

Hubungan antara Religiusitas dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir Prodi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Oleh:

Salwa Nabilah Putri

Eko Hardi Ansyah

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Mei, 2023

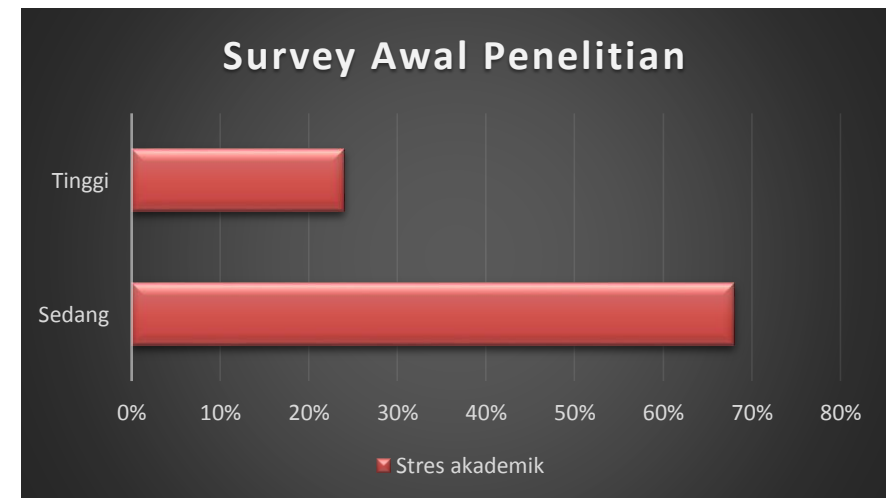
Pendahuluan

Mahasiswa merupakan individu yang baru menginjak usia dewasa, diharapkan mereka telah memiliki kesadaran tinggi dalam mengembangkan potensi yang ada pada dirinya agar dapat menjadi individu berintelektual tinggi. Tingginya harapan akan keberhasilan di perguruan tinggi namun tidak disertai dengan kemampuannya dalam beradaptasi, dapat menghambat kinerja serta pengambilan keputusan sehingga menjadi tekanan tersendiri dan menyebabkan terjadinya stress akademik.

Stres akademik banyak dialami mahasiswa dari berbagai negara tak terkecuali di Indonesia. Terlebih lagi pada mahasiswa semester akhir yang akan ditugaskan membuat tugas akhir untuk nantinya menjadi suatu syarat dalam kelulusan. Adanya stres akademik menyebabkan berbagai dampak negatif diantaranya : Kesehatan mental, fisik dan emosi para mahasiswa.

Untuk itu penelitian mengenai stres akademik pada mahasiswa akhir ini perlu dikaji lebih lanjut untuk mencari solusi dalam mengurangi tingkatan stres akademik.

Hal ini juga menjadi permasalahan di UMSIDA khususnya pada mahasiswa akhir jurusan psikologi. Sebab melalui survey awal penelitian yang kepada mahasiswa akhir jurusan psikologi yang mana hasilnya menjelaskan adanya stres akademik dari tingkatan sedang hingga tinggi. Oleh sebab itu perlu dilakukan penelitian yang bertujuan mengetahui faktor yang dapat mengurangi resiko terjadinya stres akademik guna meningkatkan kualitas lulusan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.



Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan stres akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo?

Metode



Jenis Penelitian

Menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional



Populasi dan Sampel

Populasi merupakan mahasiswa akhir jurusan psikologi dengan jumlah 177 responden yang ditentukan melalui tabel Issac & Michael dengan eror 5%



Teknik Pengumpulan Data

- Skala Stres Akademik (*Educational Stres Scale for Adolescents - ESSA*)
- Skala Religiusitas (*Center of Religiosity Scale - CSR*)



Teknik Analisis Data

Menggunakan korelasi *Product Moment*

Hasil

Karakteristik Responden

Kategori	Skor Subjek	
	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	67	37,9%
Perempuan	110	62,1%
Usia		
22-23	122	68,9%
24-25	53	29,9%
≤ 26	2	1,1%
Angkatan		
2019	95	53,7%
2018	44	24,9%
2017	31	17,5%
2016	7	4%
Jumlah	177	100%

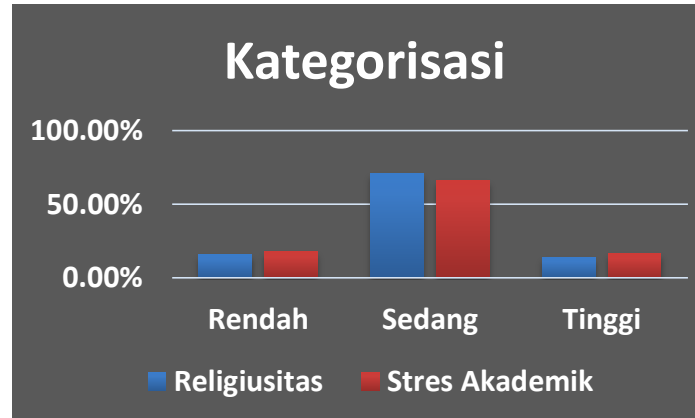
Persebaran responden dari usia 22-23 (68,9%); 24-25 (29,9%); ≤ 26 (1,1%).

Persebaran responden dari angkatan 2019 (53,7%); angkatan 2018 (24,9%); angkatan (17,5%) dan angkatan 2016 (4%).

Deskripsi Data Penelitian

Statistics			
		stres akademik	religiusitas
N	Valid	177	177
	Missing	0	0
Mean		43.3277	63.8192
Median		43.0000	65.0000
Std. Deviation		8.50434	8.84147
Minimum		20.00	38.00
Maximum		64.00	75.00

Kategorisasi



Hasil Uji Analisa Data

Correlations			
		Religiusitas	Stres Akademik
Religiusitas	Pearson Correlation	1	.425**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	177	177
Stres Akademik	Pearson Correlation	.425**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	177	177

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai r_{xy} sebesar $0,425^{**}$. Terdapat korelasi dengan besaran efek sedang.

Sumbangan Sumatif

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.425 ^a	.181	.176	7.183

a. Predictors: (Constant), stres akademik

Pembahasan

Berdasarkan pada perhitungan analisa bivariat menunjukkan hasil bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima yang artinya terdapat hubungan positif antara stres akademik dan religiusitas pada mahasiswa akhir Prodi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, hubungan positif menjelaskan bahwa semakin rendah religiusitas mahasiswa maka semakin rendah juga stres akademik yang dimiliki, sebaliknya semakin tinggi religiusitas mahasiswa maka semakin tinggi juga stres akademik yang dimiliki mahasiswa.

Hasil ini didukung oleh

Seruan agama memberi dampak cukup besar pada santri yang mengalami stres akademik, kontribusi sabar yang diberikan sebesar 63,4% dan didalam religiusitas terdapat unsur keyakinan pada firman Tuhan, serta hal tersebut mendorong individu untuk mengendalikan diri sesuai ajaran agama saat dihadapkan dengan kondisi tekanan (stres) akademik [24]

Terdapat hubungan negatif antara religiusitas dengan stres menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII SMAN 3 Surakarta. Artinya, semakin tinggi religiusitas seseorang maka semakin rendah stres dalam menghadapi ujian. Sebaliknya, semakin rendah religiusitas seseorang maka semakin tinggi stres dalam menghadapi ujian [25]

[26] (1) Pengaruh pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial seperti pendidikan dari orangtua, tradisi-tradisi sosial untuk menyesuaikan diri dengan norma dalam masyarakat. (2) Faktor Intelektual berkaitan dengan berbagai proses penalaran verbal atau rasionalisasi, dimana semakin dewasa manusia akan berpotensi untuk berkembang sesuai pendidikannya dan dapat memunculkan pemikiran verbal dalam hal ini adalah pemikiran akan agama.

Kesimpulan

- Variabel religiusitas mendapatkan hasil *R square* sebesar 0,181 yang memiliki arti bahwa pengaruh religiusitas terhadap stress akademik memiliki presentase sebesar 18,1% sedangkan 81,9% stress akademik dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan penulis menjelaskan bahwa hipotesis diterima.
- Diketahui dari perhitungan bahwa adanya pengaruh variabel religiusitas terhadap stress akademik yang dialami oleh mahasiswa akhir psikologi di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Ada beberapa faktor yang melatarbelakangi adanya pengaruh variabel religiusitas kepada stress akademik, diantaranya : (1) pengaruh pendidikan dan (2) intelektual.
- Hal ini sesuai dengan kondisi yang ada, tidak boleh dilupakan bahwa responden penelitian merupakan mahasiswa akhir jurusan psikologi di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang merupakan salah satu kampus swasta islam. Sehingga dalam program pendidikannya juga mencantumkan mata kuliah keagamaan untuk para mahasiswanya



Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah literatur bagi para pengembang ilmu dan pengetahuan dan berkontribusi terhadap kajian ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan yang berkaitan dengan stress akademik dan religiusitas

Manfaat Praktis

- **Bagi Penyusun**

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah pengalaman secara langsung dan memperluas wawasan penyusun dalam keilmuan di bidang psikologi untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dan stres akademik mahasiswa.

- **Bagi Umum**

Jika hasil penelitian terbukti adanya hubungan antara religiusitas dengan stress akademik mahasiswa, maka dapat digunakan untuk memberikan masukan dan solusi kepada mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi stres akademik sehingga dapat mengurangi dampak negative dapat lebih dapat mengembangkan potensi serta kemampuannya.

Referensi

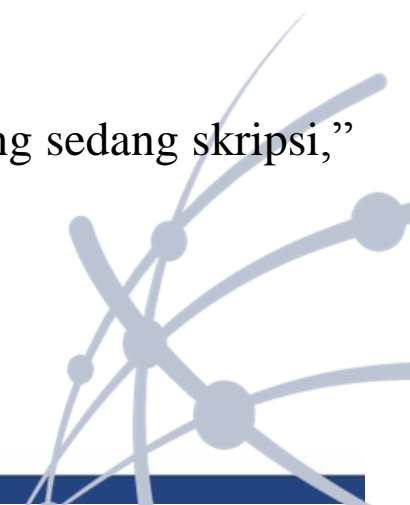
- [1] T. Anggraini and Duryati, “Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Stres Akademik pada Mahasiswa yang sedang Menyelesaikan Skripsi,” vol. 5, no. 2, pp. 54–61, 2023, [Online]. Available: <https://ranahresearch.com>
- [2] E. H. Ansyah, H. Muassamah, and C. Hadi, “Tadabbur Surat Al-Insyirah untuk Menurunkan Stres Akademik Mahasiswa,” *J. Psikol. Islam dan Budaya*, vol. 2, no. 1, pp. 9–18, 2019, doi: 10.15575/jpib.v2i1.3949.
- [3] N. Hasanah and L. I. Mariyati, “The Relationship Between Academic Stress With Academic Self-Efficacy In Vocational High School Students,” *Psikologia J. Psikol.*, vol. 9, pp. 5–11, 2023, doi: 10.21070/psikologia.v9i0.1703.
- [4] D. K. Pramesta and D. K. Dewi, “Hubungan antara Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Siswa di SMA X,” *J. Penelit. Psikol.*, vol. 8, no. 7, pp. 23–33, 2021, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41594>
- [5] Norma, E. Widianti, and S. S. Hartiningsih, “Faktor Penyebab, Tingkat Stres dan Dampak Stres Akademik pada Mahasiswa dalam Sistem Pembelajaran Online di Masa Pandemi COVID-19,” *J. Ilm. Permas J. Ilm. STIKES Kendal*, vol. 11, no. 4, pp. 625–634, 2021.
- [6] V. R. Amalia and F. Nashori, “Hubungan Antara Religiusitas Dan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Mahasiswa Farmasi,” *Psychosophia J. Psychol. Relig. Humanit.*, vol. 3, no. 1, pp. 36–55, 2021, doi: 10.32923/psc.v3i1.1702.

Referensi

- [7] S. A. Musabiq and Isqi Karimah, “Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi, 20(2), 75–83. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>ya Pada Mahasiswa,” *Insight J. Ilm. Psikol.*, vol. 20, no. 2, pp. 75–83, 2018.
- [8] M. Hidayah, “Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Stres Akademik Pada Siswa SMA Boarding School,” 2018. [Online]. Available: <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/11364>
- [9] G. J. Novita, I. Maulana, B. A. Nugraha, I. Shalahuddin, and T. Eriyani, “Hubungan Stres Akademik dengan Adiksi Internet Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjajaran Selama Pandemi COVID-19,” vol. 5, pp. 367–384, 2023, [Online]. Available: <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i2.7823>
- [10] M. I. Dzulfikri and G. R. Affandi, “The Relationship Between Emotion Regulation and Academic Stress in Madrasah Aliyah Students in Sidoarjo,” *Psikologia J. Psikol.*, vol. 10, pp. 1–8, 2023, doi: 10.21070/psikologia.v10i0.1711.
- [11] B. K. Puspita and D. Kumalasari, “Prokrastinasi dan Stres Akademik Mahasiswa,” *Penelit. Psikol.*, vol. 13, 2022, doi: <http://doi.org/10.29080/jpp.v13i2.818>.
- [12] A. Amir, *Proceedings of the 4th International Conference on Engineering Professional Ethics and Education 2021 (ICEPEE'21) Redesigning Teaching and Learning towards Sustainable Education 22-23 June 2021 Kuala Lumpur, Malaysia*, vol. 2021. 2021. [Online]. Available: <http://www.iium.edu.my/engineering>

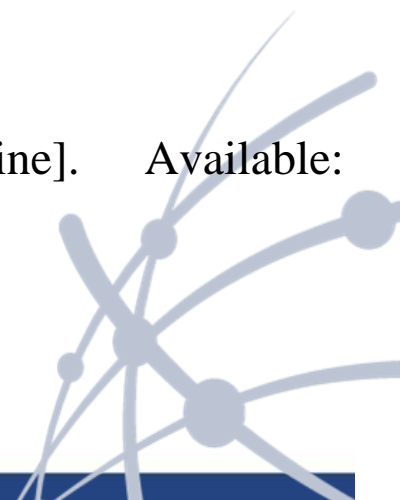
Referensi

- [13] E. A. Cahyasari, D. Susilo, and D. Tedjawidjaja, "Hubungan Antara Religiositas Dengan Hardiness Pada Mahasiswa Katolik Tingkat Akhir Di Surabaya," *Exp. J. Psikol. Indones.*, vol. 10, no. 1, pp. 31–45, 2022, doi: 10.33508/exp.v10i1.3769.
- [14] S. Rizdanti and S. Akbar, "Hubungan Religiusitas dengan Tingkat Stres dalam Menyusun Skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara," *J. Kedokt. STM (Sains dan Teknol. Med.)*, vol. 5, no. 2, pp. 94–100, 2022, [Online]. Available: <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/view/318%0Ahttps://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/download/318/266>
- [15] N. 'Aidah Qurrotul 'Ain, "Pengaruh Religiusitas dan Komitmen terhadap Kinerja Karyawan," *J. Iqtisaduna*, vol. 6, no. 1, p. 57, 2020, doi: 10.24252/iqtisaduna.v6i1.13793.
- [16] Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 2010.
- [17] Z. V. Rohmadani and R. Y. Setiyani, "Aktivitas religius untuk menurunkan tingkat stres mahasiswa yang sedang skripsi," *J. Psikol. Terap. dan Pendidik.*, vol. 1, no. 2, p. 108, 2019, doi: 10.26555/jptp.v1i2.15135.



Referensi

- [18] F. D. Hanifah and S. R. Hamdan, “Kontribusi Religiusitas terhadap Perilaku Prosocial Guru Sekolah Inklusi Berbasis Islam,” *J. Psikol. Islam dan Budaya*, vol. 4, no. 1, pp. 67–80, 2021, [Online]. Available: <http://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jpib/article/view/5609>
- [19] C. D. P. Zulfan, “Hubungan Religiusitas dan Dukungan Sosial Terhadap Family Quality Of Life pada Orang Tua dengan Anak Berkebutuhan Khusus,” *Pap. Knowl. . Towar. a Media Hist. Doc.*, vol. 3, no. 2, p. 6, 2021, [Online]. Available: <http://repository.uin-suska.ac.id/id/eprint/53386>
- [20] R. L. Muhtadini, “Expressive Writing untuk Menurunkan Stres Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Full Day School,” *J. Mater. Process. Technol.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–8, 2018, [Online]. Available: <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/38244>
- [21] S. Azwar, *Reliabilitas dan Validitas (Edisi 4)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- [22] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Ed. 1, Cet. Bandung: Alfabeta, 2019.
- [23] M. K. Wiharto, “Pengaruh Religiusitas Terhadap Stres Narapidana,” 2021. [Online]. Available: <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/78335>



Referensi

- [24] S. Hardjo and N. M. Fauziah, “Hubungan Religiusitas dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan,” 2021, [Online]. Available: <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/16360>
- [25] A. V. Kirana and A. Rustam, “Religiusitas dan Stres Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa SMA Kelas XII,” *J. Psikol. dan Sains Islam*, vol. 3, 2019, doi: <https://doi.org/10.30762/happiness.v3i2.354>.
- [26] S. Maghfiroh, “Pengaruh Religiusitas, Pendapatan, dan Lingkungan Sosial terhadap Minat Menabung di Bank Syariah pada Santri Pondok Pesantren Asma’ Amanina,” *J. Chem. Inf. Model.*, vol. 53, no. 9, pp. 1–163, 2018, [Online]. Available: [http://eprints.uny.ac.id/55329/1/SKRIPSI final pdf.pdf](http://eprints.uny.ac.id/55329/1/SKRIPSI%20final%20pdf.pdf)



