

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa dewasa awal adalah fase penting dalam kehidupan individu, mereka mulai mengeksplorasi identitas diri, mengambil tanggung jawab baru, dan membangun fondasi untuk masa depan. Kualitas hidup pada tahap ini menjadi aspek utama yang mencerminkan tingkat kepuasan dan kesejahteraan individu. Namun, kualitas hidup di usia dewasa awal sering dipengaruhi oleh berbagai faktor kompleks, seperti transisi dan tantangan hidup, tekanan sosial dan ekonomi, kesehatan mental, kualitas hubungan interpersonal, serta pencarian tujuan dan makna hidup.

Menurut Hurlock bahwa masa dewasa awal berlangsung pada usia 18-40 tahun, saat terjadi perubahan fisik dan psikologis termasuk penurunan kemampuan reproduktif.¹ Pada fase ini, individu dianggap telah matang dan siap mengemban tanggung jawab serta menjalankan peran dalam kehidupan bersama orang dewasa lainnya. Sementara itu, Santrock menjelaskan bahwa dewasa awal adalah masa untuk bekerja dan menjalin hubungan romantis, meskipun terkadang menyisakan sedikit waktu untuk hal lain..²

Transisi yang besar sering dialami pada usia dewasa awal, seperti memasuki dunia kerja, melanjutkan pendidikan, atau membangun hubungan romantis yang serius. Perubahan ini seringkali disertai tekanan dari ekspektasi sosial, ketidakpastian masa depan, dan tanggung jawab baru, yang semuanya dapat berdampak signifikan pada kualitas hidup. Selain itu, tekanan sosial dan ekonomi juga menjadi tantangan utama, termasuk dorongan untuk mencapai kesuksesan berdasarkan standar sosial yang sering tidak realistis, serta tuntutan untuk mencapai kemandirian finansial. Hal ini dapat memicu stres dan kecemasan yang memengaruhi kesejahteraan individu.

¹ Hurlock, E.B *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan*. Alih bahasa: Istiwidayati & Soedjarwo. Edisi Kelima. (Jakarta Erlangga, 1999)

² Santrock, J. W. *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 2*, Wisnu Chandra, Terjemahan. (Jakarta: Erlangga, 2002).

Tekanan sosial dan ekonomi juga dapat mempengaruhi kualitas hidup pada usia dewasa awal. Individu yang merasa tertekan untuk mencapai kesuksesan yang diukur dari standar sosial yang kadang tidak realistis atau untuk mencapai kemandirian finansial yang memadai. Perasaan ini seringkali menimbulkan stress dan kecemasan yang dapat mengganggu kesejahteraan mereka serta mempengaruhi keputusan dan pilihan hidup yang mereka buat.

Masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi dan stress juga sering muncul pada usia dewasa awal dan cukup mempengaruhi kualitas hidup individu. Tekanan dari berbagai transisi hidup, seperti memulai karier, jati diri atau mempertahankan hubungan interpersonal yang sering kali memicu kondisi ini. Ketika individu tidak mampu mengatasi masalah ini, kualitas hidup mereka dapat menurun. Ketidakmampuan untuk mengelola kesehatan mental juga dapat menghambat pencapaian tujuan dan mempengaruhi hubungan sosial, sehingga memperparah dampaknya terhadap kualitas hidup.

Hal ini sejalan dengan teori kualitas hidup dari WHO yang menyatakan bahwa kualitas hidup dipengaruhi oleh empat dimensi utama, yaitu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial dan lingkungan. Diantara dimensi tersebut, aspek kesehatan psikologis menjadi salah satu faktor yang memiliki dampak besar terhadap individu pada usia dewasa awal.

Kualitas hubungan interpersonal dan jaringan dukungan sosial juga berperan penting dalam kualitas hidup pada usia dewasa awal. Hubungan yang sehat dan dukungan dari teman, keluarga dan pasangan dapat menjadi sumber kebahagiaan dan kepuasan yang berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup. Kehadiran jaringan dukungan yang solid juga membantu individu menghadapi tantangan dengan lebih baik, meningkatkan kesehatan mental dan memberikan rasa keamanan emosional. Sebaliknya, isolasi sosial atau konflik dalam hubungan dapat menurunkan kualitas hidup dengan merasa kesepian, tertekan atau tidak dihargai. Konflik interpersonal yang berlarut-larut juga dapat menyebabkan stress tambahan dan mengganggu kesejahteraan mental, yang pada gilirannya mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh karena itu, kualitas hubungan dan dukungan sosial memiliki peran yang penting dalam menentukan kualitas hidup individu.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan peneliti melalui kajian pustaka, kelompok usia dewasa awal merupakan salah satu kelompok yang terdampak cukup besar, baik secara fisik maupun psikologis. Hasil penelitian kolaboratif antara Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) dan Ikatan Psikolog Klinis Indonesia (IPK Indonesia) mengenai kondisi kesehatan mental masyarakat menunjukkan bahwa kelompok usia di bawah 30 tahun memiliki tingkat gejala kecemasan tertinggi sebesar 75,9% serta gejala trauma psikologis sebesar 90,6%. Selain itu, pemikiran terkait bunuh diri paling banyak ditemukan pada rentang usia 18-29 tahun. Hal tersebut merupakan gambaran bahwa kualitas hidup pada usia dewasa awal menurun.³

Menjadi dewasa juga memiliki tantangan tersendiri yaitu dikatakan sebagai masa sulit bagi seorang individu karena pada masa ini seseorang dituntut untuk melepaskan ketergantungannya terhadap orang tua dan berusaha untuk dapat berdiri sendiri. Fenomena saat ini dalam sebuah kehidupan selalu muncul pertanyaan-pertanyaan dari masyarakat. Dalam menjadi dewasa awal, salah satu tugas perkembangan yang harus dijalani adalah menghadapi dunia sosial. Faktanya, untuk menjadi dewasa awal banyak pertanyaan yang muncul dari masyarakat, seperti kapan wisuda, kapan nikah, kapan mendapatkan pekerjaan dan kapan lainnya yang tidak pernah habis. Hal ini membuat para individu harus selalu siap menghadapi tantangan sosial yang memandang mereka sebagai seorang dewasa. Salah satu permasalahan psikologis pada tahap dewasa awal beberapa tahun terakhir ini banyak diperbincangkan yaitu mengenai *Quarter Life Crisis* sehingga menurunnya kesejahteraan spiritual dan kualitas hidupnya.

Fenomena *Quarter Life Crisis* menurut Robbins & Wilner dan Black merupakan reaksi atau respon individu terhadap ketidakstabilan emosi karena perubahan yang terjadi terus menerus, terlalu banyak pilihan, serta kecemasan akibat ketidakpastian dalam hubungan, karir dan kehidupan sosial usia.⁴ Fenomena *Quarter Life Crisis* ini semakin sering dialami oleh generasi muda di Indonesia, khususnya pada usia 18-19 tahun.⁵

³ Yuniar Putri Ridhayanti, Kualitas Hidup Masyarakat Solo Raya Usia Dewasa Awal Selama Pandemi Covid-19. (Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta: 2021) hlm.3

⁴ Alexandra Robbins dan Abby Wilner., *Quarterlife Crisis: The Unique Clenges Of Life In Your Twenties*, (New York: Tarcher Penguin 2001), hlm.3

⁵ Jennifer Herold Olson-Madden, "Correlates and Predictors Life Satisfactions Among 15 to 35- Years Olds: An Exploration of The "Quarterlife Crisis" Phenomenom", ProQuest Dissertation And Theses, (2007), hlm 5.

Samantha, yang juga mengalami *Quarter Life Crisis*, salah satu yang mengalami *Quarter Life Crisis*, menggambarkan kondisi ini sebagai pengalaman umum bagi banyak orang di usia 20-an. Pada fase ini, individu mulai keluar dari zona nyaman, merasa kesepian, dan berusaha mencari jati diri sambil mengkhawatirkan keputusan yang telah mereka ambil untuk masa depan.⁶

Di Indonesia, tekanan sosial dan budaya memiliki peran signifikan dalam memicu terjadinya *Quarter Life Crisis*. Banyak individu di usia dewasa awal merasa terbebani oleh ekspektasi untuk segera mencapai karier yang mapan, kestabilan finansial, dan hubungan yang harmonis. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh platform rekrutmen online *JobStreet* pada tahun 2022, lebih dari 70% responden berusia 20-29 tahun mengungkapkan ketidakpuasan terhadap karier mereka. Banyak di antara mereka merasa bahwa pekerjaan yang dijalani tidak sejalan dengan minat dan tujuan hidup. Selain itu, masalah ekonomi, seperti beban utang pendidikan dan meningkatnya biaya hidup, turut memperburuk keadaan. Fenomena ini menegaskan bahwa *Quarter Life Crisis* di usia dewasa awal merupakan isu penting yang membutuhkan perhatian lebih, baik melalui dukungan psikologis maupun kebijakan pemerintah yang mendukung kesejahteraan generasi muda untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Individu sering mempertahankan tujuan hidup dan mencari makna dalam apa yang mereka lakukan, terutama pada usia dewasa awal, ketika mereka dalam proses menentukan arah hidup mereka. Ketika individu merasa tidak memiliki tujuan yang jelas atau kehilangan makna dalam aktivitas mereka, maka kualitas hidup mereka dapat cukup terpengaruh. Perasaan kebingungan atau kekosongan dalam hal tujuan dapat menyebabkan rasa kehilangan dan ketidakpuasan yang dalam. Tanpa pandangan yang jelas tentang arah ke depan, individu mungkin merasa terjebak dalam rutinitas sehari-hari yang lebih besar. Ini dapat menghasilkan perasaan kekosongan atau ketidakpuasan yang dapat merusak kesejahteraan psikologis mereka dan akhirnya mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan mereka untuk mencapai kesejahteraan yang optimal.

⁶ Ibid

Kesejahteraan spiritual dan kualitas hidup pada usia dewasa awal merupakan aspek penting yang sering kali terabaikan. Dalam beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki perseptif yang lebih positif terhadap tantangan hidup. Dalam penelitian lain juga kesejahteraan spiritual yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah, kemampuan *coping* yang lebih baik dan menemukan bahwa individu muda yang terlibat dalam praktik spiritual atau religius melaporkan tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi dan lebih sedikit mengalami gangguan mental dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki keterlibatan dalam hal tersebut. Selain itu, kesejahteraan spiritual sering kali berkontribusi pada hubungan sosial yang lebih kuat dan mendalam, karena nilai-nilai seperti empati, kebaikan sebagainya dan lebih ditekankan. Dengan demikian, kesejahteraan spiritual tidak hanya meningkatkan kualitas hidup secara emosional dan mental, tetapi juga membantu individu dalam usia dewasa awal untuk menghadapi berbagai tantangan hidup lebih bermakna.

Berdasarkan hasil wawancara kepada seorang masyarakat Desa Panongan RT.02 RW.06 yang dilakukan pada tanggal 25 september 2024 “saya sebagai *fresh graduate*, sering merasakan kegelisahan yang diakibatkan karena transisi dari dunia pendidikan ke dunia kerja. Saya juga mulai merasakan tekanan dan sering merenungkan tujuan hidup dan pencapaian karir. Berbicara tentang kesejahteraan spiritual, menurut saya setiap manusia pasti sangat membutuhkan kesejahteraan apalagi dikaitkan dengan spiritual karena kesejahteraan sangat mempengaruhi dengan kualitas hidup, jika manusia mempunyai kesejahteraan spiritual yang tinggi maka kualitas hidupnya pun akan baik begitupun sebaliknya.”

Melihat fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melihat isu perkembangan menghadapi dewasa awal di Desa Panongan. Sehingga berdasarkan penelitian ini nantinya akan melihat hubungan antara kesejahteraan spiritual dengan kualitas hidup yang dihadapi individu dewasa awal di desa Panongan.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kesejahteraan spiritual pada usia dewasa awal di Desa Panongan RT.02 RW.06 Kec.Jatituh Kab. Majalengka?
2. Bagaimana tingkat kualitas hidup pada usia dewasa awal di Desa Panongan RT.02 RW.06 Kec.Jatituh Kab. Majalengka?

3. Bagaimana hubungan kesejahteraan spiritual dengan kualitas hidup pada masyarakat usia dewasa awal di Desa Panongan RT.02 RW.06 Kec.Jatitutih Kab. Majalengka?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat kesejahteraan spiritual pada usia dewasa awal di Desa Panongan RT.02 RW.06 Kec.Jatitutih Kab. Majalengka
2. Untuk mengetahui tingkat kualitas hidup pada usia dewasa awal di Desa Panongan RT.02 RW.06 Kec.Jatitutih Kab. Majalengka
3. Untuk mengetahui hubungan kesejahteraan spiritual dengan tingkat kualitas hidup pada masyarakat usia dewasa awal di Desa Panongan RT.02 RW.06 Kec.Jatitutih Kab. Majalengka

D. Manfaat Penelitian

a) Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang bermanfaat bagi peneliti selanjutnya, sekaligus membantu memperdalam pemahaman mengenai konsep kualitas hidup dan mendorong pengembangan kesejahteraan spiritual yang berakar pada nilai-nilai spiritualitas Islam.

b). Kegunaan Praktis

Melalui penelitian ini, diharapkan pembaca termotivasi untuk lebih menyadari pentingnya menjaga kesejahteraan spiritual sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas hidup secara optimal.

E. Kerangka berpikir

Usia dewasa awal merupakan fase penting dalam kehidupan individu sering menghadapi sebagai tantangan, seperti pencarian identitas, stabilitas karier dan pembentukan hubungan jangka Panjang. Dalam hal ini, kesejahteraan spiritual berperan penting dalam memberikan landasan bagi individu untuk menemukan makna, tujuan dan nilai-nilai hidup yang lebih dalam. Kesejahteraan spiritual meliputi perasaan damai, hubungan dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri dan integrasi nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari dapat menjadi sumber kekuatan internal yang membantu individu mengatasi stress dan tekanan hidup.

Kesejahteraan spiritual yang tinggi berpotensi meningkatkan kualitas hidup dengan memberikan pandangan hidup yang positif, ketenangan batin, serta kemampuan untuk

menghadapi tantangan dengan lebih baik. Sebaliknya, rendahnya kesejahteraan spiritual dapat mengakibatkan perasaan hampa, kebingungan dan kesulitan dalam menghadapi masa-masa sulit yang pada akhirnya dapat menurunkan kualitas hidup. Oleh karena itu hubungan kesejahteraan spiritual dan kualitas hidup pada usia dewasa awal adalah saling berkaitan, dimana kesejahteraan spiritual yang baik dapat memperkaya dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Kesejahteraan spiritual adalah dimensi kesejahteraan manusia yang mencakup pandangan pribadi terhadap kualitas hubungan seseorang dengan berbagai aspek lingkungan sekitarnya. Hal ini mencakup hubungan dengan Tuhan, sesama manusia, alam, dan juga hubungan dengan diri sendiri. Kesejahteraan spiritual melibatkan dimensi hubungan dengan Tuhan atau kekuatan spiritual yang tinggi yang dapat tercermin dalam praktik keagamaan, doa, meditasi atau pengalaman spiritual yang mengarah pada pemahaman mendalam tentang tujuan hidup.

Selain itu, hubungan dengan sesama manusia menjadi bagian penting dalam kesejahteraan spiritual. Kemampuan untuk membina hubungan yang sehat, saling mendukung dan penuh empati dengan orang lain menciptakan ikatan sosial yang memperkaya pengalaman hidup dan memberikan rasa keterhubungan yang mendalam.

Kesejahteraan spiritual juga melibatkan dengan alam. Keterlibatan positif dengan alam dalam mencakup apresiasi terhadap keindahan alam, tanggung jawab terhadap lingkungan dan kesadaran akan ketergantungan hidup pada ekosistem yang seimbang.

Kesejahteraan spiriritual mencakup hubungan dengan diri sendiri. Ini melibatkan pemahaman diri yang mendalam, penerimaan terhadap kelebihan dan kekurangan serta kemampuan untuk merawat dan memahami kebutuhan batiniah. Proses refleksi diri, pengembangan diri dan pertumbuhan spiritual menjadi bagian dari hubungan dengan diri sendiri dalam konteks kesejahteraan spiritual.

Kesejahteraan spiritual merujuk pada kegembiraan yang berasal dari penerimaan, emosi positif dan hubungan yang baik dengan kekuatan yang lebih tinggi, sesama manusia dan diri sendiri yang dicapai melalui proses kognitif, emosional dan interaksi yang dinamis serta terkoordinasi. Kesejahteraan spiritual menjadi inti dari kesehatan manusia dan menjadi dasar untuk dimensi fisik, psikologis, sosial dan kesejahteraan holistik seseorang.

Pada konteks penjelasan diatas bahwa kondisi kesejahteraan spiritual seseorang akan menentukan menentukan kualitas hidupnya. Ketika individu merasa terhubung secara spiritual, mereka cenderung memiliki ketenangan batin, rasa syukur dan kemampuan untuk menghadapi tantangan dengan lebih baik. Kesejahteraan spiritual juga berperan pada kesehatan mental yang positif dan mengurangi stress yang semuanya berdampak langsung pada kebahagiaan dan kepuasan hidup. Maka pada dasarnya kualitas hidup pun akan mempengaruhi kesejahteraan spiritual seseorang. Ketika individu menikmati kualitas hidup yang baik mencakup aspek kesehatan fisik, hubungan sosial yang positif dan dan keamanan ekonomi maka mereka cenderung merasa lebih terhubung dengan diri sendiri dan orang lain. Dengan demikian kualitas hidup dapat membantu memperkuat kesejahteraan spiritual dan menciptakan siklus positif yang saling mendukung antara keduanya.

Menurut Sherman kualitas hidup seseorang dapat diukur melalui kesejahteraan spiritual, karena individu yang mencapai keberlimpahan secara spiritual cenderung menjalani kehidupan dengan harmoni tanpa kecemasan ataupun ketakutan baik sebagai seorang individu maupun makhluk sosial.⁷

Ibnu Qayyim rahimahullah menyampaikan bahwa jiwa manusia tidak akan mencapai ketenangan dan kedamaian batin jika meninggalkan ketaatan kepada Allah dan melakukan perbuatan maksiat. Sebaliknya, ketenangan jiwa merupakan salah satu tanda kemuliaan dan kesempurnaan dalam ajaran Islam.⁸

Berbagai analisis dari para ahli menawarkan beragam definisi tentang kualitas hidup. Meeberg dan Hass menggambarkan kualitas hidup sebagai kombinasi pengalaman hidup, kepuasan hidup, dan kesejahteraan. Sementara itu, Feistein mendefinisikan konsep kualitas hidup sebagai istilah yang mencakup berbagai aspek seperti fungsi individu, status kesehatan, persepsi, kondisi kehidupan, gaya hidup, dan kebahagiaan. Meski demikian, hingga kini belum ada kesepakatan yang pasti dan spesifik mengenai definisi kualitas hidup.⁹

⁷ Sherman, Dat al, Spiritual well-being as a dimension of quality of life for patient with advande cancer and AIDS and their family caregivers, (Results of a longitudinal study. American Journal of Hospice and Pallilative Medicine Vol 22, No.5, September/October 2005).

⁸ Muhtar Gojali, *Psikologi Tasawuf* (Bandung: Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung DJati Bandung 2019) hlm. 129.

⁹ Feinstens, C.E “Clinical Perpectives” (Journal of Chonic Disease: 1987) 635-640

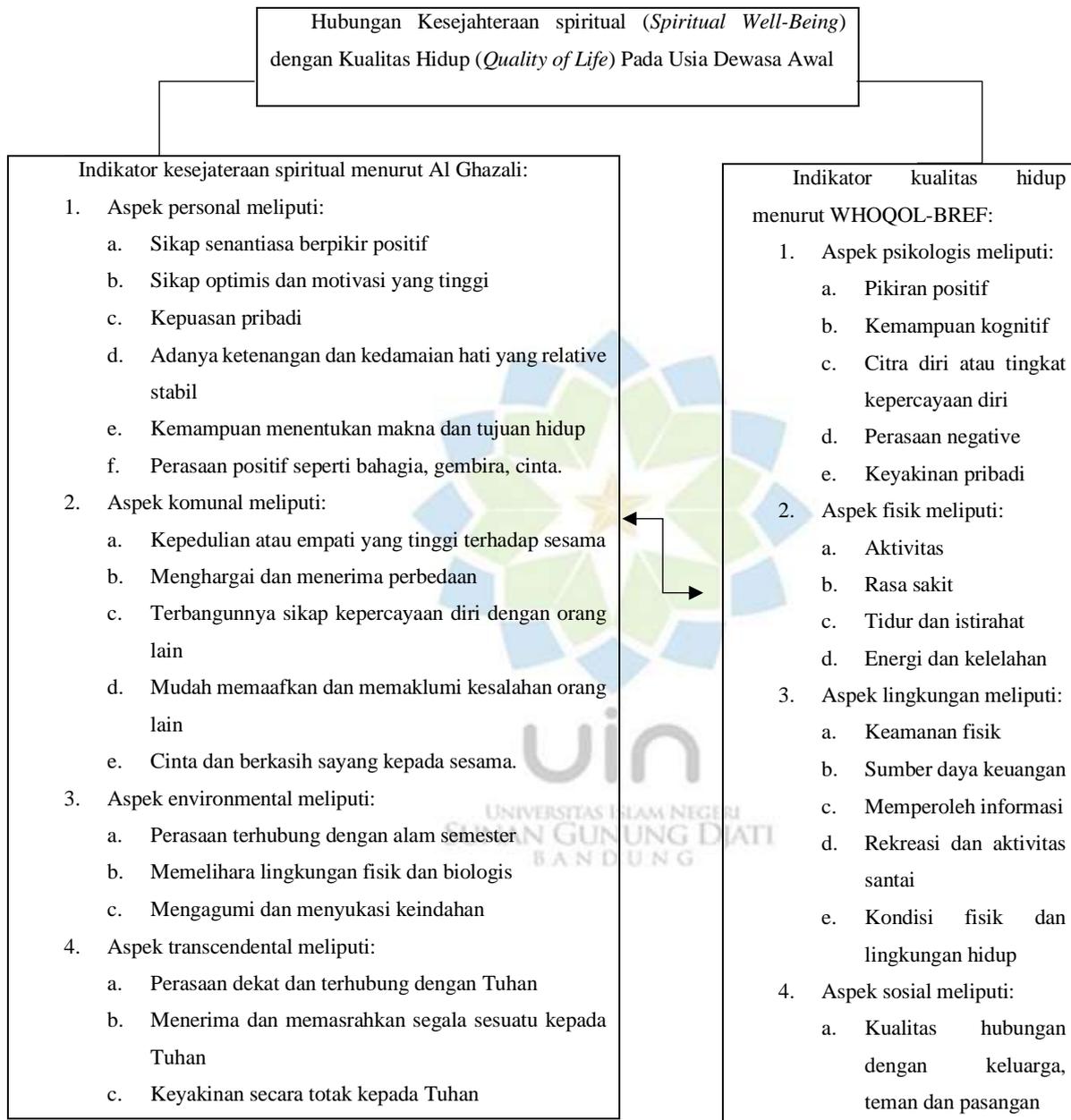
Konsep kualitas hidup pertama kali diperkenalkan dalam budaya Tiongkok, yang mendefinisikannya sebagai nilai tertinggi dalam kehidupan, gambaran esensial tentang hidup, dan sering kali dikaitkan dengan kesejahteraan. Selanjutnya, pada tahun 1947, WHO memperkenalkan istilah kualitas hidup dalam konteks definisi kesehatan, yang mencakup kondisi fisik, mental, dan kesejahteraan sosial individu yang terbebas dari kelemahan serta penyakit.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa individu dengan tingkat kesejahteraan spiritual yang tinggi cenderung memiliki pandangan hidup yang lebih positif, kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres, serta rasa puas terhadap kehidupan mereka. Hal ini secara langsung berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup, yang mencakup kesejahteraan fisik, mental, sosial, dan lingkungan. Sebaliknya, rendahnya kesejahteraan spiritual dapat menyebabkan perasaan hampa, kebingungan, dan kesulitan dalam menghadapi tantangan hidup, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap kualitas hidup..

Oleh karena itu, kesejahteraan spiritual bukan hanya bagian dari kualitas hidup, tetapi juga merupakan faktor penting yang dapat memperkuat atau melemahkan kualitas hidup seseorang.



Tabel 1.1
Kerangka Pemikiran



F. Hasil Penelitian Terdahulu

1. Skripsi berjudul “Pengaruh Perilaku Sabar Terhadap Kualitas Hidup pada Odapus” oleh Nur Ayu Hidayah (2020), Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, membahas pengaruh perilaku sabar terhadap kualitas hidup pada penderita lupus (odapus). Sementara itu, penelitian penulis berfokus pada hubungan antara kesejahteraan spiritual dan kualitas hidup pada masyarakat usia dewasa awal. Skripsi tersebut, yang merupakan penelitian tahun 2019, menyimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima, dengan pengaruh perilaku sabar terhadap kualitas hidup sebesar 39,7%. Sisanya, yaitu 60,3%, dipengaruhi oleh variabel lain seperti dimensi sosial, lingkungan, fisik, dan psikologis.
2. Skripsi berjudul “*Hubungan Kesejahteraan Spiritual (Spiritual Well-Being) dengan Tingkat Kecemasan (Anxiety)*” oleh Anggi Dewi Hartini (2021), Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, membahas keterkaitan antara kesejahteraan spiritual dan tingkat kecemasan. Sementara itu, penelitian penulis berfokus pada hubungan antara kesejahteraan spiritual dan kualitas hidup pada masyarakat usia dewasa awal. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2021 ini menemukan bahwa tingkat kecemasan pada individu dewasa awal berada pada kategori rendah sebesar 41%, sedangkan kesejahteraan spiritual dikategorikan rendah sebesar 54%. Hubungan antara kesejahteraan spiritual dan tingkat kecemasan menunjukkan kontribusi sebesar 17%, sementara 83% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar model. Hasil tersebut mengindikasikan adanya hubungan positif yang tidak erat antara kesejahteraan spiritual dan tingkat kecemasan pada usia dewasa awal.

3. 1.8 Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Hipotesis merupakan suatu dugaan sementara yang perlu dibuktikan kebenarannya melalui penelitian ilmiah. Dalam penelitian ini, hipotesis yang diajukan adalah sebagai berikut:
Hipotesis alternatif (H_a): Terdapat hubungan antara kesejahteraan spiritual dengan kualitas hidup.

Hipotesis nol (H_0): Tidak terdapat hubungan antara kesejahteraan spiritual dengan kualitas hidup.

