secara terpisah *religious coping* tidak memiliki kaitan dengan *subjective well being*.

**Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis berganda hipotesis pertama pada penelitian dapat diterima ( $F=4.046$ ;  $p = 0.019$ ) artinya semakin tinggi skor *coping religious* dan tawakal maka semakin tinggi skor *subjective well-being*. Oleh karenanya *coping religious* dan tawakal secara bersama-sama memiliki hubungan dengan *subjective well-being*. Dimana

pengaruh *coping religious* dan tawakal secara bersama-sama sebesar 4,9% dan 95,1% ditentukan oleh faktor lain. Penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang bahagia dan sejahtera adalah individu yang mampu memiliki keyakinan dan tawakal. Artinya saat individu menghadapi persoalan hidup dengan keyakinan yang kuat terhadap agama dan Tuhannya yang diwujudkan dalam sikap tawakal.

Saat individu dihadapkan pada permasalahan, individu melakukan aktivitas ibadah seperti (berdoa, shalat, berdzikir, membaca Al quran) atau menceritakan permasalahannya kepada ulama membuat individu lebih pasrah terhadap persoalan yang dihadapi sehingga memunculkan ketenangan dan ketentraman hati. Hal ini sejalan dengan pendapat Darajat (2017 dalam Daulay, 2020) bahwa Agama berfungsi sebagai pembimbing dalam kehidupan, penolong dalam kesulitan dan mampu menentramkan batin bagi individu yang mengalami kegelisahan. Agama mempunyai peran penting dalam mengelola stres, agama dapat memberikan individu pengarahan/bimbingan, dukungan, dan harapan, seperti halnya pada dukungan emosi (Pargament, dalam Kasberger, 2002).

Hal ini sejalan dengan pendapat Poloma dan Gallup (dalam Sartika & Kurniawan, 2015) bahwasanya ibadah seperti shalat secara teratur, memiliki hubungan yang signifikan dengan beberapa komponen kebahagiaan atau *well being*. Begitu pula dengan keyakinan kuat terhadap Allah SWT menyebabkan individu menjadi lebih pasrah, sabar, merasa cukup dan yakin apa yang telah dilalui merupakan sebuah ketetapan hidup. Chang dan Gorsuch (dalam Sartika & Kurniawan, 2015) menyatakan bahwasanya orang dewasa memiliki ketergantungan yang sangat kuat dengan Tuhannya, kebanyakan akan selalu menghubungkan setiap peristiwa hidupnya dengan agama yang dianut, karena kedekatan ini menimbulkan kesejahteraan psikologis yang baik. Sehingga keyakinan yang kuat terhadap pencipta menyebabkan *subjective well being* seorang individu menjadi lebih tinggi (Ading et al., 2012).

Geroge (dalam Gamayanti, 2018) it cause subjective well being is getting lower and give impact to repeated physical disorder.”, "container-title": "Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi", "DOI": "10.15575/psy.v6i2.2210", "ISSN": "2502-2903, 2356-3591", "issue": "2", "journalAbbreviation": "psy", "language": "id", "page": "932-940", "source": "DOI.org (Crossref menyatakan bahwasanya seseorang yang religius akan memiliki kesehatan fisik dan mental yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan (Chamberlain & Hall, 2000); Koenig, McCullough, & Larson, 2001 dalam Compton, 2006 dalam Gamayanti, 2018) it cause subjective well being is getting lower and give impact to repeated physical disorder.”, "container-title": "Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi", "DOI": "10.15575/psy.v6i2.2210", "ISSN": "2502-2903, 2356-3591", "issue": "2", "journalAbbreviation": "psy", "language": "id", "page": "932-940", "source": "DOI.org (Crossref bahwa coping religius berpengaruh positif terhadap kesehatan fisik dan mental seseorang. (Utami, 2012) menemukan ada korelasi positif antara coping religius positif dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa, baik dalam kehidupannya di kampus maupun kehidupan personalnya. Salah satu bentuk coping yang dapat dilakukan individu dari sumber agama adalah tawakal. Artinya tawakal sebagai salah satu bentuk coping religious memiliki hubungan yang positif dengan kesejahteraan atau *subjective well-being*.

Hipotesis kedua bahwasanya secara terpisah coping religius tidak memiliki hubungan dengan *subjective well-being*  $p=0.937$  ( $p>0.05$ ) artinya hipotesis tidak diterima. Artinya bahwa tidak semua penyelesaian masalah melalui keyakinan atau pendekatan dengan agama membuat individu menjadi bahagia dan sejahtera. Hal ini bisa disebabkan karena penyelesaian masalah melalui pendekatan agama, masih dalam tahapan pemahaman saja, belum sampai kepada keyakinan dalam perbuatan. Hal ini sejalan dengan pendapat Gamayanti, 2018) it cause subjective well being is getting

lower and give impact to repeated physical disorder.”, "container-title": "Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi", "DOI": "10.15575/psy.v6i2.2210", "ISSN": "2502-2903, 2356-3591", "issue": "2", "journalAbbreviation": "psy", "language": "id", "page": "932-940", "source": "DOI.org (Crossref bahwasanya saat *religious coping* yang dilakukan sebatas ritual belum dilakukan dengan penuh keyakinan maka terkadang *coping* tidak selalu berdampak positif terhadap ketenangan hati dalam menghadapi masalah. Individu yang dihadapkan pada tekanan psikologis, keyakinan dan pengalaman individu dalam beragama harus diubah menjadi coping yang lebih khusus. Coping yang lebih khusus akan dapat menyebabkan individu mampu menghadapi persoalan dalam hal ini coping khusus tersebut adalah tawakal (Pargament, et al., 1998 dalam Utami, 2012).

Hipotesis ketiga dari hasil penelitian menunjukkan bahwa tawakal memiliki hubungan dengan *subjective well-being*  $p=0.009$  ( $p<0.05$ ). artinya saat individu pasrah, dan menerima setiap ketentuan yang sudah diberikan kepada dirinya, ia akan merasa bahagia, tentram dan memperoleh ketenangan batin. Hal ini sejalan dengan (Dumaiji 2015) menyatakan bahwasanya saat seseorang tawakal kepada Allah maka ia akan merasa aman, merasa dilindungi, memperoleh ketenangan jiwa, kebahagiaan hati, memperoleh kecukupan dalam segala kehidupannya. Saat seorang individu tawakal ia menyelaraskan kepasrahan dengan usaha yang terbaik (Rusdi dalam Husnar dkk 2017). Tawakkal memiliki makna mewakili atau menyerahkan semua urusan kepada Allah SWT, sebagai zat yang mampu menyelesaikan semua urusan, setelah manusia tidak lagi memiliki daya dan kemampuan untuk menyelesaikannya (Mujid, 2012).

## Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa coping religius yang dimediasi oleh tawakal

dapat berpengaruh terhadap *subjective well being* masyarakat Melayu. Oleh karena itu diharapkan masyarakat dapat mempertahankan dan meningkatkan tawakal dalam rangka menyandarkan seluruh persoalan kepada Allah dan diikuti dengan usaha yang maksimal, agar lebih sering merasakan emosi yang positif dalam kehidupannya. Keyakinan tawakal dalam hati disertai usaha untuk semakin mendekatkan diri kepada Allah melalui berbagai ibadah sebagai perwujudan dari tawakal kepada Allah SWT dapat terus ditingkatkan. Selanjutnya *religious coping* dan tawakal yang sudah sangat baik pada masyarakat Bukit Batu dapat terus dipertahankan dengan terus melakukan program pemberdayaan dan pengembangan pengetahuan melalui ceramah ustad atau kajian rutin yang dilakukan di masjid atau majelis taklim.

## Daftar Pustaka

- Ading, C. E., Seok, C. B., Hashmi, S. I., & Maakip, I. (2012). Religion and gender differences in stress, happiness and life satisfaction. *Southeast Asia Psychology Journal*, 1, 46–55. <https://www.researchgate.net/publication/276234082>
- Al-Jauziyyah, I. Q., & Thayib, A. H. U. A. (1999). *Manajemen qalbu melumpuhkan senjata syetan*. Darul Falah.
- Arrasyid, A. (2019). Konsep Kebahagiaan Dalam Tasawuf Modern Hamka. *Refleksi: Jurnal Filsafat Dan Pemikiran Islam*, 19(2), 205. <https://doi.org/10.14421/ref.2019.1902-05>
- Chamberlain, T., & Hall, C., A. (2000). *Realized Religion: Relationship Between Religion & Health*. Templeton Foundation Press.
- Daulay, N. (2020). *Koping Religius dan Kesehatan Mental Selama Pandemi Covid-19: Studi Literatur*. 2, 349–358.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations

- of Life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403–425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Dumaji. Umar. Abdullah. 2011. *Tawakkal bergantung Sepenuhnya Kepada Allah*. Jakarta: Tim Pustaka Al Inabah
- Eryilmaz, A. (2015). Investigation of the Relations between Religious Activities and Subjective Well-being of High School Students. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 15(2), 433–444. <https://doi.org/10.12738/estp.2015.2.2327>
- Gamayanti, W. (2018). Religious Coping Dengan Subjektive Well –Being Pada Orang Yang Mengalami Psikofisiologis. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 932–940. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i2.2210>
- Hadjam, M. N. R., & Nasiruddin, A. (2003). Peranan Kesulitan Ekonomi, Kepuasan Kerja Dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis. *Jurnal Psikologi*, 2, 72–80.
- Holder, M. D., Coleman, B., & Wallace, J. M. (2010). Spirituality, Religiousness, and Happiness in Children Aged 8–12 Years. *Journal of Happiness Studies*, 11(2), 131–150. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9126-1>
- Husnar, A. Z., Saniah, S., & Nashori, F. (2017). Harapan, Tawakal, dan Stres Akademik. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 94. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1179>
- Kasberger, E. R. (2002). A Correlational Study of Post-Divorce Adjustment and Religious. *Second Annual Undergraduate Research Symposium CHARIS Institute of Wisconsin Lutheran College Milwaukee, WI 53226*, 14.
- Mujid, A. (2012). *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam.pdf*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519–543. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(200004\)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200004)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1)
- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. (1998). Patterns of Positive and Negative Religious Coping with Major Life Stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(4), 710. <https://doi.org/10.2307/1388152>
- Putri, A. S., & Uyun, Q. (2017). Hubungan Tawakal Dan Resiliensi Pada Santri Remaja Penghafal Al Quran Di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(1), 12.
- Sartika, A., & Kurniawan, I. N. (2015). Skala Tawakal Kepada Allah: Pengembangan Ukuran-Ukuran Psikologis Surrender To God Dalam Perspektif Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 20(2). <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol20.iss2.art3>
- Utami, M. S. (2012). Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif. *JURNAL PSIKOLOGI*, 39(1), 46–66. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6966>