

## Peran *Psychological Capital* dan *Spirituality* Dalam Meningkatkan *Subjective Well-Being* Mahasiswa dan Dampaknya Terhadap *Academic Achievement*

Rita Susanti<sup>1</sup>, Ikhwanisifa<sup>2</sup>, Anggia Kargenti Evanurul Maretih<sup>4</sup>, Annisa Diana Rahma<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Islam Sultan Syarif Kasim Riau  
email: rita.susanti@uin-suska.ac.id

### Abstrak

#### Artikel INFO

Diterima : 22 Agustus 2022  
Direvisi : 17 Januari 2023  
Disetujui : 28 Januari 2023

DOI:  
<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.18869>

*Academic Achievement* di perguruan tinggi merupakan dasar keberhasilan dan keunggulan mahasiswa. Pencapaian ini dapat diraih dengan kesehatan mental yang baik seperti *Subjective Well-Being* (SWB) yang tinggi.. Dalam hal ini untuk mencapai *Subjective Well-Being* perlu memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi. Dalam banyak penelitian yang telah dilakukan bahwa prediktor yang mempengaruhi *Subjective Well-Being* adalah variabel *Psychological Capital* (PsyCap) dan *Spirituality* (Avey dkk., 2010); (Luthans & Luthans, 2015); (Lun & Bond, 2013). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh PsyCap dan *Spirituality* terhadap *Subjective Well-Being* dan dampaknya terhadap *academic achievement* pada mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa salah satu perguruan tinggi di Riau sebanyak 565 mahasiswa. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan skala PsyCap (Luthans dkk., 2007), skala *Spirituality* (Dasti & Sitwat, 2014), dan skala *Subjective Well-Being* (*The satisfaction with scale*/SWLS oleh (Diener dkk., 1985) dan *Scale of positive and negative experience* (SPANE) oleh (Diener, Oishi, dkk., 2009). Hasil penelitian menunjukkan PsyCap berpengaruh positif terhadap *Subjective Well-Being*, dan *Spirituality* juga berpengaruh terhadap *Subjective Well-Being* siswa. Temuan lain menunjukkan bahwa *Subjective Well-Being* dapat mempengaruhi *academic Achievement* siswa. Artinya mahasiswa dengan kapasitas PsyCap yang tinggi dan mampu menginternalisasi nilai-nilai *Spirituality* dalam kehidupannya akan mampu mempengaruhi *Subjective Well-Being* dan berdampak pada *academic Achievement*.

**Kata kunci:** Psychological Capital, Spirituality, Subjective Well-Being, Academic Achievement

### The Role of Psychological Capital and Spirituality in Increasing College Students' Subjective Well-Being and the Impact on Academic Achievement

#### Abstract

Academic achievement in higher education is the foundation of student success and excellence. This achievement can be achieved with good mental health such as high subjective well-being. In this case, to achieve high subjective well-being, it is necessary to pay attention to the influencing factors. In many studies that have been done predictors that affect subjective well-being are the variables Psychological Capital (PsyCap) and Spirituality (Avey dkk., 2010); (Luthans & Luthans, 2015); (Lun & Bond, 2013). The purpose of this study was to see the effect of Psychological Capital and Spirituality on subjective well-being in students. The subjects in this study were students of one of the universities in Riau as many as 565 students. The data in this study were obtained using the PsyCap scale (Luthans dkk., 2007), the spirituality scale (Dasti & Sitwat, 2014), and the subjective well-being scale (*The satisfaction with scale*/SWLS by (Diener dkk., 1985) and *Scale of positive and negative experience* (SPANE) by (Diener, Oishi, dkk., 2009)). The results show PsyCap positively affected subjective well-being, and Spirituality also affected students' subjective well-being. Other findings shows that subjective well-being can affect student academic achievement. This means that students with high PsyCap capacity and to able internalize spirituality values in their lives will be able to influence subjective well-being and have an impact on academic achievement.

**Keywords :** Psychological Capital, Spirituality, Subjective Well Being, Academic Achievement

## Pendahuluan

Sebagian Masyarakat Indonesia memandang bahwa prestasi akademik dan keahlian sebagai landasan keberhasilan dan keunggulan. Perguruan tinggi adalah Lembaga Pendidikan yang berperan penting dalam mencapai tujuan ini. Namun, perbedaan budaya dan status ekonomi dari mahasiswa, membuat perbedaan pada psikologis dan kognitif mereka, seperti berbedanya motivasi, kemampuan penyesuaian diri, potensi, dan kemampuan, sehingga berdampak pada keberhasilan prestasi belajar. Beberapa mahasiswa yang masuk pada perguruan tinggi telah memiliki sumber daya kognitif dan psikologis yang kuat sehingga mereka dapat mengatasi tantangan yang mereka hadapi secara efektif, sedangkan yang lain berjuang untuk menyesuaikan diri dengan keunikan dan persyaratan lingkungan akademik, karenanya mereka sering rentan terhadap kecemasan dan stres akademik.

Stres merupakan suatu keadaan ketika mahasiswa menganggap tekanan terkait akademik melebihi kemampuan mereka untuk mengatasi, sehingga menyebabkan perubahan psikologis atau biologis (Cohen dkk., 1997). Menurut Olejnik & Holschuh (2007) Stres dalam proses belajar atau dalam kegiatan pembelajaran terjadi disebabkan oleh banyaknya beban dan tugas yang dihadapi mahasiswa (dalam Basith dkk., 2021). Beban tugas, persaingan, ketidakmampuan dalam mencapai prestasi, masalah finansial, tidak terjalinnya hubungan baik antar mahasiswa dan dosen, kurang kondusif lingkungan, program semester, dan rendahnya kemampuan dalam mendapatkan referensi belajar, menjadi penyebab stres pada mahasiswa. Hal ini karena kemampuan individu yang dimiliki berbanding terbalik dengan tuntutan dari lingkungan belajar yang harus dipenuhi (Agolla & Ongori, 2009).

Saat ini terjadi perubahan besar pada model pembelajaran karena adanya pandemi.

Transisi sistem pembelajaran dari tatap muka langsung menjadi sistem pembelajaran online, kemudian beralih lagi pada model semi *online* dan *offline* atau luring. Kondisi ini memberikan dampak psikologis pada mahasiswa yakni mahasiswa mengalami kegelisahan, kecemasan dan stres. Perubahan sistem dan peralihan aktivitas pembelajaran dimasa pandemi ini dapat menjadi pemicu munculnya stres akademik pada mahasiswa. Stres akademik menyebabkan ketidakbahagiaan dan tekanan mental pada mahasiswa sehingga mempengaruhi Kesehatan mental secara negatif (Charles dkk., 2013) dan penurunan *Subjective Well-Being* (SWB) mahasiswa.

Pandangan Diener dkk., (1997) menyebutkan bahwa SWB dimakna sebagai penilaian seseorang melalui aspek kognitif dan afektif terhadap pengalaman hidupnya, yang tergambar dalam beberapa komponen. Penilaian ini meliputi reaksi emosi terhadap peristiwa dan kepuasan hidup yang dialami individu. Hal ini menunjukkan bahwa SWB merupakan pengalaman emosi yang menyenangkan, kepuasan terhadap segala aspek kehidupan dan memiliki afek negatif yang rendah. *Subjective well-being* menurut Biswas-Diener dkk., (2004) mencakup tiga komponen penting yakni pertama, individu memiliki emosi positif (*Positive Affect*) yang tinggi seperti Bahagia, gembira, hati yang lega, penuh kasih sayang, kedua, rendahnya emosi negatif (*Negative Affect*) seperti takut, amarah, sedih. Sedangkan komponen ketiga memiliki kepuasan terhadap seluruh aspek kehidupan (*Life Satisfaction*), seperti puas terhadap Kesehatan mental dan fisiologis, puas dengan segala aspek hidupnya seperti Pendidikan, bidang pekerjaan, kehidupan sosial dan keluarga (Diener, Oishi, dkk., 2009). Hal ini artinya individu yang memiliki SWB adalah individu yang memiliki emosi positif yang tinggi, puas terhadap seluruh kehidupannya, dan terhindar dari emosi negatif.

Pembahasan *Subjective well-being* pada mahasiswa sangat penting karena

sangat berkaitan dengan pencapaian keberhasilan aktivitas akademik mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki SWB yang tinggi akan berpengaruh dengan penurunan tingkat stres dan peningkatan pencapaian prestasi akademik (IPK) (Renshaw & Bolognino, 2016). Penelitian serupa yang dilakukan oleh Suldo dkk., (2011) menyebutkan bahwa *subjective well-being* berdampak pada peningkatan prestasi akademik, kehadiran dalam mengikuti perkuliahan, dan memiliki Kesehatan mental. Fokus kajian penelitian ini melihat secara ilmiah gambaran SWB mahasiswa dan faktor yang mendominasi peningkatan dan penurunan SWB pada mahasiswa. Sehingga temuan penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam Menyusun program-program pengembangan peningkatan SWB bagi mahasiswa. Selain itu pandangan Angkurawaranon dkk., (2016) menyebutkan bahwa SWB yang rendah di kalangan mahasiswa terbukti dapat mengganggu pengembangan profesional seperti gaya hidup tidak sehat, masalah Kesehatan mental, dan kegagalan akademik. SWB sangat penting bagi mahasiswa untuk mencapai keberhasilan. Suasana stres yang muncul akan berdampak pada Kesehatan psikologis dan akan berdampak negatif terhadap akademik mahasiswa (Dwyer & Cummings, 2001). Penelitian yang dilakukan Tuna dkk., (2017) tentang hubungan antara *subjective well-being* dan keberhasilan akademik mahasiswa tahun pertama menggunakan *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) dan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS), dan menemukan bahwa ada hubungan antara *subjective well-being* dengan kinerja akademik mahasiswa. Hal ini dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* penting dalam peningkatan *academic achievement* mahasiswa.

Penelitian ini juga melihat faktor apa saja yang mempengaruhi peningkatan *subjective well-being* pada mahasiswa. Beberapa Faktor yang dapat meningkatkan SWB individu adalah *Psychological Capital* dan *Spirituality*. *Psychological Capital* (*PsyCap*) dapat

meningkatkan *subjective well-being* individu (Avey dkk., 2010). *Psychological Capital* dapat menurunkan afek negatif seperti cemas, kejenuhan, dan stres pada pelajar (Aliyev & Karakus, 2015) dan meningkatkan *well-being* pada mahasiswa (Luthans & Luthans, 2015). Konsep *Psychological capital* mengacu pada dasar psikologis positif yang dimiliki individu untuk mengembangkan karakter positif yakni *hope*, *self-efficacy*, *resiliency* dan *optimism* (model HERO) (Luthans dkk., 2007). Pelajar dengan *Psycap* yang tinggi umumnya lebih percaya diri (*Self-Efficacy*) dalam situasi akademik mereka, lebih gigih dan memiliki rencana dan tujuan akademik, optimis untuk mencapai hasil akademik yang positif, dan memiliki ketahanan (*resiliensi*) untuk pulih dengan cepat dari berbagai masalah. Hal ini menunjukkan bahwa *PsyCap* yang tinggi akan dapat meningkatkan *subjective well-being* pada individu.

Selain itu, faktor *spirituality* juga menjadi predictor bagi *subjective well-being*. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa *Spirituality* menjadi faktor penting dalam meningkatkan *subjective well-being* dan kepuasan hidup individu (Fredrickson, 2002); (Diener., 2011); (Galen & Kloet, 2011); (Lun dan Bond, 2013); dan (Van Cappellen dkk., 2016). *Spirituality* menurut Pargament, (2007) adalah nilai-nilai individu, keyakinan, perilaku dan identitas yang berfokus pada aspek sakral atau fungsional agama. Penelitian menemukan ada hubungan positif antara *Spirituality* dan kepuasan hidup individu (Yoon & Lee, 2004). Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *spirituality* dengan *subjective well-being* pada individu.

Berdasarkan kajian teori dan fenomena di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara ilmiah "Peran *Psychological Capital* Dan *Spirituality* Dalam Meningkatkan *Subjective Well-Being* pada Mahasiswa Dan Dampaknya Terhadap *Academic Achievement*". Hipotesis yang diajukan adalah: a) Ada pengaruh *Psychological Capital* terhadap *subjective*

*well-being* pada mahasiswa; b) Ada pengaruh *Spirituality* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa; dan c) Ada pengaruh *subjective well-being* terhadap *academic achievement* pada mahasiswa

## Metode

### Disain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, yaitu untuk menguji pengaruh sebuah variabel terhadap variabel lainnya. Pada penelitian, *Psychological Capital*, *Spirituality* dan *Subjective Well-Being* merupakan variabel bebas yang diuji pengaruhnya terhadap *Academic Achievement*.

### Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa pada salah satu Universitas negeri di Riau jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 565 mahasiswa. Mahasiswa perempuan sebanyak 289 (51%) dan mahasiswa laki-laki sebanyak 276 (49%). Mahasiswa berasal dari beberapa jurusan yakni Dakwah sebanyak 213 (38%), Saintek sebanyak 177 (31%), Ushuluddin 120 (21%) dan Psikologi sebanyak 55 (10%). Jumlah subjek ini didasarkan pada teknik sampling proposional sampling sebanyak 10% tiap Fakultas dengan melakukan random (menentukan sampel dengan acak pada populasi yang homogeny). Hal ini sejalan dengan pandangan Gat dkk (1992) yang menyebutkan bahwa dalam penelitian deskriptif dapat diambil sampel sekurang-kurangnya 10% dari tiap elemen populasi.

### Pengukuran

Penelitian ini menggunakan skala psikologi untuk mengukur masing-masing variabel. Ada empat skala yang digunakan. Pertama skala *Psychological Capital* yang modifikasi oleh peneliti yang disesuaikan

dengan konteks penelitian. Skala *PsyCap* disusun mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Luthans dkk., (2007) yakni HERO (*Hope, Efficacy, Resiliency* dan *Optimism*). Pengukuran *Subjective Well-Being* menggunakan *The Satisfaction with Life Scale* (SWLS) oleh Diener dkk., (1985) dan *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE) (Diener, Wirtz, dkk., 2009). Ketiga, *Spirituality Scale* yang dimodifikasi oleh peneliti yang mengacu pada aspek teori yang dikemukakan oleh Dasti & Sitwat, (2014), yang disusun berdasarkan beberapa aspek yakni *Self Discipline* (SD), *Quest and Search for Divinity* (Q), *Anger & Expansive Behavior* (A&E), *Self-Aggrandizement* (SA), *Feeling Of Connectedness with Allah* (FC), *Meanness-Generosity* (M-G), *Tolerance Intolerance* (TI), *Islamic Practies* (IP). Skala ini disusun dengan model skala Likert dengan enam alternatif jawaban yakni mulai dari "sangat tidak setuju, tidak setuju, agak tidak setuju, agak setuju, setuju dan sangat setuju". Setiap aitem diberikan range skor 1-6.

Penelitian ini menggunakan metode SEM-WarpPLS untuk melakukan evaluasi model pengukuran untuk menentukan spesifikasi hubungan antara variabel laten dengan indikator didalamnya, yang memuat *validity test* (Convergent Validity) serta *reliability test* (*Cronbach's alpha*). Variabel *Academic achievement* berada pada *loading factor* 1,000, kemudian *Subjective Well-Being* memiliki rentang faktor *loading* yang dimulai dari 0,412 sampai 0,715. Untuk variabel *PsyCap* 0,448 sampai 0,708, kemudian untuk *spirituality* 0,404 sampai dengan 0,679. Dengan demikian seluruh indikator memiliki nilai *loading factor* diatas 0,4. Hal ini menjelaskan bahwa seluruh indikator yang ada pada konstruk variabel memenuhi persyaratan validitas konvergen. Sejalan dengan penjelasan Haryono (2017), bahwa nilai *loading factor* yang masih diterima berada pada rentang diatas 0,4.

Langkah Pengujian berikutnya adalah menguji *reliability test* yang diukur dengan

standar kriteria yakni *Cronbach alpha*. Sebuah Variabel penelitian dinyatakan reliabel jika nilai *cronbach's alpha* diatas 0,6 dan nilai *composite*

*reliability* diatas 0,70. Berdasarkan perhitungan maka dapat dilihat nilai *cronbach's alpha* dan *composite reliability* pada Tabel 1 berikut ini.

**Tabel 1.**

**Reliabilitas Cronbach's alpha**

	AcaAchi	SWB	PsyCap	Sprtlty
Cronbach's Alpha Coefficients	1,000	0,853	0,893	0,905

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat nilai dari *cronbach's alpha* untuk setiap varibel kontrak penelitian ini berada pada 0,60. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kontrak dinyatakan reliabel.

**Analisis Data**

Dalam penelitian ini data yang diperoleh dianalisis menggunakan metode analisis *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan pendekatan *Partial Least Square* (PLS). analisis PLS ini bertujuan menganalisis variabel laten untuk tujuan prediksi dan memprediksi pengaruh variabel independent terhadap variabel serta menjelaskan hubungan teori diantara kedua variabel tersebut, Pendekatan PLS ini digunakan untuk data yang digunakan tidak harus memenuhi asumsi data terdistribusi normal. Analisis SEM-PLS yang digunakan dalam penelitian ini adalah Warp-PLS karena data yang tidak terdistribusi normal, indikator yang cukup banyak dan memiliki subjek lebih dari 30 (hal ini sesuai dengan syarat dari penggunaan WarpPLS). Pandangan Kock, (2010) menyebutkan bahwa Warp-PLS adalah sebuah *software* yang membantu mengidentifikasi non-linier antar variabel laten dan mengoreksi nilai *path coefficient*. Tahapan Analisis SEM-WarpPLS mengikuti dua tahapan pertama analisis pada alat ukur atau instrumen untuk mengkonfirmasi indikator-indikator yang benar-benar mewakili variabel laten dari model penelitian. Tahapan kedua yakni analisis model struktural untuk menguji hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini.

Analisis pertama terkait analisis model pengukuran terkait pada dua uji validitas yakni

*convergent validity* dan *discriminat validity*. *Convergent validity* adalah korelasi antara skor variabel laten dengan skor indikatornya, sedangkan *discriminant validity* merupakan pengukuran untuk melihat apakah indikator-indikator suatu kontrak tidak berkorelasi dengan indikator dari kontrak lain. Artinya skor pada indikator variabel laten lebih besar dari skor blok sebelahnya atau variabel lainnya (Ghozali, 2014). Analisis kedua adalah model struktural yakni melihat hubungan antar variabel laten. Indikator model fit didasarkan pada kriteria penilaian model menurut Sholohin & Ratmono (2013) berdasarkan nilai *average R-squared* (ARS) baik jika  $p < 0.05$ , *average path coefficient* (APC) bernilai baik jika  $p < 0.05$  dan *average variance inflation factor* (AVIF) bernilai baik jika  $AVIF < 5$ . Selanjutnya untuk. Melihat uji hipotesis ada pengaruh signifikan antar variabel didasarkan pada nilai *path coefficient* dengan membandingkan pada nilai *p-value* dengan *alpha* (tingkat kesalahan) sebesar 5% ( $\leq 0.05$ ).

**Hasil**

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilihat dari nilai *p-value* dan *path coefficients* untuk melihat tingkat signifikansi pengaruh antar variabel. Ketentuan penerimaan hipotesis dalam penelitian ini didasarkan pada nilai *p-value* yang dibandingkan dengan taraf kesalahan 5% ( $p \leq 0,05$ ). Hasil uji hipotesis pengaruh langsung antar kontrak dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 2.**

**Hasil path Coefficients dan P-Values**

Hipotesis Langsung	Path Coefficients	P value	Hipotesis
<i>Psychological Capital</i> → <i>Subjective Well-Being</i>	0,330	<0,001	Diterima
<i>Spirituality</i> → <i>Subjective Well-Being</i>	0,135	<0,001	Diterima
<i>Subjective Well-Being</i> → <i>Academic Achievement</i>	0,208	<0,001	Diterima

Berdasarkan Tabel 2 di atas dapat digambarkan hasil pengujian hipotesis sebagai berikut.

- a. *Psychological capital* memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* dengan nilai *path coefficient* sebesar 0,330 dengan *P value* < 0,001. Hasil ini menunjukkan bahwa *Psychological capital* berpengaruh signifikan terhadap *subjective well-being*, artinya setiap peningkatan *Psychological capital* sebesar 1 satuan, maka akan meningkatkan *subjective well-being* sebesar 0,330 dan sebaliknya dengan asumsi variabel lain tetap.
- b. *Spirituality* memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* dengan nilai *path coefficients* sebesar 0,135 dengan *P-value* < 0,001. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *P value* < 0,001 yang artinya bahwa *spirituality* berpengaruh signifikan

terhadap *subjective well-being*. Nilai *path coefficient* sebesar 0,135 yang artinya setiap peningkatan *spirituality* sebesar 1 satuan, maka akan meningkatkan *subjective well-being* sebesar 0,135 dan sebaliknya, dengan asumsi variabel lain tetap.

- c. *Subjective well-being* berpengaruh terhadap *academic achievement* dengan nilai *path coefficient* sebesar 0,205 dan *P value* < 0,001. Hasil ini menunjukkan bahwa *subjective well-being* berpengaruh terhadap *academic achievement*. Nilai *path coefficient* sebesar 0,208, maka dapat diartikan bahwa peningkatan *subjective well-being* sebesar 1 satuan, maka akan meningkatkan *academic achievement* sebesar 0,205 dan sebaliknya, dengan asumsi variabel lain tetap.

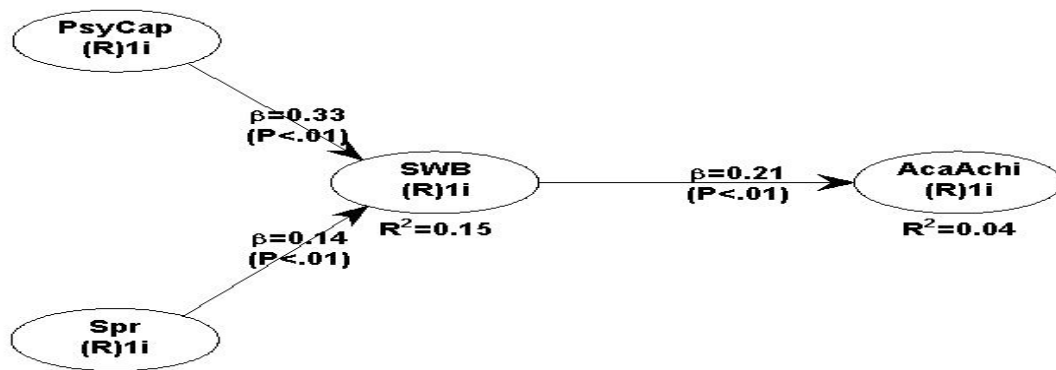
**Tabel 3.**

**Uji Koefisien Determinan/R-squared**

Variabel	<i>AcaAchi</i>	SWB	<i>PsyCap</i>	<i>Spr</i>
<i>AcaAchi</i>		0,043		
SWB			0,119	0,028

Tabel 3 menunjukkan nilai *R-Squared* atau kontribusi variabel *subjective well-being* terhadap *academic achievement* sebesar 0,043. Artinya sebesar 4.3% variabel *academic achievement* dapat dipengaruhi oleh *subjective well-being*. Kemudian kontribusi variabel *psychological capital* terhadap *subjective well-being* adalah sebesar 0,119 atau 11,9%.

Artinya sebesar 11,9% *psychological capital* dapat mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa. Sedangkan kontribusi variabel *spirituality* terhadap *subjective well-being* adalah sebesar 0,028 atau 2,8%. Artinya sebesar 2.8% *spirituality* dapat mempengaruhi *subjective well-being* mahasiswa. Interrelasi antar variabel dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Hasil pengujian Hipotesis

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Psychological Capital* (PsyCap) memberikan pengaruh terhadap *subjective well-Being* dengan kontribusi sebesar 11,9%. Artinya bahwa mahasiswa dengan *psychological capital* akan mampu mengembangkan atau meningkatkan *subjective well-being*-nya. *Psychological capital* dapat membantu mengembangkan dan meningkatkan well-being individu (Luthans dkk., 2007). Selain itu, *PsyCap* yang tinggi dapat meningkatkan kepuasan hidup dan meningkatkan performa individu (Luthans dkk., 2007). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa *PsyCap* terkait dengan Well-Being pelajar, dimana *PsyCap* dapat memberikan kekuatan tambahan bagi mereka untuk mengatasi hambatan keberhasilan akademik seperti stress dan keseimbangan pekerjaan dan kampus (Luthans & Luthans, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa *Hope*, *Self-efficacy*, *Resiliency* dan *optimism* (HERO) sebagai komponen *PsyCap* dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif (Afzal dkk., 2016). Artinya Mahasiswa yang memiliki kapasitas HERO yang besar dapat memastikan mereka mendapatkan kesejahteraan.

Hasil konfirmasi hipotesis pertama ini menunjukkan bahwa *PsyCap* dapat mempengaruhi *Subjective Well-Being*. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa memiliki ketahanan diri yang baik akan dapat meningkatkan *subjective well-being*-

nya. Serangkaian penelitian menyebutkan bahwa resiliensi/ketahanan menjadi predictor *subjective well-being* (Ong dkk., 2006). Hasil ini menjelaskan bahwa mahasiswa yang penuh harapan memiliki pandangan positif terhadap masa depannya dan sikap inilah yang akan meningkatkan *subjective well-being*-nya. Hal senada disampaikan oleh Billington dkk., (2008) bahwa harapan dapat memprediksi penyesuaian psikologis dan harga diri individu serta *subjective well-being* individu. Selain itu, aspek optimism yang dimiliki *PsyCap* dapat mempengaruhi *subjective well-being*. Individu optimis dengan masa depan mereka akan selalu berharap hal positif dalam kehidupannya itulah yang menyebabkan mereka merasa Bahagia dan puas terhadap hidup mereka dan akan memiliki *subjective well-being* yang tinggi (Ciarrocchi & Deneke, 2006). Temuan ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki *PsyCap* yang baik artinya memiliki efikasi diri yang tinggi, dimana individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memiliki keyakinan diri bahwa akan mampu mencapai apa yang mereka inginkan sehingga mereka dapat mencapai *subjective well-being* yang tinggi pula (Caprara & Steca, 2005); Luszczynska dkk., (2005).

Temuan dalam penelitian ini mendukung studi sebelumnya yakni *PsyCap* memiliki dampak langsung terhadap *subjective well-being* individu (Avey dkk., 2010);(Choi & Lee, 2014);(Culbertson dkk., 2010), individu dengan

*hope*, efikasi diri, resiliensi dan optimisme yang tinggi akan lebih puas dengan kehidupan pribadi mereka. Hubungan PsyCap dan *subjective well-being* yang kuat menunjukkan *PsyCap* menjadi atribut positif dalam menghadapi tantangan sehingga mahasiswa dapat menyesuaikan perilakunya dalam menilai dan memitigasi tantangan akademik yang dihadapinya. Artinya saat mahasiswa mengalami kesulitan dan hambatan, maka mahasiswa akan mampu mencari jalan keluar untuk mengatasinya, dan bertanggungjawab serta percaya diri terhadap keberhasilan kemampuan yang dimiliki. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa nilai-nilai *spirituality* yang dimiliki mahasiswa dapat meningkatkan *subjective well-being* mahasiswa, semakin baik *spirituality* mahasiswa maka akan semakin tinggi *subjective well-being* mahasiswa. Artinya individu yang memiliki kekuatan *spirituality* akan memiliki *subjective well-being* yang tinggi pula. Individu dengan transenden dan keterlibatan *spirituality* yang tinggi, akan memberikan penilaian yang lebih positif terhadap kehidupan mereka (Vishkin dkk., 2019; Ramsay dkk., 2019).

Penelitian ini menemukan sumbangan efektif *spirituality* terhadap *subjective well-being* sebesar 2.8%, artinya *spirituality* dapat mempengaruhi *subjective well-being* sebesar 2.8% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain seperti faktor keluarga, hubungan pertemanan, dukungan sosial dan juga ekonomi. Walaupun sumbangan variabel *spirituality* masih kecil namun *spirituality* dapat menjadi predictor yang dapat meningkatkan *subjective well-being*. Temuan ini didukung oleh studi yang dilakukan oleh (Fisher & Coskun, 2013) bahwa spiritualitas individu dalam bentuk kedekatan dengan Tuhan dapat meningkatkan *subjective well-being* bagi mahasiswa. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Kim & Esquivel, (2011) menyatakan bahwa spiritualitas menjadi kekuatan diri individu sehingga lebih optimis dalam hidup dan mampu menghadapi kesulitan dalam kehidupan.

Spiritualitas dapat membantu mengatasi segala kesulitan hidup termasuk pada kesulitan akademik yang dihadapi mahasiswa. Dalam penelitian ini subjek penelitian mayoritas beragama Islam dan berada pada kategori sedang. Artinya spiritualitas yang dimiliki mahasiswa tergolong baik. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah menginternalisasikan nilai-nilai spiritualitas dalam kehidupannya. Temuan ini menunjukkan bahwa individu yang rutin menjalankan ibadah sehari-hari, toleransi terhadap sesama, dan mengikuti kajian-kajian keagamaan dan mampu menginterlisasikan nilai-nilai agama dalam hidupnya, maka individu tersebut akan mampu meningkatkan *subjective well-being* pada kehidupannya. Temuan ini sejalan ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Velasco-Gonzalez & Rioux, (2014) bahwa hubungan inividu dengan transenden terkait ibadah kepada allah dan interaksi sosial yang baik dengan sesama manusia akan dapat mengembangkan perasaan dan pikiran positif sehingga mencapai kepuasan hidup.

Selanjutnya, *subjective well-being* mempengaruhi *academic achievement* mahasiswa dengan kontribusi sebesar 4,3%. Artinya semakin tinggi *subjective well-being* mahasiswa maka akan semakin tinggi *academic achievement* mahasiswa tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa *Subjective well-being* berkaitan dengan hasil penting Pendidikan seperti aspirasi Pendidikan, keterlibatan akademik, kehadiran dikelas dan prestasi akademik serta putus sekolah (Chambel & Curren, 2005); (Nickerson dkk., 2011); (Tuominen-Soini dkk., 2011).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa keberhasilan akademik mahasiswa dipengaruhi oleh *subjective well-being* mahasiswa. Kategorisasi *subjective well-being* mahasiswa ditemukan berada kategori sedang dan tinggi. Artinya mahasiswa memiliki kepuasan terhadap hidupnya, didominasi emosi positif, dan cenderung rendah dalam hal



emosi negatif. *Subjective well-being* yang tinggi dapat membantu pencapaian keberhasilan akademik mahasiswa, yang ditunjukkan oleh indeks prestasi yang sebagian besar berada pada kategori pujian/*cum laude*. *Subjective well-being* merupakan kombinasi kepuasan hidup dan emosi positif yang terkait dengan perasaan tertarik, aktif, antusias, penuh perhatian yang menunjukkan mahasiswa yang bahagia dengan hidupnya inilah yang menjadi sumber daya untuk mendorong mahasiswa mencapai tujuan hidupnya, termasuk motivasi akademik dan prestasi akademik (*academic achievement*) (Quinn & Duckworth, 2007; Ayyash-Abdo & Sánchez-Ruiz, 2012; Tuna dkk., 2017). Temuan ini juga dimaknakan bahwa emosi positif yang menyenangkan berfungsi sebagai dorongan untuk mencapai prestasi akademik mahasiswa. Selain itu, emosi positif yang tinggi menggambarkan bahwa kehidupan individu berjalan dengan baik, terpenuhinya tujuan hidupnya, dan sumber yang menjadi pendorong dalam pencapaian prestasi akademik. *Subjective well-being* yang tinggi artinya individu tersebut berada dalam suasana hati yang tepat untuk mencapai tujuan dan prestasi akademik (Lyubomirsky dkk., 2005; Ayyash-Abdo & Sánchez-Ruiz, 2012). Temuan ini juga konsisten dengan hasil penelitian Turashvili & Japaridze (2012) dan Chattu dkk. (2020) bahwa mahasiswa dengan indeks kesejahteraan yang tinggi memiliki kinerja akademik yang sedang atau tinggi pula.

## **Kesimpulan**

Penelitian menemukan bahwa mahasiswa dengan PsyCap (HERO) dan *spirituality* yang baik akan memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa perguruan tinggi perlu memberikan pembekalan PsyCap dan *Spirituality* bagi mahasiswa yang memiliki hambatan akademik seperti stress akademik dan masalah Kesehatan mental lainnya agar mahasiswa tersebut mampu mengembangkan

kesejahteraan subjektif yang baik. Sebab *subjective well-being* yang tinggi dapat meningkatkan *academic achievement* mahasiswa. artinya menunjukkan bahwa *subjective well-being* merupakan aspek penting dari kehidupan akademik siswa terutama dalam meningkatkan capaian prestasi akademik.

## **Daftar Pustaka**

- Afzal, A., Atta, M., & Malik, N. I. (2016). *Role of Positive Psychological Capital in Prediction of Emotions and Subjective Wellbeing among Adolescents*. 11.
- Agolla, J. E., & Ongori, H. (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students: The case of University of Botswana. *Educational Research and Review*, 8.
- Aliyev, R., & Karakus, M. (2015). The Effects of Positive Psychological Capital and Negative Feelings on Students' Violence Tendency. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 190, 69–76. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.918>
- Angkurawaranon, C., Jiraporncharoen, W., Sachdev, A., Wisetborisut, A., Jangiam, W., & Uaphanthasath, R. (2016). Predictors Of Quality Of Life Of Medical Students And A Comparison With Quality Of Life Of Adult Health Care Workers In Thailand. *SpringerPlus*, 5(1), 584. <https://doi.org/10.1186/s40064-016-2267-5>
- Avey, J. B., Luthans, F., Smith, R. M., & Palmer, N. F. (2010). Impact Of Positive Psychological Capital On Employee Well-Being Over Time. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(1), 17–28. <https://doi.org/10.1037/a0016998>
- Ayyash-Abdo, H., & Sánchez-Ruiz, M.-J. (2012). Subjective Wellbeing And Its Relationship With Academic Achievement And Multilinguality Among Lebanese University Students. *International Journal of Psychology*, 47(3), 192–202. <https://doi.org/10.1080/00207594.2011.614616>

- Basith, A., Syahputra, A., Fitriyadi, S., Rosmayadi, R., Fitri, F., & Neni Triani, S. (2021). Academic Stress And Coping Strategy In Relation To Academic Achievement. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 40(2), 292–304. <https://doi.org/10.21831/cp.v40i2.37155>
- Billington, E., Simpson, J., Unwin, J., Bray, D., & Giles, D. (2008). Does Hope Predict Adjustment To End-Stage Renal Failure and Consequent Dialysis? *British Journal of Health Psychology*, 13(4), 683–699. <https://doi.org/10.1348/135910707X248959>
- Biswas-Diener, R., Diener, E., & Tamir, M. (2004). The Psychology Of Subjective Well-Being. *Daedalus*, 133(2), 18–25. <https://doi.org/10.1162/001152604323049352>
- Caprara, G. V., & Steca, P. (2005). Affective and Social Self-Regulatory Efficacy Beliefs as Determinants of Positive Thinking and Happiness. *European Psychologist*, 10(4), 275–286. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.10.4.275>
- Chambel, M. J., & Curral, L. (2005). Stress in Academic Life: Work Characteristics as Predictors of Student Well-being and Performance. *Applied Psychology*, 54(1), 135–147. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2005.00200.x>
- Charles, S. T., Piazza, J. R., Mogle, J., Sliwinski, M. J., & Almeida, D. M. (2013). The Wear and Tear of Daily Stressors on Mental Health. *Psychological Science*, 24(5), 733–741. <https://doi.org/10.1177/0956797612462222>
- Chattu, V. K., Sahu, P. K., Seedial, N., Seecharan, G., Seepersad, A., Seunarine, M., Sieunarine, S., Seymour, K., Simboo, S., & Singh, A. (2020). Subjective Well-Being and Its Relation to Academic Performance among Students in Medicine, Dentistry, and Other Health Professions. *Education Sciences*, 10(9), 224. <https://doi.org/10.3390/educsci10090224>
- Choi, Y., & Lee, D. (2014). Psychological capital, Big Five traits, and employee outcomes. *Journal of Managerial Psychology*, 29(2), 122–140. <https://doi.org/10.1108/JMP-06-2012-0193>
- Ciarrocchi, W. J., & Deneke, E. (Eds.). (2006). Hope, Optimism, Pessimism, and Spirituality as Predictors of Well-Being Controlling for Personality. In *Research in the Social Scientific Study of Religion, Volume 16* (Vol. 16, pp. 161–183). BRILL. [https://doi.org/10.1163/9789047417675\\_013](https://doi.org/10.1163/9789047417675_013)
- Cohen, S., Kessler, R. C., & Gordon, L. U. (Eds.). (1997). *Measuring stress: A guide for health and social scientists*. Oxford University Press.
- Culbertson, S. S., Fullagar, C. J., & Mills, M. J. (2010). Feeling Good and Doing Great: The Relationship Between Psychological Capital and Well-Being. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(4), 421–433. <https://doi.org/10.1037/a0020720>
- Dasti, R., & Sitwat, A. (2014). Development of a Multidimensional Measure of Islamic Spirituality (MMIS). *Journal of Muslim Mental Health*, 8(2). <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0008.204>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2009). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *The Oxford Handbook of Positive Psychology* (pp. 186–194). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0017>
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent Findings on Subjective Well-Being.pdf. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25–41.
- Diener, E., Tay, L., & Myers, D. G. (2011). The Religion Paradox: If Religion Makes People Happy, Why are so Many Dropping Out? *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1278–1290. <https://doi.org/10.1037/a0024402>

- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., & Oishi, S. (2009). New Measures of Well-Being. In E. Diener (Ed.), *Assessing Well-Being* (Vol. 39, pp. 247–266). Springer Netherlands. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4\\_12](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_12)
- Dwyer, A. L., & Cummings, A. L. (2001). *Stress, Self-Efficacy, Social Support, and Coping Strategies in University Students*. 35(3), 13.
- Fisher, J. W., & Coskun, M. K. (2013). *Investigating Spiritual Well-Being Among Divinity and Religious Education Students In Turkey*. 29(2), 21. <https://www.researchgate.net/publication/256498970>
- Fredrickson, B. L. (2002). How Does Religion Benefit Health and Well-Being? are Positive Emotions Active Ingredients? *Psychological Inquiry*, 13(3), 209–213. <http://www.jstor.org/stable/1449332>
- Galen, L. W., & Kloet, J. D. (2011). Mental Well-Being In The Religious and The Non-Religious: Evidence For A Curvilinear Relationship. *Mental Health, Religion & Culture*, 14(7), 673–689. <https://doi.org/10.1080/13674676.2010.510829>
- Gay, L.R. dan Diehl, P.L. (1992), *Research Methods for Business and Management*, MacMillan Publishing Company, New York
- Ghozali, Imam., 2014, *Structural Equation Modeling, Metode Alternatif dengan Partial Least Square (PLS)*, Edisi 4. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Haryono, Siswoyo. 2017. *Metode SEM Untuk Penelitian Manajemen Dengan AMOS LISREL PLS*. Luxima Metro Media
- Kim, S., & Esquivel, G. B. (2011). Adolescent Spirituality and Resilience: Theory, Research, and Educational Practices. *Psychology in the Schools*, 48(7), 755–765. <https://doi.org/10.1002/pits.20582>
- Kock, N. (2010). Using WarpPLS in E-collaboration Studies: An Overview of Five Main Analysis Steps. *International Journal of E-Collaboration*, 6(4), 1–11. <https://doi.org/10.4018/jec.2010100101>
- Lun, V. M.-C., & Bond, M. H. (2013). Examining The Relation Of Religion and Spirituality To Subjective Well-Being Across National Cultures. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(4), 304–315. <https://doi.org/10.1037/a0033641>
- Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The General Self-Efficacy Scale: Multicultural Validation Studies. *The Journal of Psychology*, 139(5), 439–457. <https://doi.org/10.3200/JRLP.139.5.439-457>
- Luthans, Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive Psychological Capital: Measurement and Relationship With Performance and Satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3), 541–572. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2007.00083.x>
- Luthans, B. C., & Luthans, K. W. (2015). The Relationship Between Academic Psychological Capital and the Well-Being of Business Students. *Paper Presented at the Forty Fourth Annual Meeting of the Western Decision Sciences Institute (WDSI), Maui, Hawaii. Diunduh Dari Http://Wdsinet.Org/Annual\_Meetings/2015\_Proceedings/Papers/Paper45.Pdf, 2.*
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803–855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>
- Nickerson, C., Diener, E., & Schwarz, N. (2011). Positive Affect and College Success. *Journal of Happiness Studies*, 12(4), 717–746. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9224-8>
- Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. (2006). Psychological Resilience, Positive Emotions, and Successful Adaptation to Stress In Later Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 730–749. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.4.730>
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*. Guilford Press.
- Quinn, P. D., & Duckworth, A. L. (2007). Happiness and Academic Achievement:

- Evidence for Reciprocal Causality. *In Poster Presented at the Annual Meeting of the American Psychological Society, 4.*
- Ramsay, J. E., Tong, E. M. W., Chowdhury, A., & Ho, M. R. (2019). Teleological Explanation and Positive Emotion Serially Mediate the Effect of Religion on Well-being. *Journal of Personality, 87*(3), 676–689. <https://doi.org/10.1111/jopy.12425>
- Renshaw, T. L., & Bolognino, S. J. (2016). The College Student Subjective Wellbeing Questionnaire: A Brief, Multidimensional Measure of Undergraduate's Covitality. *Journal of Happiness Studies, 17*(2), 463–484. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9606-4>
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup* Jilid I. (B. Widyasinta, Penerj.) Penerbit Erlangga.
- Sholihin, Mahfud dan Dwi Ratmono. 2013. *Analisis SEM-PLS dengan WarpPLS 3.0.* Penerbit ANDI
- Suldo, S., Thalji, A., & Ferron, J. (2011). Longitudinal Academic Outcomes Predicted by Early Adolescents' Subjective Well-Being, Psychopathology, and Mental Health Status Yielded From A Dual Factor Model. *The Journal of Positive Psychology, 6*(1), 17–30. <https://doi.org/10.1080/17439760.2010.536774>
- Tuna, M., Yıldırım, J., & Çakmak, H. (2017). Subjective Well-Being and Academic Success of First Year University Students: A Seemingly Unrelated Bivariate Probit Analysis. *Ekonomik Yaklasim, 1.* <https://doi.org/10.5455/ey.36104>
- Tuominen-Soini, H., Salmela-Aro, K., & Niemivirta, M. (2011). Stability and Change In Achievement Goal Orientations: A Person-Centered Approach. *Contemporary Educational Psychology, 36*(2), 82–100. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2010.08.002>
- Turashvili, T., & Japaridze, M. (2012). Psychological Well-Being And Its Relation To Academic Performance Of Students In Georgian Context. *Problems of Education in the 21st Century, 49*(1), 73–80. <https://doi.org/10.33225/pec/12.49.73>
- Van Cappellen, P., Toth-Gauthier, M., Saroglou, V., & Fredrickson, B. L. (2016). Religion and Well-Being: The Mediating Role of Positive Emotions. *Journal of Happiness Studies, 17*(2), 485–505. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9605-5>
- Velasco-Gonzalez, L., & Rioux, L. (2014). The Spiritual Well-Being of Elderly People: A Study of a French Sample. *Journal of Religion and Health, 53*(4), 1123–1137. <https://doi.org/10.1007/s10943-013-9710-5>
- Vishkin, A., Ben-Nun Bloom, P., & Tamir, M. (2019). Always Look on the Bright Side of Life: Religiosity, Emotion Regulation and Well-Being in a Jewish and Christian Sample. *Journal of Happiness Studies, 20*(2), 427–447. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9956-9>
- Yoon, D. P., & Lee, E.-K. O. (2004). Religiousness/Spirituality and Subjective Well-Being Among Rural Elderly Whites, African Americans, and Native Americans. *Journal of Human Behavior in the Social Environment, 10*(1), 191–211. [https://doi.org/10.1300/J137v10n01\\_05](https://doi.org/10.1300/J137v10n01_05)