

## **Pengaruh Diskriminasi Dan Penyembunyian Identitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Penganut Ateis Pada Komunitas X**

<sup>1</sup>Ridha Muslimah Jauhari, <sup>2</sup>Arie Rihardini Sundari

<sup>1,2</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta

E-mail: <sup>1</sup>ridhamjauhari@gmail.com, <sup>2</sup> arie.rihardini@upi-yai.ac.id

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh diskriminasi dan penyembunyian identitas terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X. Sampel penelitian terdiri dari 130 individu yang dipilih menggunakan metode *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan skala model *Likert* yang mencakup skala kesejahteraan psikologis, skala diskriminasi, dan skala penyembunyian identitas. Analisis data dilakukan menggunakan JASP 0.18.3.0 untuk *Windows*. Berdasarkan analisis regresi linier sederhana ditemukan bahwa diskriminasi berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X, dan penyembunyian identitas berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X. Sementara berdasarkan analisis regresi berganda ditemukan bahwa diskriminasi dan penyembunyian identitas berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X. Secara parsial variabel diskriminasi berkontribusi dominan sebesar 45,6%, dan secara simultan kedua variabel menyumbang sebesar 53,3% terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis yang secara rata-rata rendah. Sisanya, yaitu 46,7%, dipengaruhi oleh faktor-faktor yang tidak diteliti pada penelitian ini, seperti faktor demografi, evaluasi terhadap pengalaman hidup, religiusitas, dan kepribadian.

**Kata kunci :** *kesejahteraan psikologis, diskriminasi, penyembunyian identitas, ateis.*

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the effect of discrimination and identity concealment on the psychological well-being of atheists in community X. The research sample consisted of 130 individuals selected using the purposive sampling method. Data were collected using a Likert scale model that includes a psychological well-being scale, a discrimination scale, and an identity concealment scale. Data analysis was performed using JASP 0.18.3.0 for Windows. Based on a simple linear regression analysis, it was found that discrimination affects the psychological well-being of atheists in community X, and identity concealment affects the psychological well-being of atheists in community X. Meanwhile, based on multiple regression analysis, it was found that discrimination and identity concealment affect the psychological well-being of atheists in community X. Partially, the discrimination variable contributes dominantly by 45.6%, and simultaneously both variables contribute 53.3% to the psychological well-being of atheists which is on average low. The remaining 46.7% is influenced by factors outside this research, such as demographic factors, evaluation of life experiences, religiosity, and personality.*

**Keyword :** *psychological well-being, discrimination, identity concealment, atheist.*

## 1. PENDAHULUAN

Kepercayaan pada keyakinan tertentu adalah bagian yang tidak dapat dilepaskan dari diri individu. Apabila bertentangan dari norma umum, contohnya penganut ateis sebagaimana fokus dari penelitian ini, pertentangan dari dalam diri dan orang-orang di sekitar individu dimulai. Gelisah, cemas, stres, menarik diri, kesepian hingga depresi menjadi perilaku yang mungkin muncul berurutan kemudian, oleh karena pandangan negatif orang lain dan penyembunyian identitas ateis yang dianut. Kondisi tersebut mengancam kesejahteraan psikologis penganut ateis khususnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh diskriminasi dan penyembunyian identitas terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X.

Kesejahteraan psikologis menurut Ryff (2014) merupakan keberfungsian positif berupa keterikatan pada hidup yang bermakna, realisasi talenta dan kapasitas diri individu, dan tercapainya kesadaran diri yang utuh. Dapat dikatakan bahwa seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis akan terbebas dari gangguan kesehatan mental, dapat mengaktualisasikan dirinya secara maksimal dan bermanfaat bagi masyarakat sekitarnya.

Lapisan masyarakat yang kesejahteraan psikologisnya sering terabaikan salah satunya adalah individu penganut ateis. Individu ateis adalah minoritas di negara yang termasuk sangat religius ini dan juga tidak mempunyai kepastian hukum akan identitas mereka (Duile, 2020; Pewresearch, 2023). Hal tersebut membuat individu ateis dapat dengan mudah mendapat diskriminasi dan cenderung menyembunyikan identitasnya (Brewster, dkk., 2016; Abbott, dkk., 2020).

Dampak dari diskriminasi dan stigma antara lain sedih, tidak percaya diri, cemas ketika harus berinteraksi dengan orang luar, dan menutup diri karena pernah kecewa atas perlakuan diskriminatif pada masa lampau, (Yudanagara, 2020), selain harga diri yang lebih rendah, (Stevens & Thijs, 2018). Kecemasan dan ketakutan yang dialami korban diskriminasi, jika dilakukan terus menerus dilakukan, dapat mengarah pada depresi, (Tessadinanti & Azzahra, 2023).

Selain itu, kecenderungan untuk merahasiakan informasi pribadi-identitas yang menyusahkan, sebagaimana yang dilakukan oleh penganut ateis bahwa identitasnya akan memunculkan stigma negatif jika berhadapan dengan orang baru, akan memprediksi gagal terpenuhinya kebutuhan dasar akan otonomi, kompetensi dan keterhubungan, dimana pada akhirnya memunculkan kesejahteraan psikologis yang buruk, (Uysal, Lin & Knee, 2010). Oleh karena sudah ter-stigma bahwa identitas ateis memiliki stereotipe negatif bagi keberadaan dirinya, maka penganut ateis memilih menyembunyikannya, (Quinn & Earnshaw, 2013); keputusan itu menunjukkan tergerusnya otonomi, kompetensi dan keterhubungan dengan orang lain dalam dirinya, dan berdampak pada konsep dirinya.

Penganut ateis menganggap dirinya memiliki kekurangan dari segi religiusitas (salah satu stigma yang terinternalisasi yang disembunyikan) yang membuatnya cenderung mempunyai kesejahteraan psikologis yang lebih rendah daripada individu yang religius (Hayward, dkk., 2016). Ateis sendiri adalah keyakinan tidak adanya Tuhan atau dewa-dewa, dan bahwa hanya ada dunia natural, tanpa adanya realitas supernatural atau transendental (Baggini, 2021). Pemahaman yang bertentangan dengan

norma umum bagi masyarakat beragama dan berkeyakinan pada agama tertentu.

Menjadi ateis di Indonesia merupakan sebuah proses, proses tersebut yaitu bernama dekonversi. Dekonversi didorong oleh dorongan intelektual, penilaian moral terhadap keyakinan dan agama institusional, serta didorong oleh mengatasi konflik internal (Perez & Vallières, 2019). Sebagaimana yang dapat dilihat melalui hasil observasi dan wawancara berikut.

Beberapa anggota komunitas ateis X mengekspresikan kekecewaan terhadap agama dan Tuhan, terutama agama yang sebelumnya dianut dan dimana individu dibesarkan. Terdapat juga beberapa individu yang mengekspresikan tidak suka diasosiasikan dengan agama atau lingkungan terdahulunya tersebut. Peneliti juga menemukan perasaan terkekang, tidak setuju, bahkan membenci peraturan dalam agama yang dirasa tidak sesuai dengan nilai-nilai kebebasan yang dianut oleh masing-masing individu.

Peneliti juga melakukan wawancara singkat dengan delapan orang individu ateis pada komunitas X pada tanggal delapan bulan Mei tahun 2024. Bahwa terdapat tiga orang yang melaporkan mengalami pernah merasa cemas dan takut orang di sekitar akan bereaksi buruk akan identitas ateisnya. Dua orang responden mengalami kesulitan menemukan tujuan hidup setelah menjadi ateis, merasa hidupnya hampa tidak bermakna. Bahkan salah satu dari dua orang tersebut berpikiran untuk bunuh diri karena merasa hidupnya tidak lagi memiliki arti.

Dua orang berikutnya merasa menemukan makna hidup dengan menjadi ateis. Makna hidup tersebut dengan menganut ideologi liberal dan anti otoritas. Kemudian, satu orang melaporkan tidak lagi merasakan perasaan negatif seperti tertekan dan terkekang akan aturan dan ritual keagamaan selama menjadi ateis.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan di atas, terdapat kesamaan yaitu pentingnya kebebasan dari aturan agama bagi individu ateis. Menjadi individu yang bebas dari aturan agama, rentan untuk mempunyai persepsi akan diskriminasi di Indonesia. Selain itu, penganut ateis seringkali mendapat permusuhan dari lingkungan sekitarnya. Sehingga dalam perjalanannya untuk '*coming out*' dan atau setelahnya, para penganut ateis kembali berada dalam kegamangan akan 'kebebasan' yang diperjuangkannya. Menyembunyikan identitas ateisnya kerap dilakukan sebagai bagian dari menghindari konflik dengan orang lain. Berikut ini beberapa penelitian terdahulu yang relevan, dan menjadi landasan asumsi dalam melakukan penelitian ini.

Schmitt, dkk (2014) mengungkapkan bahwa diskriminasi mempunyai efek yang buruk terhadap kesejahteraan psikologis. Sedangkan menurut Jang, Chiriboga, dan Small (2008) diskriminasi mempunyai pengaruh yang negatif terhadap kesejahteraan psikologis individu.

Sementara, menurut Camacho, Reinka, dan Quinn (2019), individu yang mempunyai identitas berstigma dan secara aktif menyembunyikan identitasnya, mempunyai kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak. Demikian pula menurut Quinn dan Earnshaw (2013) yang mengemukakan bahwa individu dengan identitas berstigma yang disembunyikan mempunyai kesejahteraan psikologis yang cenderung lebih buruk.

Penelitian yang dilakukan oleh Elliot dan Doane (2015) mengungkapkan bahwa diskriminasi dan penyembunyian identitas mempunyai pengaruh yang negatif terhadap kesejahteraan psikologis. Dapat diartikan bahwa individu ateis yang merasakan pengalaman diskriminasi dan melakukan penyembunyian identitas akan berdampak pada kesejahteraan psikologis yang rendah.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh diskriminasi dan penyembunyian identitas terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X.

## 2. LANDASAN TEORI

### 2.1. Kesejahteraan Psikologis

Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu untuk menerima diri apa adanya, membentuk hubungan yang positif dengan orang lain, mandiri dalam menghadapi tekanan sosial, penguasaan lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan mampu merealisasikan potensi diri secara berkelanjutan. Sementara menurut Ryan dan Deci (dalam Blasco-Belled & Alsinet, 2021) kesejahteraan psikologis adalah keberfungsian individu secara psikologis dalam menanggapi tuntutan hidup mereka berdasarkan gagasan eudaimonik, dimana kesejahteraan berasal dari realisasi potensi manusia. Dapat diartikan bahwa kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu untuk dapat berfungsi seutuhnya dalam menghadapi kendala hidup dengan merealisasi potensi berupa menerima diri sepenuhnya, berhubungan baik dengan orang lain, mandiri saat menghadapi tekanan sosial, menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup dan mampu mewujudkan kapasitas diri secara terus-menerus.

Ryff dan Keyes (1995) mengemukakan enam aspek dari kesejahteraan psikologis, yaitu:

- a. Penerimaan diri  
Evaluasi yang positif terhadap diri sendiri dan pengalaman hidup di masa lalu.
- b. Hubungan positif dengan orang lain  
Memiliki hubungan yang berkualitas dengan orang lain.
- c. Otonomi

Perasaan untuk menjadi mandiri dan tidak terpengaruh oleh orang lain.

- d. Penguasaan lingkungan  
Mampu untuk mengelola lingkungan sekitarnya agar sesuai dengan nilai dan kebutuhan.
- e. Tujuan hidup  
Yakin bahwa hidupnya memiliki tujuan dan bermakna.
- f. Pertumbuhan pribadi  
Rasa untuk terus bertumbuh dan berkembang sebagai pribadi.

Sementara itu, faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, diantaranya adalah:

- a. Faktor demografi  
Menurut Oskrochi, Bani-Mustafa, & Oskrochi (2018) persepsi, ekspektasi finansial di masa mendatang, dan kendala dalam memenuhi pengeluaran rumah tangga merupakan variabel paling penting yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Gender, usia, status perkawinan, jumlah anak, pendidikan terakhir dan status pekerjaan juga terlibat secara signifikan
- b. Dukungan sosial  
Dukungan sosial memiliki dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis, dengan pentingnya dukungan sosial yang meningkat dalam situasi yang penuh tekanan dan bervariasi di seluruh kelas sosial (Turner, 1981).
- c. Evaluasi terhadap pengalaman hidup  
Menurut Ryff (1989) individu yang berusia lanjut, sehat, dan aman secara finansial tetap dapat mengalami kesulitan untuk menjaga kesejahteraan psikologis, ketika mereka memiliki evaluasi yang buruk terhadap pengalaman hidupnya.

- d. Religiusitas  
Religiusitas meningkatkan kesejahteraan psikologis pada remaja dan individu dewasa awal, dengan efikasi diri dan dukungan sosial yang memainkan peran kunci dalam hubungan ini (Fatima, Shariff, & Khalid, 2018).
- e. Kepribadian  
*Big Five* neurotisme, ekstraversi, dan *conscientiousness* merupakan faktor kunci dalam memprediksi kesejahteraan subjektif dan psikologis, dengan ekstraversi sebagai korelasi terkuat (Anglim, dkk., 2019).

## 2.2. Diskriminasi

Diskriminasi merupakan perlakuan membedakan orang dengan orang lainnya berdasarkan keanggotaan dalam suatu kelompok sosial, (Brewer (2017)). Sedangkan menurut Swim (1998), diskriminasi adalah perlakuan tidak adil terhadap orang-orang yang menjadi sasaran prasangka berdasarkan ras, etnis, atau agama. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa diskriminasi adalah perlakuan negatif terhadap individu atau suatu grup atas dasar kelompoknya, yang dapat berupa suku, bahasa, etnik, kebangsaan, ras, agama, dan lainnya.

Menurut Brewster dkk, (2016) aspek-aspek diskriminasi yang dialami oleh seorang individu yang mengidentifikasi dirinya sebagai ateis yaitu:

- a. Stereotip negatif tentang individu ateis  
Individu ateis diberi label atau stereotip negatif sebagai individu yang tidak bermoral dan dianggap sebagai aib.
- b. Tekanan untuk terlihat religius  
Orang-orang di sekitar individu ateis cenderung membuat individu ateis untuk pura-pura menjadi religius untuk

menghindari konflik dengan lingkungan yang religius.

- c. Pengalaman penindasan secara langsung  
Penindasan individu ateis secara langsung dapat berbentuk kekerasan secara verbal, fisik, penolakan pemenuhan hak, dan dianggap akan mengajak orang juga untuk menjadi ateis yang juga dapat berujung menjadi dihindari.

## 2.3. Penyembunyian Identitas

Pengertian dari penyembunyian identitas bertolak belakang secara konseptual dan empiris dengan keterbukaan diri. Menurut Larson dan Chastain (1990), penyembunyian identitas adalah menyembunyikan suatu informasi dari orang lain dengan tujuan untuk menghindari malu dan asumsi buruk. Sementara Cramer dan Barry (1999) mengemukakan *self-concealment* sebagai kecenderungan individu untuk secara aktif menyembunyikan informasi personal dari orang lain yang dianggap menyusahkan atau negatif. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyembunyian identitas yaitu sebuah usaha aktif untuk menyembunyikan informasi personal yang tidak mengenakan dan dapat dianggap negatif dari orang lain.

Menurut Larson dan Chastain, (1990) penyembunyian identitas mempunyai aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Menyimpan berbagai hal sendiri.
- b. Mempunyai rahasia yang membuat diri merasa buruk.
- c. Merasa cemas untuk mengungkapkan rahasia tersebut.

## 3. METODOLOGI

Metode statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan teknik analisis *Linear Regression* dengan

pengolahan data menggunakan JASP versi 0.17.1.0 *for Windows*. Dalam penelitian ini kesejahteraan psikologis sebagai *dependent variable*, sementara diskriminasi dan penyembunyian identitas sebagai *independent variable*.

Populasi dari penelitian ini adalah anggota komunitas ateis X di sosial media F yang berdomisili di Jakarta, berusia 18 sampai dengan 25 tahun, dan telah menjadi ateis selama lebih dari dua tahun. Total jumlah populasi sebanyak 139 individu (per tanggal 5 Juni 2024). Sampel dari penelitian ini berjumlah 130 responden, dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan skala yang disusun sendiri oleh peneliti dengan skala model *Likert* yaitu skala kesejahteraan psikologis, skala diskriminasi, dan skala penyembunyian identitas, yang telah melalui proses uji validitas isi dan uji reliabilitas. Hasilnya skala kesejahteraan psikologis terdiri dari 25 item dan  $\alpha = 0,965$ , skala diskriminasi terdiri dari 30 item dan  $\alpha = 0,909$ , dan skala penyembunyian identitas terdiri dari 8 item dan  $\alpha = 0,764$ .

Skala kesejahteraan psikologis disusun berdasarkan dimensi kesejahteraan psikologis dari Ryff dan Singer (2008), sementara skala diskriminasi mengacu pada aspek-aspek dari *Measure of Atheist Discrimination Experiences* (MADE) menurut Brewster, dkk (2016), dan skala penyembunyian identitas disusun berdasarkan aspek-aspek dari *Self-Concealment Scales* (SCS) menurut Larson dan Chastain (1990).

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan secara daring dengan menyebar skala melalui *google form* dari tanggal 5 – 22 Juni 2024. Partisipan penelitian berasal dari komunitas ateis X, berdomisili di Jakarta, berusia 18 - 25 tahun, dan mengaku telah menjadi ateis selama lebih dari dua tahun. Partisipan dominan adalah laki-laki (80 orang), beraktivitas sebagai pelajar atau mahasiswa (50 orang), dan tinggal

bersama keluarga masing-masing. Lengkapnya dapat dilihat pada Tabel 1 dan Tabel 2.

Tabel 4. 1. Deskripsi Statistik

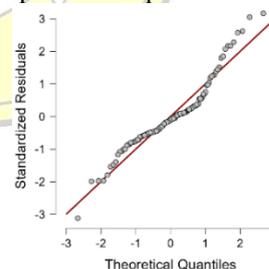
	Kesejahteraan Psikologis	Diskriminasi	Penyembunyian Identitas
Valid	130	130	130
Missing	0	0	0
Mean	47.292	117.554	35.400
Std. Deviation	12.811	16.387	5.529

Tabel 4. 2. Data demografis penyebaran responden penelitian

Kategori	Frekuensi	Presentase
<b>Pekerjaan</b>		
a. Pegawai negeri	10	7,69%
b. Pekerja lepas	30	23,08%
c. Pelajar/mahasiswa	50	38,46%
d. Wiraswasta	20	15,38%
e. Wirausaha	15	11,54%
f. Tidak bekerja	1	0,77%
<b>Jenis Kelamin</b>		
a. Pria	80	61,54%
b. Wanita	50	38,46%
<b>Tinggal bersama keluarga</b>		
a. Ya	103	79,23%
b. Tidak	27	20,77%

#### 4.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas visual dengan grafik *Q-Q Plots Standardized Residuals*. Didapatkan hasil grafik dengan sebaran data menyebar dan mengikuti garis diagonal, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, (dapat dilihat pada Gambar 4.1).

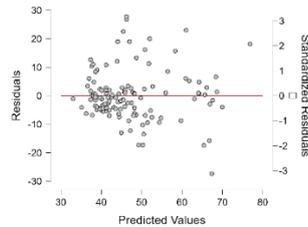


Gambar 4.1 Q-Q Plot Standardized Residuals

#### 4.2 Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dengan menggunakan grafik *Scatter Plots* menghasilkan kesimpulan bahwa tidak ada pola yang jelas, sebaran data menyebar di atas dan di bawah, atau di

sekitar angka 0, sehingga dapat disimpulkan bahwa asumsi heteroskedastisitas terpenuhi atau tidak terjadi gejala heteroskedastisitas, sebagaimana dapat dilihat pada gambar 4.2.



Gambar 4. 2. Grafik *scatter plots*

### 4.3 Uji Multikolinearitas

Berdasarkan uji multikolinearitas, dihasilkan angka VIF pada variabel diskriminasi sebesar 1,372 ( $<10,00$ ) dan nilai *tolerance* sebesar 0,729 ( $>0,10$ ), serta variabel penyembunyian identitas dengan nilai VIF sebesar 1,372 ( $<10,00$ ) dan nilai *tolerance* sebesar 0,729 ( $>0,10$ ). Nilai VIF dan *tolerance* dapat dilihat pada Tabel 4.3. Setelah uji normalitas, uji heteroskedastisitas dan multikolienaritas terpenuhi, maka dapat dilakukan uji regresi linier.

Tabel 4.3. *Coefficients*

Model	B	t	p	Collinearity Statistics	
				tolerance	VIF
H <sub>1</sub> Diskriminasi	-0,528	-10,355	<0,001	0,729	1,372
H <sub>2</sub> Penyembunyian Identitas	-1,362	-8,224	<0,001	0,729	1,372

### 4. 4. Uji-t Parsial

Berdasarkan analisis regresi linier sederhana didapatkan hasil  $t = -10,355$ ;  $B = -0,528$  dengan  $p < 0,001$  ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa terbukti diskriminasi berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X. Data selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 4.3. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Urzua dkk (2021), Schmitt dkk (2014) dan Jang, Chiriboga, dan Small (2008) yang mengungkapkan bahwa diskriminasi mempunyai efek yang buruk terhadap kesejahteraan psikologis.

Kemudian, berdasarkan analisis regresi linier sederhana ditemukan pula bahwa terbukti penyembunyian identitas berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X, dengan nilai  $t = -8,224$ ;  $B = -1,362$ , dimana  $p = < 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Data selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 4.3. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari Camacho, Reinka, dan Quinn (2019) yang mengungkapkan bahwa, individu yang mempunyai identitas berstigma dan secara aktif menyembunyikan identitasnya mempunyai kesejahteraan psikologis yang lebih rendah. Demikian pula menurut Quinn dan Earnshaw (2013) mengemukakan individu dengan identitas berstigma yang terinternalisasi dan disembunyikan mempunyai kesejahteraan psikologis yang cenderung lebih buruk. Demikian pula dengan hasil penelitian dari Uysal, Lin & Knee (2010) bahwa individu yang merahasiakan identitas pribadinya yang dianggap menyusahkan, akan menurunkan tingkat otonomi, kompetensi dan keterhubungan dengan orang lain yang kemudian berdampak pada kesejahteraan psikologis yang buruk. Sementara itu diperjelas oleh Forestier dkk (2022) bahwa penyembunyian identitas secara subyektif yang dilakukan secara aktif, berdampak pada rendahnya tingkat kesejahteraan psikologis, karena takut jika identitasnya dinilai buruk (kehilangan otonomi diri); identitas diri diyakini sangat penting karena mempengaruhi pendidikan, pekerjaan dan relasi dengan kelompok.

### 4. 5. Uji F

Hasil dari analisis regresi linier berganda diperoleh nilai F sebesar 72,342, dengan  $p < 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa diskriminasi dan penyembunyian identitas berpengaruh secara simultan terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X.

**Tabel 4.4 ANOVA**

Model	R <sup>2</sup>	F	p
H <sub>3</sub>	0,533	72,342	<0,001

Sebagaimana hasil penelitian dari Elliot dan Doane (2015) yang mengungkapkan bahwa diskriminasi dan penyembunyian identitas mempunyai pengaruh yang negatif terhadap kesejahteraan psikologis.

Kontribusi secara bersama-sama dari variabel diskriminasi dan penyembunyian identitas terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 53,3% dengan nilai  $R^2 = 0,533$ . Variabel diskriminasi lebih dominan dengan sumbangan sebesar 45,6% (pada uji stepwise method,  $R^2 = 0,456$ ). Sedangkan, sisanya sebesar 46,7% (100% - 53,3%) melibatkan faktor lain diluar dari penelitian ini, seperti faktor demografis, evaluasi terhadap pengalaman hidup, religiusitas, dan kepribadian, (Ryff dalam Estikomah & Sahrah, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan dampak yang bermanfaat bagi berbagai pihak. Diantaranya bagi pembaca bahwa diskriminasi yang dialami individu ateis yang bergabung dalam komunitas ateis sekalipun kerap mengalami diskriminasi dan masih harus menyembunyikan identitasnya. Hal tersebut termasuk ke dalam faktor dukungan sosial dalam faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, sehingga kesejahteraan psikologis individu ateis cenderung buruk. Oleh karenanya perlu ada tindakan untuk menghadapi diskriminasi itu sendiri dengan cara *independent self-construal*, yaitu mengambil sikap bahwa dirinya tidak sebagaimana anggapan orang lain tentang 'seorang ateis' dan memiliki rencana untuk mencapai tujuan pribadi, sebagaimana hasil penelitian Kateri dkk, (2022). *Independent self-construal* merupakan bagian dari pengembangan diri, dengan memenuhi kebutuhan dasar manusia akan otonomi dan keterhubungan, yang penting bagi

kesejahteraan psikologis setiap individu, (Kagiticibasi dalam Kateri dkk, 2022).

Serta dapat mengembangkan ilmu psikologi, khususnya mengenai kesejahteraan psikologis dalam hubungannya dengan diskriminasi dan penyembunyian identitas. Terakhir, diharapkan kepada masyarakat umum (pembaca artikel ini) dapat memberikan kesempatan untuk berproses (hindari memberi stigma dan stereotipe negatif, misal memberi label 'amoral' atau 'memalukan bagi keluarga') bagi anggota komunitas ateis X (atau penganut ateis secara umum yang ditemui di sekitar), untuk dapat meningkatkan kesejahteraan psikologisnya. Pemahaman keyakinan agama merupakan proses berkelanjutan yang bersifat individual yang membutuhkan penelaahan mendalam yang disertai dengan keterbukaan dalam menerima pengetahuan tentang hakikat kehidupan dari pihak-pihak yang kompeten dalam bidang keagamaan secara menyeluruh. Internalisasi pemahaman itu memerlukan waktu yang cukup bagi masing-masing orang untuk dapat terserap sepenuhnya.

Bagi peneliti yang tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tema serupa, semoga penelitian ini dapat memberikan dan menambah informasi dalam penelitian yang akan dilakukan. Serta bagi penelitian selanjutnya, diharapkan untuk menambah dan menyempurnakan informasi lain serta mempertimbangkan faktor-faktor lain yang memiliki kontribusi yang lebih besar terhadap variabel kesejahteraan psikologis. Faktor-faktor lainnya tersebut yaitu faktor demografis (usia, agama yang dianut sebelumnya, pendidikan terakhir atau orientasi seksual), evaluasi terhadap pengalaman hidup (makna hidup (*meaning of life*), kepuasan hidup (*life satisfaction*), kebahagiaan (*happiness*), *mindfulness*, resiliensi atau kesejahteraan subyektif), religiusitas, dan kepribadian (keterbukaan diri (*self disclosure*), ekstrovert atau introvert).

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan tingkat kesejahteraan psikologis penganut ateis yang bergabung dalam komunitas X cenderung rendah. Diharapkan anggota komunitas ateis X dapat mengurangi persepsi akan diskriminasi dengan tidak perlu berpura-pura terlihat religius, tidak perlu merasa didiskriminasi secara verbal, bahkan merasa dikucilkan secara sosial. Berikutnya, untuk menekan tingkat penyembunyian identitas yang tinggi yaitu dengan mengurangi rasa cemas untuk mengungkapkan rahasia tentang identitas ateis, dan bersikap aktif untuk berproses menemukan identitas diri otentiknya.

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa data dapat disimpulkan bahwa terbukti diskriminasi berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X, dan penyembunyian identitas berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X. Sementara berdasarkan analisis regresi berganda ditemukan bahwa terbukti diskriminasi dan penyembunyian identitas berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X. Secara parsial variabel diskriminasi berkontribusi dominan sebesar 45,6%, dan secara simultan kedua variabel menyumbang sebesar 53,3% terhadap kesejahteraan psikologis penganut ateis pada komunitas X, yang secara rata-rata rendah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbott, D. M., Ternes, M., Mercier, C., & Monceaux, C. (2020). Anti-atheist discrimination, outness, and psychological distress among atheists of colour. *Mental Health, Religion & Culture*, 23(10), 874–887. <https://doi.org/10.1080/13674676.2020.1858771>.
- Akdoğan, Ramazan; Çimşir, Elif (2019). Linking inferiority feelings to subjective happiness: Self-concealment and loneliness as serial mediators. *Personality and Individual Differences*, 149(), 14–20. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.05.028>.
- Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L., Marrero, R., & Wood, J. (2019). Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological bulletin*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/gupxj>
- Baggini, J. (2021). What is atheism? *Atheism: A Very Short Introduction*. <https://doi.org/10.1093/actrade/9780198856795.003.0001>.
- Blasco-Belled, A. & Alsinet, C. (2022). The architecture of psychological well-being: A network analysis study of the Ryff Psychological Well-Being Scale. *Scandinavian Journal of Psychology* 63, 199–207. DOI: 10.1111/sjop.12795
- Brewer, M. B. (2017). *Intergroup discrimination: Ingroup love or outgroup hate?* In C. G. Sibley & F. K. Barlow (Eds.), *The Cambridge handbook of the psychology of prejudice* (pp. 90–110). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781316161579.005>.
- Brewster, M. E., Hammer, J., Sawyer, J. S., Eklund, A., & Palamar, J. (2016). Perceived experiences of atheist discrimination: Instrument development and evaluation. *Journal of Counseling Psychology*, 63(5), 557–570. <https://doi.org/10.1037/cou0000156>.
- Camacho, G., Reinka, M., Quinn, D. (2019). Disclosure and Concealment of Stigmatized Identities. *Current Opinion in Psychology*. 31. 1. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.07.031>

- Cramer, K. M. & Barry, J. E. Psychometric properties and confirmatory factor analysis of the self-concealment scale. *Personality and Individual Differences*, 27, Issue 4, 1999, Pages 629-637, ISSN 0191-8869, [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00222-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00222-0).
- Duile, Timo. (2020). Being Atheist in the Religious Harmony State of Indonesia. *The Asia Pacific Journal of Anthropology*, (), 1–16. <https://doi.org/10.1080/14442213.2020.1829022>.
- Elliott, M., & Doane, M. J. (2015). Stigma Management of Mental Illness: Effects of Concealment, Discrimination, and Identification on Well-Being. *Self and Identity*, 14(6), 654–674. <https://doi.org/10.1080/15298868.2015.1053518>
- Estikomah, E. & Sahrah, A. (2019). Pengaruh Persepsi Pengembangan Karier Terhadap Kesejahteraan Psikologis Polisi Wanita Di Mapolda Diy. *Prosiding Seminar Nasional Pakar*. <https://doi.org/10.25105/pakar.v0i0.4234>.
- Fatima, S., Sharif, S., & Khalid, I. (2018). How Does Religiosity Enhance Psychological Well-Being? Roles of Self-Efficacy and Perceived Social Support. *Psychology of Religion and Spirituality*, 10, 119–127. <https://doi.org/10.1037/rel0000168>.
- Frost, J., Scheitle, C. P., Ecklund, E. H. (2022). Patterns of Perceived Hostility and Identity Concealment among Self-Identified Atheists. *Social Forces*, Volume 101, Issue 3, March 2023, Pages 1580–1605, <https://doi.org/10.1093/sf/soab165>
- Hayward, R. D., Krause, N., Ironson, G., Hill, P. C., Emmons, R. Health and Well-Being Among the Non-religious: Atheist, Agnostics, and No Preference Compared with Religious Group Members. *Journal of Religion and Health*. 2016 Jun;55(3):1024-1037. <https://doi.org/10.1007/s10943-015-0179-2>.
- Jang Y, Chiriboga D.A., Small B.J. Perceived Discrimination and Psychological Well-Being: The Mediating and Moderating Role of Sense of Control. *The International Journal of Aging and Human Development*. 2008;66(3):213-227. <https://doi.org/10.2190/AG.66.3.c>
- Kateri, E., Papastylianou, D., & Karademas, E. (2022). Perceived Discrimination and Psychological Well-Being Among Immigrants Living in Greece: Separation as Mediator and Interdependence as Moderator. *Europe's Journal of Psychology*, 18(1), 70-83. <https://doi.org/10.5964/ejop.1531>.
- Larson, D. & Chastain, R. (1990). Self-Concealment: Conceptualization, Measurement, and Health Implications. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 9. 439-455. <https://doi.org/10.1521/jscp.1990.9.4.439>.
- Oskrochi, G., Bani-Mustafa, A., & Oskrochi, Y. (2018). Factors affecting psychological well-being: Evidence from two nationally representative surveys. *PLoS ONE*, 13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0198638>.
- Perez, S., & Vallières, F. (2019). How Do Religious People Become Atheists? Applying a Grounded Theory Approach to Propose a Model of Deconversion. *Secularism and Nonreligion*, 8(0), 3. <https://doi.org/10.5334/sn.108>.
- Pew Research. (2023, September 12). Religious practices in South and Southeast Asia | Pew Research Center. <https://pewresearch.org/religion/2023/09/12/religious-practices-southeast-asia/>.

- Quinn, D.M. and Earnshaw, V.A. (2013), Concealable Stigmatized Identities and Psychological Well-Being. *Social and Personality Psychology Compass*, 7: 40-51. <https://doi.org/10.1111/spc3.12005>
- Ramadhani, T., Djunaedi, Sismiati, A. S. (2016). Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Siswa yang Orangnya Bercerai. *Jurnal Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 5(1).<https://doi.org/10.21009/INSIGHT.051.16>.
- 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>
- Ryff, C. (1991). Possible selves in adulthood and old age: a tale of shifting horizons. *Psychology and aging*, 6 2, 286-95. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.6.2.286>.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychother Psychosom* 2014;83:10–28. DOI: 10.1159/000353263.
- Schmitt, M. T., Branscombe, N. R., Postmes, T., & Garcia, A. (2014). The consequences of perceived discrimination for psychological well-being: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(4), 921–948. <https://doi.org/10.1037/a0035754>
- Stevens, G. W. J. M., & Thijs, J. (2018). Perceived group discrimination and psychological well-being in ethnic minority adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(10), 559-570. <http://doi.org/10.1111/jasp.12547>.
- Swim, J. K., Cohen, L. L., & Hyers, L. L. (1998). Experiencing Everyday Prejudice and Discrimination. <https://doi.org/10.1016/B978-012679130-3/50037-5>.
- Tessadinanti, A., & Azzahra, C. A. (2023). Dampak Psikologis Individu yang Mengalami Diskriminasi Agama di Indonesia. *Moderasi: Jurnal Kajian Islam Kontemporer* 1:1, 1-25, ISSN 1111-1111
- Turner, R. (1981). Social support as a contingency in psychological well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 22, 357. <https://doi.org/10.2307/2136677>.
- Uysal, A., Lin, H., & Knee, C. (2010). The Role of Need Satisfaction in Self-Concealment and Well-Being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(2), 187-199 <https://doi.org/10.1177/0146167209354518>
- Urzúa, A., Caqueo-Úrizar, A., Henríquez, D., Domic, M., Acevedo, D., Ralph, S., ... Tang, D. (2021). Ethnic identity as a mediator of the relationship between discrimination and psychological well-being in south—south migrant populations. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052359>
- Yudanagara, B. B. H. (2020). Dampak Psikososial Diskriminasi pada penderita Kusta. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, Volume 18 Nomor 1 Juni 2020. P-ISSN (1907-7483) E-ISSN (2528-3227).