

# Religiosity's Contribution To Work Stress Due To The Covid-19 Pandemic in Teachers at Public Elementary School in Krembung [Sumbangan Religiusitas Terhadap Stres Kerja Akibat Pandemi Covid-19 Pada Guru di Sekolah Negeri Dasar Kecamatan Krembung]

Novia Dewi Muda Dini<sup>1)</sup>, Lely Ika Mariyati<sup>2 \*2)</sup> (10pt)

<sup>1)</sup> Program Studi Psikologi, Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup> Program Studi Psikologi, Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: \_\_\_\_\_ noviadewi1411@gmail.com\*<sup>1)</sup>, ikalely@umsida.ac.id<sup>2)</sup>

**Abstract.** *This research is a quantitative research. The purpose of this study was to determine the relationship between religiosity and work stress on teachers at SDN Krembung District. The samples used in this study were 148 teachers at SDN in Krembung sub-district. The data analysis used is normality test, linearity test and simple linear regression analysis with the help of SPSS 20 for Windows program. The results of the study found that there was a negative relationship between religiosity and work stress for SDN teachers in Krembung District. The results of testing the data obtained rxy value of -0.205 with a significance value of 0.006 < 0.05. From these results it can be stated that the hypothesis proposed by the researcher can be accepted and proven true.*

**Keywords** - Religiosity, Work Stress

**Abstrak.** *Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara Religiusitas dengan Stres Kerja Pada Guru di SDN Kecamatan Krembung. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 148 Guru di SDN se kecamatan Krembung. Analisis data yang digunakan adalah uji normalitas, uji linieritas dan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS 20 for Windows. Hasil penelitian terdapat hubungan negatif religiusitas terhadap stres kerja pada guru SDN Di Kecamatan Krembung. Hasil pengujian data diperoleh nilai rxy sebesar -0,205 dengan nilai signifikansi sebesar 0,006 < 0,05. Dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima dan terbukti kebenarannya.*

**Kata Kunci** - Religiusitas, Stres Kerja

## I. PENDAHULUAN

Dunia telah mengalami kejadian luar biasa COVID-19 yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 yang menginfeksi manusia. Kasus pertama ditemukan di kota Wuhan, sebuah kota di Republik China, kemudian menyebar keseluruh penjuru dunia, termasuk Indonesia yang mengkonfirmasi kasus pertama Covid-19 di Indonesia pada 2 Maret 2020 lalu. Jumlah orang yang terpapar virus corona sempat meningkat, sehingga berdampak negatif pada banyak bidang kehidupan seperti kesehatan, ekonomi, pendidikan, social dan lain-lainnya.[1].

Terdapat berbagai profesi yang mendapatkan dampak dari pandemi Covid-19 seperti dokter, perawat, mahasiswa hingga dosen. Kondisi pandemi Covid-19 ini dapat memunculkan berbagai masalah salah satunya adalah stres dalam bekerja. Pada penelitian sebelumnya ditemukan hasil bahwa terdapat tenaga kesehatan yang mengalami stres kerja sebesar 56,7% (kategori sedang) yaitu 17 responden dari 30 responden[2], pada profesi dosen juga mengalami stres kerja yang berada pada rentang 1.82 < 2.61 / kategori rendah[3], kemudian pada profesi guru juga mengalami stres kerja sebesar 66% (kategori sedang) yaitu 34 responden dari 50 responden[4]. Dari ketiga profesi tersebut profesi guru yang paling banyak mengalami stres saat kerja.

Pembelajaran secara daring dipilih oleh para pendidik untuk melaksanakan proses belajar mengajar dengan siswa agar pembelajaran terus berlangsung. Pembelajaran daring ini tidak dibatasi oleh ruang dan waktu. Pembelajaran daring dapat dilakukan melalui Zoom, Whatsap dan lainnya. Dengan pembelajaran secara daring dapat menimbulkan stres saat bekerja. Guru menghadapi ketimpangan antara tuntutan ketidaksiapan dan kemampuan menghadapi perubahan sektor pendidikan yang terdampak pandemi Covid-19. Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Esita[5] memiliki hasil bahwa guru Taman Kanak-Kanak turut serta mengalami stres saat bekerja sebesar 62%, selain itu hasil penelitian dari Tri dan Cicilia[6] menyatakan bahwa guru Sekolah Dasar (SD) mengalami stres saat bekerja sebesar 75%, kemudian hasil penelitian dari Zetli[7] bahwa guru Sekolah Menengah Pertama (SMP) juga mengalami stres kerja sebesar 59,52% dan hasil penelitian dari Wekendkk[8] menyatakan bahwa guru Sekolah Menengah Atas (SMA) juga mengalami stres kerja pada kategori rendah yaitu 61,8%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru Sekolah Dasar (SD) yang paling tinggi mengalami stres kerja dimana

murid SD yang belum begitu faham ilmu teknologi harus dipaksa untuk melakukan proses belajar daring. Pihak guru harus berupaya dengan keras dalam memikirkan cara bagaimana memberikan materi secara daring kepada murid yang pemahaman ilmu teknologinya masih kurang. Kondisi ini dapat memicu stres kerja pada profesi guru (Abbas & Ersis Warmansyah And Erlyani, N.D.)[9]. Stres kerja adalah suatu kondisi dinamis dimana orang menghadapi peluang, kendala atau tuntutan yang berkaitan dengan apa yang sebenarnya mereka inginkan, dan yang hasilnya dianggap tidak pasti tetapi penting[10].

Dampak dari Stres Kerja diantaranya adalah: 1) Psikologis, seperti kecemasan, kebosanan, depresi, frustrasi, suasana hati. 2) Perilaku, seperti kecanduan narkoba, berkurangnya semangat fisik, yang melemahkan imunitas tubuh sehingga mudah terserang penyakit, stres juga menyebabkan masalah lebih banyak di rumah, dalam diplomasi kerja atau di jalan. 3) Kognitif, yaitu kurang mampu mengambil keputusan, membuatnya kurang fokus dan kurang peka terhadap ancaman [11]. Terdapat 3 indikator stres kerja yaitu Fisiologi, Psikologi dan Perilaku[12].

Menurut Santrock (2011), dalam melakukan *coping* stres ada enam strategi mengatasi stres yang bisa diterapkan, antara lain: a) *problem-focused coping* merupakan sebuah strategi atau cara yang diarahkan pada masalah yang dialami seseorang serta upaya untuk memecahkan masalah tersebut. b) *social support* adalah komunikasi interpersonal mengacu pada membantu orang lain, dimana bantuan biasanya diterima dari orang-orang yang penting bagi individu yang bersangkutan. c) pikiran optimis merupakan suatu harapan yang ada pada individu bahwa segala sesuatu akan berjalan menuju arah kebaikan. d) perilaku asertif merupakan perilaku yang menunjukkan keberanian untuk secara jujur dan terbuka memngungkapkan keinginan, perasaan dan segala pikiran apa adanya, tanpa menyinggung perasaan orang lain dan tetap melindungi hak pribadi. e) program manajemen stres ialah cara yang mengajari orang menghargai peristiwa yang membuat stres, mengembangkan keterampilan, mengatasi, dan menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari. f) *religios* yaitu sikap individu menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan dalam hubungannya secara vertikal kepada Tuhan.

Religiusitas menjadi faktor penting seseorang dalam mengelola stres yang dialami. Aspek religiusitas menjadi tiga, yaitu dimensi keyakinan, dimensi praktek keagamaan, dan dimensi pengalaman pada agama yang diyakini. Terdapat hubungan positif antara religiusitas dengan stres kerja pada anggota Brimob Polda Riau. Hubungan positif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah stres kerja dan sebaliknya semakin rendah tingkat religiusitas maka semakin tinggi pula stres kerja yang dialaminya[14]. Religiusitas berpengaruh negatif terhadap stres kerja. Religiusitas berdampak langsung pada stres karyawan dan kelelahan karyawan, artinya fleksibilitas yang berasal dari keyakinan agama dan ketaatan pada keyakinan sebenarnya mengurangi stres kerja di kalangan karyawan [15].

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni & Kadiyono[16] terdapat hubungan antara religiusitas dengan stres pada mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki tingkat religiusitas tinggi disebabkan karena mereka mengamalkan ajaran pada kitab Alqur'an supaya hidup dapat terarah dan dapat menurunkan stres. Mahasiswa juga berpegang teguh pada Alqur'an agar hidup tidak tersesat. Semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah tingkat stres dibuktikan dengan adanya responden yang mendengarkan dan tidak mendengarkan Al-Qur'an, dengan menggunakan kepercayaan atau perilaku keagamaan dalam menyelesaikan masalah seperti menenangkan diri, beribadah dan ikhtiar kepada Allah dapat mengurangi stres seperti keadaan emosi negatif atau kehidupan yang penuh tekanan.

SDN yang berada di Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo berjumlah 235. Guru yang terdiri dari guru yang berstatus PNS dan guru yang berstatus non-PNS. Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti ke 3 guru SDN menunjukkan bahwa semua guru tersebut mengeluh dan merasakan dampak dari pandemi Covid-19 yang mengharuskan pembelajaran dilakukan dengan Daring. Banyak kendala yang dihadapi para guru dalam pelaksanaan pembelajaran daring dari dampak pandemi Covid-19, diantaranya Handphone yang dimiliki guru harus mempunyai memori besar karena semua tugas diberikan melalui Handphone dan jika selesai harus dikirim lewat handphone, guru dituntut untuk memberikan materi yang mudah dipahami oleh siswa, kesulitan dalam melakukan penilaian, menambahnya biaya pulsa, protes dari orangtua murid, dan lain-lainnya. Kendala yang dihadapi para guru menimbulkan stres kerja. Stres kerja yang dialami guru menimbulkan kegelisahan, mood yang kurang baik, mudah emosi, semangat kerjanya menurun dan pekerjaan rumah menjadi terbengkalai.

Berdasarkan latar belakang sebelumnya, penulis tertarik untuk melakukan penelitian pada topik tersebut yakni, "Hubungan Antara Religiusitas Terhadap Stres Kerja Akibat Covid-19 Pada Guru di SDN Kecamatan Krembung".

## II. METODE

Tipe penelian ini adalah kuantitatif korelation. Metode penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan pengujian hipotesis secara lebih logis yang diawali dengan berpikir deduktif untuk menurunkan hipotesis, dilanjutkan dengan pengujian dan kesimpulan atau hipotesis berdasarkan data empiris. Sedangkan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 148 guru dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Insidental sampling*. Insidental sampling adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara

kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel[17]. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel X (religiusitas) dan variabel Y (stres kerja). Hasil uji validitas skala religiusitas menunjukkan sebanyak 30 aitem valid dari 31 aitem dan uji reliabilitasnya sebesar 0,967. Sedangkan uji validitas skala stres kerja sebanyak 15 aitem valid dari 28 aitem dan uji reliabilitasnya sebesar 0,948.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Penyajian Hasil Penelitian

##### 1. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas dapat diketahui nilai normalitas skala religiusitas dan skala stres kerja menunjukkan nilai signifikan 0,108 yang artinya bahwa nilai  $0,108 > 0,05$  dapat dikatakan bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini distribusi normal.

##### 2. Uji Linieritas

Berdasarkan hasil uji linieritas yang dapat diperoleh dari hasil Linierity F sebesar 5,927 dengan nilai signifikansi  $0,016 < 0,05$ . Dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa variabel religiusitas dan variabel stres kerja memiliki kolerasi yang linier.

##### 3. Uji Hipotesis

Berdasarkan dari hasil koefisien nilai R sebesar -0,205 dengan nilai signifikansi sebesar  $0,006 < 0,05$ . Yang artinya terdapat hubungan yang kecil antara religiusitas dengan stres kerja guru. Hal ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima yaitu ada hubungan negatif antara religiusitas dengan stres kerja guru. Artinya semakin tinggi religiusitas yang dimiliki guru maka semakin rendah stres kerja yang dialami guru. Sebaliknya semakin rendah religiusitas yang dimiliki guru maka semakin tinggi stres kerjayang dialami guru.

##### 4. Hasil Koefisien Determinasi

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi menunjukkan nilai R Square sebesar 0,48 yang berarti variabel religiusitas dalam penelitian ini memberikan sumbangan sebesar 48% terhadap variabel stres kerja.

##### 5. Kategorisasi Skor Subjek

Tabel 3.5 (Kategorisasi Skor Subjek)

Kategorisasi	Religiusitas		Stres Kerja	
	$\Sigma$ Guru	%	$\Sigma$ Guru	%
Rendah	20	13,5	32	21,6
Sedang	88	59,5	73	49,3
Tinggi	40	27	43	29,1
Jumlah	148	100	148	100

Berdasarkan tabel kategori skor subjek tersebut pada variabel religiusitas terdapat 40 subjek yang termasuk kategori tinggi dengan persentase sebesar 27%, 88 subjek yang termasuk kategori sedang dengan persentase sebesar 59,5% dan 20 subjek yang termasuk kategori rendah dengan persentase sebesar 13,5%. Sedangkan pada variabel stres kerja terdapat 43 subjek yang termasuk kategori tinggi dengan persentase sebesar 29,1%, 73 subjek yang termasuk kategori sedang dengan persentase sebesar 49,3% dan 32 subjek yang termasuk kategori rendah dengan persentase sebesar 21,6%.

#### B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisa di atas, bahwa hasil koefisien nilai  $r_{xy}$  sebesar - 0,205 dengan nilai signifikansi sebesar  $0,006 < 0,05$ . Hal ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti yakni adanya hubungan negatif antara religiusitas dengan stres kerja guru. Artinya semakin tinggi religiusitas yang dimiliki

guru maka semakin rendah stres kerja yang dialami guru. Sebaliknya semakin rendah religiusitas yang dimiliki guru maka semakin tinggi stres kerja yang dialami guru.

Religiusitas bisa mempengaruhi beberapa dimensi diantaranya marolitas tingkat stres dan kebahagiaan individu. Semakin baik tingkat religiusitas yang dimiliki individu maka akan semakin baik pula moralnya. Begitu pula dengan tingkat stres dan kebahagiaan individu jika semakin baik religiusitas individu tersebut maka akan semakin baik individu tersebut dalam mengatasi masalah sehingga mengurangi stres yang dialami (Sabila Rizant i& Surya Akbar). Besarnya religiusitas bisa menurunkan depresi yang dialami dan menekan stres yang tidak terkontrol (Mira Ismirani, 2011). Dengan berdoa dan meningkatkan keyakinan agama dapat menolong seseorang saat mengalami stres karena adanya pengharapan dan kenyamanan (Rammohan dan Subbakrishna, 2013).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ancok et al[18] yaitu individu yang memiliki religiusitas yang tinggi mengenai pengetahuan yakni guru diberikan kegiatan kajian setiap 1 bulan sekali atau melakukan tadabur alam (*outbond*), keyakinan yang mantab yakni guru sebelum melakukan aktifitas di dalam kelas diwajibkan membaca do'a bersama, pelaksanaan ibadah seperti sholat berjamaah atau individu di dalam sekolah pada saat istirahat serta penghayatan yang baik atas agama yang dianutnya yakni dengan melakukan individu atau kelompok, guru merasa lebih tenang dan tenteram sesuai sholat, berdo'a dan berzikir. Seorang guru yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi akan memiliki tingkat stres kerja yang rendah. Hal ini dikarenakan mereka berkeyakinan bahwa segala permasalahan yang menimbulkan stres kerja merupakan ujian dari Allah SWT. Sebaliknya seorang guru yang memiliki tingkat religiusitas yang rendah cenderung memiliki stres kerja yang tinggi.

Penelitian lain yang sejalan dengan hasil penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Kirana & Rustam[19] menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa. Dimana kecemasan merupakan emosi negatif seperti gugup, stres, khawatir, dan ketakutan saat menghadapi situasi. Religiusitas mempunyai hubungan dengan stres kerja, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ambarita & Nathania[20] dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara religiusitas dengan stres kerja pada anggota Brimob Polda Riau. Resiko pekerjaan sebagai anggota Brigade Mobil Polisi yang memiliki sejumlah tuntutan dan cenderung menyebabkan stres pada pekerjaan dan bahkan menyebabkan banyak masalah internal. Hal ini mengharuskan anggota Brimob untuk lebih meningkatkan religiusitas seperti menyerah dan mendekati diri kepada Allah SWT.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mendapatkan hasil bahwa variabel religiusitas mampu mempengaruhi variabel stres kerja sebesar 3,5%. sedangkan 96,5% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

#### IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif religiusitas terhadap stres kerja pada guru Di SDN Kecamatan Krembung. Hasil pengujian data diperoleh nilai  $r_{xy}$  sebesar - 0,205 dengan nilai signifikansi sebesar  $0,006 < 0,05$  yang artinya hipotesis diterima yaitu ada hubungan negatif antara religiusitas terhadap stres kerja yang diajukan oleh peneliti serta dapat diterima dan terbukti kebenarannya. Variabel religiusitas mampu mempengaruhi variabel stres kerja sebesar 3,5%. sedangkan 96,5% dipengaruhi faktor lain yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini.

Limitasi dari penelitian ini adalah waktu dan pemilihan sampel. Pada aspek waktu, peneliti melakukan penelitian saat pandemi Covid-19, sehingga berakibat pada cukup lamanya penelitian ini dalam menyebarkan skala penelitian melalui *google form* kurang lebih 2 bulan yang disebabkan pemilihan sampel, limitasi dari penelitian ini terkait dengan variabel X yang menggunakan satu variabel yaitu variabel religiusitas. Peneliti hanya melakukan penelitian dengan meneliti variabel religiusitas terhadap stres kerja sehingga tidak meneliti faktor lain yang dapat berkorelasi dengan stres kerja.

Manfaat bagi guru dan sekolah diharapkan mampu meningkatkan religiusitas dengan cara melakukan do'a bersama sebelum Bapak atau Ibu guru mengajar dalam kelas masing-masing, melakukan istiqosah bersama setiap minggu sekali dalam lingkup sekolah, serta diadakan tadabur alam setiap satu tahun sekali, sehingga guru tidak hanya dihadapkan dengan mengajar serta membuat soal-soal dalam ujian sekolah, dengan aktivitas-aktivitas positif seperti pemaparan diatas maka tingkat stres yang dialami guru semakin menurun dengan adanya aktivitas yang mendekati diri kepada Allah SWT, serta memunculkan ide-ide baru dalam mengajar guru dikelas. Dengan adanya

kegiatan-kegiatan positif sehingga dapat menurunkan stres kerja serta meningkatkan religiusitas pada guru-guru di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Krembung.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada SDN Se Kecamatan Krembung telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian pada Bapak dan Ibu Guru. Terima kasih juga disampaikan peneliti kepada semua Guru di SDN Kecamatan Krembung yang telah menjadi responden dalam penelitian.

### REFERENSI

- [1] Y. H, "Pemahaman Sumber Daya Manusia," *Pemahaman Sumber Daya Mns.*, 2016.
- [2] I. Miftahul Huda, C. Makaginsar, D. Septriana Rosady Prodi Pendidikan Kedokteran, F. Kedokteran, and U. Islam Bandung, "Hubungan Religiusitas terhadap Stres Kerja Tenaga Kesehatan di Puskesmas Kalangsari Kabupaten Karawang pada Masa Pandemi COVID-19," *Bandung Conf. Ser. Med. Sci.*, vol. 2, no. 1, pp. 787–794, 2022, [Online]. Available: <https://proceedings.unisba.ac.id/index.php/BCSMS/article/view/1629>
- [3] M. A. Kusnadi, "Hubungan antara beban kerja dan self-efficacy dengan stres kerja pada dosen Universitas X," *J. Ilm. Mhs. Univ. Surabaya*, vol. 3, no. 1, pp. 1–15, 2014, [Online]. Available: [file:///C:/Users/User/Downloads/1751-Article Text-3217-1-10-20190219 \(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/1751-Article Text-3217-1-10-20190219 (1).pdf)
- [4] K. Nastasia, "Hubungan Antara Resiliensi dengan Stres Kerja pada Guru Pada Masa Pandemi Covid-19," *Psyche 165 J.*, vol. 15, no. 2, pp. 86–92, 2022, doi: 10.35134/jpsy165.v15i2.170.
- [5] Z. Esita and Rohmiati, "Stres dan Manajemen Stres Guru Taman Kanak-kanak di Kota Kendari," *RAP (Riset Aktual Psikol. Univ. Negeri Padang)*, vol. 7, no. 2, 2016.
- [6] Tri and S. R. Cicilia, "Pengaruh Work From Home (WFH) Terhadap Kinerja Guru SD Negeri Dengkek 01 Pati Selama Masa Pandemi Covid-19," 2020.
- [7] S. Zetli, "Hubungan Beban Kerja Mental Dan Stres Kerja Pada Tenaga Kependidikan Di Kota Batam," *J. Rekayasa Sist. Ind.*, vol. 4, no. 2, pp. 63–70, 2019, doi: 10.33884/jrsi.v4i2.1061.
- [8] M. E. Weken, A. E. Mongan, and J. S. Kekenusa, "Hubungan antara Beban Kerja, Konflik Peran, dan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada Guru di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Manado Pada Masa Pandemi Covid-19," *J. Public Health Community Med.*, vol. 1, no. 4, 2020.
- [9] ABBAS and N. ERSIS WARMANSYAH and Erlyani, "Menulis di Kala Badai Covid-19."
- [10] J. Robbins, "Políticas y prácticas de recursos humanos," *Comport. Organ.*, 2016.
- [11] J. L. Gibson, *Organisasi, Perilaku, Struktur, Proses*. Erlangga (ed.); 5th ed.), 2015.
- [12] M. Umamit, "Hubungan Stres Kerja dengan Keterlibatan Kerja Pada Karyawan," *Dr. Diss. Univ. Muhammadiyah Malang*, 2016.
- [13] A. N. Jamaludin, *Sosiologi Perkotaan : Memahami Masyarakat Kota dan Problematikanya*. Bandung: CV Pustaka Setia, 2015.
- [14] O. Y. Farhan, Fikri, and A. Hidayat, "Hubungan antara religiusitas dengan stres pada anggota brimbod Polda Riau," *An-nafs J. Fak. Psikol.*, vol. 12, no. 1, pp. 12–21, 2018.
- [15] I. K. A. B. Utama and I. B. K. Surya, "Pengaruh Religiusitas, Adversity Quotient Dan Lingkungan Kerja Non Fisik Terhadap Stres Kerja," *E-Jurnal Manaj. Univ. Udayana*, vol. 8, no. 5, p. 3138, 2019, doi: 10.24843/ejmunud.2019.v08.i05.p20.
- [16] A. Triwahyuni and A. L. Kadiyono, "Metode Islamic Religion-Focused Coping sebagai Strategi Mengatasi Stres Kerja," *Psikoislamika J. Psikol. dan Psikol. Islam*, vol. 17, no. 2, pp. 62–74, 2020.

- [17] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta, 2017.
- [18] D. Ancok, S. Ardani, and F. Suroso, *Psikologi Islam Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- [19] A. V. Kirana and A. Rustam, "RELIGIUSITAS DAN STRES MENGHADAPI UJIAN NASIONAL PADA SISWA SMA KELAS XII Adeline," 2010.
- [20] R. V. N. Ambarita, "Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Coping Stress Pada mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen Medan," *Penerapan Embellishment Sebagai Unsur Dekor. Pada Busana Modestwear*, vol. d, no. 2, pp. 1–30, 2021, [Online]. Available: <http://scholar.unand.ac.id/60566/>

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*