

**HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN STRES AKADEMIK
PADA SANTRI PONDOK PESANTREN FAJAR ISLAM
NUSANTARA MEDAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) Pada Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

Oleh

NEDRA MEUTIA FAUZIAH
NPM. 17.860.0020



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2021**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 28/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)28/12/21

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN STRES AKADEMIK PADA SANTRI PONDOK PESANTREN FAJAR ISLAM NUSANTARA MEDAN

NAMA : NEDRA MEUTIA FAUZIAH

NIM : 178600020

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN



Tanggal Sidang: 4 Oktober 2021

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas
Psikologi Universitas Medan Area dan Diterima Untuk
Memenuhi Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal

4 Oktober 2021

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

(Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog
2. Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog
3. Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, M.A, Psikolog
4. Dinda Permatasari Harahap, S.Psi, M.Psi, Psikolog

HALAMAN PERYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 10 September 2021

Peneliti



Nedra Meutia Fauziah
(17.860.0020)

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademika Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nedra Meutia Fauziah
NPM : 17.860.00,20
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul Hubungan Religiusitas Dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara. Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini, Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasi skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada Tanggal :

10 September 2021

Yang menyatakan



(Nedra Meutia Fauziah)

HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN STRES AKADEMIK PADA SANTRI PONDOK PESANTREN FAJAR ISLAM NUSANTARA MEDAN

Oleh:

NEDRA MEUTIA FAUZIAH

17.860.0020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan religiusitas dengan stres akademik pada santri pondok pesantren Fajar Islam Nusantara Medan. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan religiusitas dengan stres akademik pada santri. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh santri pondok pesantren Fajar Islam Nusantara Medan yang berjumlah 80 santri. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Total Sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui dua skala, yaitu skala religiusitas dan skala stres akademik. Analisis data menggunakan korelasi Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan $r_{xy} = -0.518$ dengan signifikan $p = 0.000$ $P < 0.05$. Artinya terdapat hubungan negatif dan signifikansi antara religiusitas dengan stres akademik pada santri, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah stres akademik. Sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin tinggi stres akademik pada santri. Besarnya koefisien determinan (r^2) sebesar $= 0,634$. hal ini menunjukkan bahwa religiusitas berkontribusi terhadap stres akademik sebesar 63,4%. Dalam penelitian ini religiusitas yang dimiliki para santri tergolong tinggi dilihat dari perbandingan nilai rata-rata empirik (98,24) yang lebih besar dari pada nilai rata-rata hipotetiknya (81). Sedangkan untuk stres akademik para santri tergolong sedang, sebab nilai rata-rata empirik yang diperoleh (68,31) lebih kecil dari nilai rata-rata hipotetiknya (70). Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian di lapangan.

Kata Kunci: Religiusitas, Stres Akademik dan Santri

CORRELATION OF RELIGIUSITY WITH ACADEMIC STRESS IN STUDENTS OF FAJAR NUSANTARA MEDAN ISLAMIC BOARDING SCHOOL

By:

NEDRA MEUTIA FAUZIAH

17.860.0020

ABSTRACT

This study aims to see the Correlation between religiosity and academic stress in the students of Fajar Islam Nusantara Medan Islamic boarding school. The hypothesis proposed is that there is a relationship between religiosity and academic stress in students. The research method used is quantitative with a correlational design. The subjects in this study were all students of the Fajar Islam Nusantara Medan Islamic boarding school, totaling 80 students. Sampling using total sampling technique. The data were collected through two scales, namely the religiosity scale and the academic stress scale. Data analysis using Product Moment Correlation. The results showed $r_{xy} = -0.518$ with a significant $p = 0.000$ $P < 0.05$. This means that there is a negative and significant relationship between religiosity and academic stress in students, which indicates that the higher the religiosity, the lower the academic stress. Conversely, the lower the religiosity, the higher the academic stress on the students. The determinant coefficient (r^2) is 0,634, this shows that religiosity contributes to academic stress by 63,4%. In this study, the students' religiosity was high as seen from the comparison of the empirical mean value (98,24) which was greater than the hypothetical average value (81). Meanwhile, the academic stress of the students was classified as moderate, because the empirical average value obtained (68,31) was smaller than the hypothetical average value (70). The results of this study are in accordance with the results of research in the field.

Keywords: Religiosity, Academic Stres and Students

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Bismillah puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Hubungan Religiusitas Dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan”

Adapun maksud dari penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh gelar S-1 pada Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area. Dalam kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu selama proses penyusunan skripsi ini. Sebab peneliti mengakui dan menyadari segala kekurangan, dan tanpa bantuan banyak pihak peneliti tidak akan mampu untuk dapat menyelesaikan dengan baik. Untuk itulah peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ketua Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim Siregar.
2. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc, Rektor Universitas Medan Area yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
3. Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Yang telah memberikan ijin penelitian dan kelancaran di dalam penyusunan skripsi ini. Serta penguji sidang yang telah memimpin sidang skripsi saya dengan baik hingga selesai.

4. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog. Selaku wakil dekan bidang akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Yang telah membantu saya untuk memberikan ijin penelitian.
5. Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi. Selaku ketua sidang yang bersedia meluangkan waktu untuk menghadiri sidang skripsi saya.
6. Ibu Dinda Permata Sari Harahap, S.Psi, M.Psi, Psikolog. Selaku ketua jurusan psikologi perkembangan. Serta sekretaris sidang skripsi yang bersedia meluangkan waktu untuk menghadiri sidang skripsi.
7. Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, M.A, Psikolog. Dosen pembimbing yang telah banyak berperan dalam memberikan bimbingan, serta memberikan saran dan motivasi untuk dapat menyelesaikan skripsi.
8. Ustad Nanang Pradipta, S.Si. Selaku kepala Ma'had Fajar Islam Nusantara yang telah memberikan ijin peneltian dan kelancaran untuk dapat menyelesaikan skripsi.
9. Ustadzah Ummu Hafiz. Selaku kepala asrama putri Ma'had Fajar Islam Nusantara yang telah membantu dalam menyelesaikan berkas-berkas selama penelitian.
10. Untuk yang tercinta dan tersayang kedua orang tua saya Alm.Rasydin dan Netti Herawati. Yang telah memberikan semangat dan kasih sayang serta dukungan moral yang kuat selama penyelesaian skripsi.
11. Untuk saudara kandung saya tersayang. Widiya Pramana Suci, S.Pd, M. Taufiq Al-Rasyd, M. Taufan Al-Rasyd dan M. Riva'i Hidayattullah, S.E. Yang telah memberikan semangat dan dukungan moral.

12. Untuk kakakku tersayang dan tercinta Widiya Pramana Suci, S.Pd. Yang telah banyak memberikan semangat serta dukungan moral dan bantuan selama penyelesaian skripsi.
13. Untuk Andriyan Nugraha Hasibuan, S.Sos. yang telah banyak memberikan dukungan dan semangat selama penyelesaian skripsi.
14. Untuk sahabatku Nanda, Dhaivina dan Lili. Terima kasih atas dukungan, bantuan, motivasi serta pengertiannya selama ini yang selalu ada disaat suka dan duka. Semoga impian dan harapan kita semua tercapai amin.
15. Untuk semua teman seperjuanganku Adis, Laila, Putri, Mutiara. Terima kasih bantuan, motivasi serta pengertiannya selama ini. Semoga impian dan harapan kita semua tercapai amin.
16. Untuk teman-teman kelas A1 Fakultas Psikologi. Terimah kasih kebersamaannya selama kuliah, semoga impian dan harapan kita semua tercapai amin.
17. Terima kasih untuk semua pembaca. Semoga dengan membaca karya tulis ini dapat menambah wawasan dan inspirsi, serta dapat mengembangkan karya tulis saya.

Medan, April 2021

Peneliti,

Nedra Meutia Fauziah

17.860.0020

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERYATAAN	Error! Bookmark not defined.
MOTTO	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	4
DAFTAR TABEL	6
DAFTAR GAMBAR	7
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Batasan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
D. Rumusan masalah.....	Error! Bookmark not defined.
E. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Pondok Pesantren.....	Error! Bookmark not defined.
B. Santri	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian Santri	Error! Bookmark not defined.
2. Tipe Pengelompokkan Santri.....	Error! Bookmark not defined.
C. Sumber Stres pada remaja.....	Error! Bookmark not defined.
D. Stres Akademik	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian Stres.....	Error! Bookmark not defined.
2. Pengertian Stres Akademik	Error! Bookmark not defined.
3. Faktor-Faktor Stres Akademik.....	Error! Bookmark not defined.
4. Aspek-Aspek Stres Akademik	Error! Bookmark not defined.
E. Religiusitas.....	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian Religiusitas.....	Error! Bookmark not defined.
2. Tipe-Tipe Religiusitas	Error! Bookmark not defined.
3. Fungsi Religiusitas	Error! Bookmark not defined.

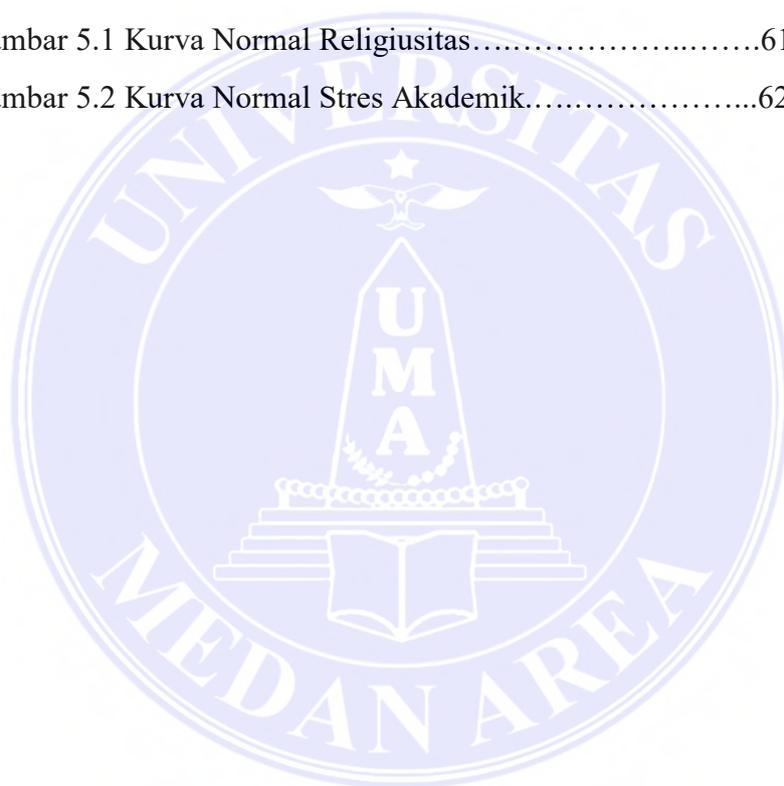
4. Faktor Religiusitas	Error! Bookmark not defined.
5. Dimensi Religiusitas	Error! Bookmark not defined.
F. Hubungan Religiusitas dengan Stres Akademik pada Santri.....	Error! Bookmark not defined.
Bookmark not defined.	
G. Kerangka Konseptual	Error! Bookmark not defined.
H. Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Tipe Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian ...	Error! Bookmark not defined.
D. Subjek Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
E. Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
F. Teknik Pemantapan Kreadibilitas Penelitian	Error! Bookmark not defined.
defined.	
G. Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
defined.	
A. Orientasi Kanchah Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Persiapan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Pelaksanaan Uji Coba Alat ukur	Error! Bookmark not defined.
D. Pelaksanaan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Analisis Data dan Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran.....	62
1. Saran Bagi Santri.....	62
2. Saran Bagi Pesantren.....	62
3. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya.....	63
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
Lampiran	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Table 4.1 Jenis Kegiatan Santri.....	47
Tabel 4.2 Distribusi Butir Religiusitas Sebelum Uji Coba.....	50
Tabel 4.3 Distribusi Butir Stres Akademik Sebelum Uji Coba.....	51
Tabel 4.4 Distribusi Penyebaran Skala Religiusitas Setelah Uji Coba.....	53
Tabel 4.5 Distribusi Penyebaran Skala Stres Akademik Setelah Uji Coba...	54
Tabel 4.6 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	57
Tabel 4.7 Rangkuman Hasil Uji Linearitas Hubungan.....	58
Tabel 4.8 Rangkuman Hasil Hipotesis Korelasi.....	59
Table 4.9 Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Empirik.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 5.1 Kurva Normal Religiusitas.....	61
Gambar 5.2 Kurva Normal Stres Akademik.....	62



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan mengenai remaja selalu menarik untuk diteliti, termasuk diantaranya remaja yang tinggal di pondok pesantren. Pondok Pesantren adalah lembaga yang berbasis masyarakat dan didirikan oleh perseorangan, yayasan, organisasi masyarakat Islam, atau masyarakat yang menanamkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT. Pendidikan Pesantren adalah pendidikan yang diselenggarakan oleh pesantren dengan mengembangkan kurikulum sesuai dengan kekhasan pesantren dengan pola pendidikan muallimin. Pendidikan muallimin adalah kumpulan kajian tentang ilmu agama Islam yang terstruktur, sistematis, dan terorganisasi. Tujuan didirikannya pesantren untuk membentuk individu yang unggul di berbagai bidang yang memahami dan mengamalkan nilai ajaran agama yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia. Agar dapat berguna untuk kehidupan selanjutnya (Undang-Undang No. 18 tahun 2019).

Indonesia memiliki berbagai macam lembaga pendidikan yang memungkinkan seseorang anak untuk memilih di lembaga pendidikan mana yang layak bagi dirinya untuk menuntut ilmu. Salah satunya lembaga pendidikan yang ada di Indonesia adalah Lembaga Pendidikan Islam terbesar dan tertua di Indonesia. Pondok pesantren yaitu suatu tempat pendidikan dan pengajaran agama Islam dan didukung asrama sebagai tempat tinggal santri yang bersifat permanen (Qomar, 2007) pondok pesantren di Indonesia cukup disegani dan menjadi pilihan utama bagi masyarakat yang ingin memperdalam ilmu agama khususnya agama Islam

Pelajar di pondok pesantren dikenal dengan sebutan santri. Para santri ini tinggal dalam pondok atau asrama yang dipisahkan antara laki-laki dan perempuan. Para santri juga diajarkan untuk hafalan Al-qur'an, hadis, bahasa Arab, bahasa Inggris dan juga rangkuman ilmu tajwid. Para santri juga diajarkan untuk hidup mandiri dan tidak tergantung pada siapa dan pada lembaga masyarakat apapun. Pondok pesantren juga memiliki banyak aturan yang harus ditaati oleh para santri diantaranya adalah kedisiplinan dan suasana pondok pesantren sangat berbeda dengan di rumah, seperti halnya jauh dari orang tua, tidak menggunakan alat komunikasi seperti *handpone* melakukan segala sesuatu sendiri dan hidup dengan berbagai peraturan yang harus dipatuhi, seperti yang ada di pondok pesantren Fajar Islam Nusantara

Pondok pesantren Fajar Islam Nusantara memiliki banyak peraturan dan pembelajaran yang harus ditaati oleh santri yang memutuskan untuk mondok disini. Peraturan-peraturan tersebut harus bangun tepat waktu pukul 03.00 Pagi, tidak boleh menggunakan *handpone* sedangkan pembelajaran yang wajib mereka ikuti seperti sholat tepat waktu, hafalan Al-qur'an, hadis, bahasa Arab, bahasa Inggris dan juga rangkuman ilmu tajwid. Peraturan dan Pembelajaran tersebut yang menjadi tekanan tersendiri bagi santri, sehingga kondisi tersebut memungkinkan santri mengalami stres. Terlihat dari hasil kunjungan yang dilakukan peneliti. Berdasarkan wawancara yang dilakukan diperoleh data sebagai berikut:

“Karena disini harus bangun jam 03. 00 pagi kak, jadi aku takut terlambat bangun makanya aku jadi enggak bisa tidur..... gelisah gitu ka.....” (wawancara interpersonal terhadap IT pada jam 11.00 pagi hari Selasa tanggal 25 Agustus 2020).

“enggak tenang disini loh kak banyak sekali peraturan dan kewajiban yang harus kami lakukan seperti stor hafalan Al- qur’an, hadis, bahasa arab dan juga rangkuman ilmu tajwid.....” (wawancara interpersonal terhadap PU pada jam 11. 30 pagi hari Selasa tanggal 25 Agustus 2020)

“kami disini juga harus menggunakan bahasa Arab dan bahasa Inggris Untuk berkomunikasi atau menyapa abi..... ini yang membuat gemeteran dan jantungan karena takut salah kak.....” (wawancara interpersonal terhadap BD pada jam 11.00 pagi pada hari Rabu tanggal 26 Agustus 2020)

Dari data diatas peneliti melihat adanya indikasi stres akademik berdasarkan aspek stres akademik yang dialami oleh para santri seperti cemas, gelisa, jantung berdebar-debar sebab semua santri memiliki kewajiban untuk mematuhi semua peraturan dan tanggung jawab yang sama di pesantren Fajar Islam Nusantara

Sebagian besar sumber stres santri berasal dari masalah akademik. Seperti kewajiban storan hafalan Al-qur’an, hafalan hadis, sholat tepat waktu, menggunakan bahasa Arab, dan bahasa Inggris sebagai bahasa pengantar mereka dan juga rangkuman ilmu tajwid. Stres di bidang akademik pada santri muncul ketika ada tuntutan yang harus dipenuhi dalam menjalani proses pendidikan di pesantren. Carveth, Geese & Moss (dalam Misra & McKean, 2000) mengemukakan bahwa stres akademik adalah persepsi individu terhadap banyaknya pengetahuan yang harus dikuasai dan persepsi terhadap ketidak cukupan waktu untuk mengembangkan pengetahuan yang harus dikuasai.

Menurut Liao (2011) menyatakan bahwa stres akademik dapat muncul karena adanya tuntutan akademik, kesulitan untuk mengimbangi tuntutan akademik dan gagal untuk berprestasi yang tidak sesuai dengan harapan. Dari beberapa penelitian sebelumnya, diketahui bahwa religiusitas memiliki hubungan dengan tingkat stres yang dimiliki oleh santri. Kemudian menurut Agolla dan Ongori (2009) mendefinisikan stres akademik sebagai persepsi dari kesenjangan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan individu untuk memenuhinya.

Menurut Munnajid (2012) bahwa religiusitas adalah salah satu faktor yang mempengaruhi keadaan stres akademik seseorang. Religiusitas merupakan pengalaman yang universal yang tidak hanya terdapat dalam kegiatan-kegiatan ritual keagamaan di tempat-tempat ibadah namun pada keseluruhan aspek kehidupan. Ramadhan (2016) melakukan penelitian tentang pendekatan religiusitas dalam manajemen stres pada santri penghafal Al-Qur'an yang memiliki kesimpulan bahwa stres yang muncul mampu dikelola ke arah yang positif dengan pendekatan religiusitas seperti berwudhu, shalat, zikir, berdo'a, dan membaca Al-Qur'an, sehingga stres tidak berdampak signifikan. Swasono (2015) meneliti tentang hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat stres pada lansia yang tinggal di Panti Wredha Dharma Bakti Surakarta, dan diketahui hasilnya bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin rendah tingkat stres yang dimiliki. Religiusitas mempunyai peran penting dalam mengelola stres.

Religiusitas dalam diri seseorang dapat memberikan individu pengarahan atau bimbingan, dukungan, dan harapan, seperti halnya pada dukungan emosi. (Carone and Barone, 2001). Kasberger (2015) melalui berdoa, ritual dan keyakinan agama dapat membantu seseorang dalam saat mengalami stres kehidupan. Religiusitas adalah visualisasi dari bentuk hubungan antara individu dan kepercayaannya. Religiusitas menunjukkan apa yang dipahami oleh individu dan cara melakukan atau melegitimasi tindakannya tersebut. Oleh karena itu, visualisasi ini tidak berhubungan dengan agama atau kepercayaan dalam pengertian yang normatif (Santoso, 2011).

Latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan ini judul penelitian “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan”.

B. Identifikasi Masalah

Sebagai santri yang tinggal didalam pondok pesantren dan juga diajarkan untuk hidup mandiri dan tidak tergantung pada siapa dan pada lembaga masyarakat apapun. Pondok pesantren juga memiliki banyak aturan yang harus ditaati oleh para santri diantaranya adalah kedisiplinan dan suasana pondok pesantren sangat berbeda dengan di rumah, seperti halnya jauh dari orang tua, tidak menggunakan alat komunikasi seperti *handpone* melakukan segala sesuatu sendiri dan hidup dengan berbagai peraturan yang harus dipatuhi. Aturan-aturan yang harus ditaati dengan rentang waktu yang cukup lama sering kali menimbulkan permasalahan psikologis bagi para santri, berkaitan dengan stres akademik. Religiusitas berhubungan dengan

kesehatan mental, dengan memiliki religiusitas yang tinggi para santri akan dapat menghadapi tekanan-tekanan atau tuntutan-tuntutan dari pesantren sehingga mereka terhindar dari stres akademik.

Maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah peranan religiusitas dalam mengurangi tingkat stres akademik.

C. Batasan Masalah

Dari uraian diatas batasan masalah dalam penelitian ini adalah hubungan religiusitas dengan stres akademik pada santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yaitu: Apakah ada hubungan antara religiusitas dengan stres akademik pada santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan diadakan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan religiusitas dengan stres akademik pada santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan sumbangan ilmiah bagi perkembangan kemajuan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan memperkaya hasil penelitian yang telah ada. Hal ini dilakukan dengan cara memberikan data empiris yang telah teruji secara ilmiah mengenai hubungan religiusitas dengan stres akademik Pada santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi yang baru kepada santri pondok pesantren Fajar Islam Nusantara Medan dan gambaran serta dapat dijadikan sebagai langkah atau terobosan dalam mengantisipasi tekanan terkait kehidupan lingkungan pesantren yang berbeda dari kehidupan di rumah.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pondok Pesantren

Dalam Undang-Undang Nomor 18 tahun 2019 tentang Pondok Pesantren adalah lembaga yang berbasis masyarakat dan didirikan oleh perseorangan, yayasan, organisasi masyarakat Islam, atau masyarakat yang menanamkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT. Pendidikan Pesantren adalah pendidikan yang diselenggarakan oleh pesantren dengan mengembangkan kurikulum sesuai dengan kekhasan pesantren dengan pola pendidikan muallimin. Keberadaan pesantren dijadikan sebagai lembaga sosial dan lembaga penyampaian tentang pengetahuan maupun praktik agama (Syafe'i, 2017).

(Inayah & Fatimaningsih, 2013). Setiap pondok pesantren memiliki aturan masing-masing yang diterapkan untuk para santrinya. Ada pondok yang menetapkan untuk membiasakan santri menggunakan bahasa Arab dalam percakapan sehari-hari, namun ada juga pondok pesantren yang tidak begitu menekankan peraturan tersebut. Namun dengan beragamnya peraturan yang ditetapkan, mayoritas pondok pasti memiliki jadwal kegiatan yang padat dari bangun tidur hingga menjelang tidur kembali.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, maka dapat disimpulkan pesantren merupakan tempat lembaga pendidikan Islam untuk memberikan ilmu pengetahuan agama Islam dan dapat membentuk individu yang unggul di berbagai bidang yang memahami dan mengamalkan nilai ajaran agama yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia. Agar dapat berguna untuk kehidupan selanjutnya.

B. Santri

1. Pengertian Santri

Santri menurut KBBI merupakan orang yang mendalami agama atau orang yang beribadah dengan sungguh-sungguh. Santri menghafal Al-Qur'an merujuk pada seorang remaja yang mempelajari agama di sebuah pesantren dengan program menghafal Al-Qur'an. Menurut pendapat Profesor Johns terkait istilah santri berasal dari bahasa Tamil yang berarti guru mengaji. Sedangkan menurut (C.C Berg) istilah santri dalam bahasa India yakni *Shastri* yang memiliki arti orang yang tahu buku-buku agama Hindu. Kata *Shastri* berasal dari *Shastra* yang berarti buku suci, buku-buku agama atau buku-buku tentang ilmu pengetahuan (Dhofier dalam As'ari, 2013). Secara terminologi kata santri dalam khasanah kehidupan bangsa Indonesia dan khusus umat Islam memiliki dua makna, yaitu yang pertama menunjuk sekelompok peserta sebuah pendidikan pesantren atau pondok. Sedangkan yang kedua menunjukkan akar budayanya sekelompok pemeluk agama Islam (Maunah, 2009).

2. Tipe Pengelompokan Santri

Menurut Dhofier (2015) didalam proses menuntut ilmu ada dua pengelompokan santri berdasarkan tradisi pesantren, yaitu:

a. Santri mukim

Santri mukim merupakan santri yang bukan berasal dari wilayah sekitar pesantren atau bisa disebut berasal dari jauh daerah perantauan dan tinggal secara menetap atau dalam jangka waktu tertentu. Santri yang telah lama di pesantren umumnya dikelompokkan tersendiri oleh kiai dan memiliki tanggung jawab untuk membantu dalam kepengurusan kepesantrenan, serta menjadi senior untuk membimbing santri junior dalam belajar kitab tingkatan dasar hingga tingkatan tengah.

b. Santri kalong

Berbeda dari santri mukim, santri kalong merupakan santri yang berasal dari wilayah sekitar permukiman pesantren dan umumnya tidak tinggal di pondok. Selama proses pembelajaran santri hanya sekedar mengikuti kajian kitab atau pulang dan pergi dari rumah.

C. Sumber Stres pada remaja

World Health Organization (WHO) (2014) mengungkapkan bahwa Remaja adalah suatu periode transisi dari masa awal anak-anak hingga masa awal dewasa, yang dimasuki pada usia kira kira 12 tahun dan berakhir pada usia 18 tahun hingga 22 tahun. Pada masa ini remaja mengalami proses pematangan fisik yang lebih cepat dari pada pematangan psikososialnya dan semakin banyak menghabiskan waktu diluar keluarga. Hurlock (2013) mengatakan bahwa dibandingkan dengan

kelompok anak dan orang-tua, masa remaja merupakan masa yang paling berat. Masa ini merupakan masa transisi dimana terjadi banyak perubahan, baik secara anatomis, fisiologis, fungsi emosional dan intelektual serta hubungan di lingkungan sosial. Yulianti (2010) menjelaskan bahwa sifat-sifat keremajaan ini, seperti, emosi yang tidak stabil, belum mempunyai kemampuan yang matang untuk menyelesaikan konflik-konflik yang dihadapi, serta belum mempunyai pemikiran yang matang tentang masa depan yang baik. Hal ini akan sangat memengaruhi perkembangan psikososial anak terutama dalam kemampuan pengelolaan konflik.

Menurut Needlman (2004) ada beberapa sumber stres yang dialami remaja yaitu:

1. *Biological stress*

Pada umumnya perubahan fisik pada remaja terjadi sangat cepat, dari umur 12-14 tahun pada remaja perempuan dan antara 13 dan 15 tahun pada remaja laki-laki. Tubuh remaja berubah sangat cepat, remaja merasa bahwa semua orang melihat dirinya. Jerawat juga dapat membuat remaja stres, terutama bagi mereka yang mempunyai pikiran sempit tentang kecantikan yang ideal. Saat yang sama, remaja menjadi sibuk di sekolah, bekerja dan bersosialisasi, sehingga dapat membuat remaja kekurangan tidur. Hasil dari penelitian, mengatakan bahwa kekurangan tidur dapat menyebabkan stres.

2. *Family Stress*

Salah satu sumber utama stres pada remaja adalah hubungannya dengan orang tua, karena remaja merasa bahwa mereka ingin mandiri dan bebas, tapi di lain pihak mereka juga ingin diperhatikan.

3. *Academic Stress*

Tekanan dalam masalah akademik cenderung tinggi pada dua tahun terakhir di sekolah, keinginan untuk mendapat nilai tinggi, atau keberhasilan dalam bidang olahraga, di mana remaja selalu berusaha untuk tidak gagal, ini semua dapat menyebabkan stres.

4. *Peer stress*

Stres pada kelompok teman sebaya cenderung tinggi pada pertengahan tahun sekolah. Remaja yang tidak diterima oleh teman-temannya biasanya akan menderita, tertutup dan mempunyai harga diri yang rendah. Pada beberapa remaja, agar dapat diterima oleh teman-temannya, mereka melakukan hal-hak negatif seperti merokok, minum alkohol dan menggunakan obat terlarang. Beberapa remaja merasa bahwa alkohol, rokok dan obat-obatan terlarang dapat mengurangi stres, tapi walau bagaimanapun secara psikologis itu semua tidak dapat mengurangi stres, tetapi justru meningkatkan.

5. *Social stres*

Remaja tidak mendapat tempat pada pergaulan orang dewasa, karena mereka tidak diberikan kebebasan mengungkapkan pendapat mereka, tidak boleh membeli alkohol secara legal, dan tidak bisa mendapatkan pekerjaan yang bayarannya tinggi. Pada saat yang sama mereka tahu bahwa mereka semua nantinya akan mewarisi masalah besar dalam kehidupan sosial, seperti perang, polusi dan masalah ekonomi yang tidak stabil, ini dapat membuat remaja menjadi stres. Berdasarkan uraian

diatas, faktor-faktor yang dapat menyebabkan remaja menjadi stres adalah faktor biologis, sosial, kepribadian, keluarga, di sekolah dan teman sebaya.

Berdasarkan uraian di atas sumber stres pada remaja yaitu *biological stres*, *Family Stress*, *Academic Stres*, *peer stress*, *social stress*. Dalam penelitian ini peneliti fokus pada *Academic Stres* yang dialami oleh remaja di Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan.

D. Stres Akademik

1. Pengertian Stres

Stres dalam kamus psikologi, diartikan sebagai ketegangan, tekanan, tekanan batin, tegangan dan konflik (Chaplin, 2006). Menurut Dilawati (dalam Syahabuddin, 2010) stres adalah suatu perasaan yang dialami apabila seseorang menerima tekanan. Tekanan atau tuntutan yang diterima mungkin datang dalam bentuk mengekalkan jalinan perhubungan, memenuhi harapan keluarga dan untuk pencapaian akademik. Sedangkan menurut Ivancevich dan Kanopaske (2007), menyatakan bahwa stres merupakan suatu pengalaman yang umum terjadi pada setiap orang, sebagai reaksi yang dialami seseorang baik secara fisik maupun psikis terhadap rangsangan dari lingkungan sekitarnya.

Teori tersebut mengungkapkan bahwa stres merupakan suatu kondisi yang dialami seseorang ketika sedang menghadapi situasi dan kondisi diluar batas kemampuannya, hal tersebut akan mempengaruhi sistem biologis, psikologis, dan sosial seseorang. Menurut Greenberg (dalam Lubis, dkk, 2015) stres adalah kondisi yang menekan keadaan psikis seseorang karena terdapat penghalang dalam usaha

mencapai kesempatan tersebut. Sedangkan menurut Sarafino dan Smith (2012) stres juga didefinisikan sebagai kondisi yang disebabkan adanya interaksi antara individu dengan lingkungan sehingga menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan, berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang.

Stres muncul sebagai akibat dari adanya tuntutan yang melebihi kemampuan individu untuk memenuhinya. Seseorang yang tidak bisa memenuhi tuntutan kebutuhan, akan merasakan suatu kondisi ketegangan dalam diri. Ketegangan yang berlangsung lama dan tidak ada penyelesaian, akan berkembang menjadi stres. Sedangkan stres menurut Rathus dan Nevid (2003) adalah kondisi seseorang yang berada dalam tekanan akibat tuntutan dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa stres dapat terjadi ketika terdapat tuntutan dari dalam diri maupun lingkungan untuk mencapai kesempatan, namun juga terdapat penghalangan dalam usaha mencapai kesempatan tersebut.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa stres merupakan kondisi ketegangan dalam diri seseorang yang disebabkan ketika mengalami tekanan baik dari dalam maupun luar individu tersebut karena tekanan yang dialami melebihi kemampuan individu tersebut.

2. Pengertian Stres Akademik

Desmita (2009) mengungkapkan bahwa stres akademik adalah ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di sekolah dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa, sehingga memunculkan reaksi-

reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologi dan prestasi akademik. Lin dan Chen (2009) menambahkan bahwa stres akademik bersumber dari interaksi antara guru dengan siswa, kecemasan terkait hasil belajar yang diperoleh, ujian atau tes yang akan dihadapi, proses belajar dalam kelompok, pengaruh teman sebaya dalam proses akademik, kemampuan dalam manajemen waktu, serta persepsi individu terkait kemampuan belajarnya yang mempengaruhi kinerja akademik yang ditampilkan. Olejnik dan Holschuh (2007) menggambarkan stres akademik ialah respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa. Stres akademik adalah stres yang muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan (Alvin, 2007).

Busari (2012) mengemukakan bahwasannya stres akademik merupakan suatu tekanan yang muncul karena siswa memiliki keinginan untuk tampil dan memberikan hasil yang terbaik dalam ujian atau tes, namun adanya batasan waktu yang membuat lingkungan akademik siswa menegang. Menurut Gupta dan Khan (dalam Kadapatti & Vijayalaxmi, 2012) stres akademik adalah tekanan mental yang berkaitan dengan frustrasi dengan kegagalan akademik, ketakutan akan kegagalan tersebut bahkan kesadaran terhadap kemungkinan terjadinya kegagalan tersebut. Sedangkan menurut Sahu, Pandey dan Jha (dalam Sharma & Pandey, 2017) mengatakan stres akademik adalah sesuatu yang menimbulkan tuntutan tambahan pada kemampuan individu untuk *coping*, seringkali dengan stres akademik kebanyakan siswa merasa stres dimasa sekolahnya. Olejnik dan Holschuh (2016)

stres akademik adalah respon atau reaksi yang muncul karena terlalu banyak tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa.

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa stres akademik merupakan ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di pesantren dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri santri, serta harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru maupun teman sebaya sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologis dan prestasi akademik.

3. Faktor-Faktor Stres Akademik

Menurut Davidson dan Coper (dalam Kusuma, 2008) menjabarkan beberapa faktor yang memengaruhi stres akademik yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal yang memengaruhi stres akademik bersumber dari dalam diri atau pribadi individu seperti kepribadian seperti beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa stres negatif berkorelasi dengan harga diri, locus of control, dan efikasi diri yaitu sumber stres yang dialami mahasiswa termasuk keinginan mencapai prestasi, dan penyelesaian terhadap beberapa beban tugas akademik (Greenberg dalam Mulya & Indrawati, 2016).

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang memengaruhi munculnya stres akademik pada individu seperti faktor lingkungan rumah, lingkungan belajar dan lingkungan masyarakat. *Academic stress* dapat terjadi karena dampak tuntutan dari rutinitas belajar dalam

dunia perkuliahan, tuntutan untuk berpikir lebih tinggi dan kritis, kehidupan yang mandiri, serta berperan serta dalam kehidupan sosial bermasyarakat (Hicks & Heastie, 2008).

Sedangkan menurut (Agola dan Ongori, 2009) faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik antara lain;

- a) Banyak tugas
- b) Kompetisi dengan siswa lain
- c) Kegagalan, kekurangan uang
- d) Relasi yang kurang antara sesama siswa dan guru
- e) Lingkungan yang bising
- f) System semester
- g) Kekurangan sumber belajar

Terdapat faktor-faktor yang mampu mereduksi stres yaitu:

- a. Ridha dengan ketentuan Allah.

Menurut Munnajid (2012) menyatakan bahwa jika seorang individu memiliki masalah, tuntutan, dan tekanan (stres) akan menganggap bahwa hal tersebut adalah ujian dari Allah yang akan menjadikan hamba-Nya menjadi lebih tabah, matang dalam kehidupan, dan akan ada hikmah disetiap ujian yang datang.

- b. Bersyukur

Menurut Munnajid (2012) seseorang yang memahami akan nikmat yang telah diberikan, kemudian selalu mengingat dan mensyukurinya dapat menghilangkan perasaan sedih, duka cita dan stres yang dialami. Hal ini terjadi karena individu yang bersyukur telah memiliki persepsi bahwa prosentase stresor yang ada tidak

sebanding dengan kenikmatan yang telah diterima, individu dapat menerima stresor dengan sabar, ridha, dan pasrah, sehingga individu akan merasa ringan dari himpitan dan beban yang diterimanya.

c. Berpikir positif

Elfiky (2009) menyatakan bahwa proses berpikir berkaitan erat dengan konsentrasi, perasaan, sikap, dan perilaku. Berpikir positif dapat dideskripsikan sebagai suatu cara berpikir yang lebih menekankan pada sudut pandang dan emosi yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun situasi yang dihadapi. Brissette dkk. (dalam Dwi Tantyanov, 2010) mengemukakan bahwa dengan berpikir positif dapat membuat individu mampu bertahan dalam situasi yang rawan distres.

d. Dzikir

Witmer (dalam Safaria & Saputra, 2009) mengatakan bahwa penggunaan praktik-praktik religius dan keyakinan spiritual merupakan tindakan coping untuk memberikan dampak yang positif untuk mengatasi stres. Asdie (dalam Innayati, 2005) mengemukakan bahwa dzikir merupakan salah satu cara olah batin yang dapat digunakan untuk mereduksi gangguan-gangguan psikologis seperti seperti psikosomatik dan stres.

Ridha dengan ketentuan Allah, bersyukur, berfikir positif dan dzikir. Adalah dalam bentuk religiusitas sehingga salah satu faktor yang mempengaruhi stres akademik adalah religiusitas. Semakin tinggi religiusitas maka diasumsikan keadaan stres akademik semakin rendah.

Berdasarkan uraian di atas faktor-faktor stres akademik yaitu faktor internal dan faktor eksternal sedangkan faktor yang dapat mereduksi stres yaitu ridha dengan ketentuan Allah, bersyukur, berfikir positif dan dzikir (religiusitas).

4. Aspek-Aspek Stres Akademik

Aspek-aspek stres akademik menurut Robotham (2008) ada empat, yaitu:

a. Kognitif

Aspek kognitif meliputi kondisi stres disebabkan kesulitan memusatkan perhatian dalam proses belajar dan memiliki pikiran negatif terhadap diri sendiri dari lingkungan sekitarnya. Seperti, kebingungan, tidak mampu berkonsentrasi serta performansi pengumpulan tugas-tugas yang buruk, mudah lupa dan munculnya pikiran yang tidak biasa.

b. Afektif

Aspek afektif meliputi perasaan yang negatif dan percaya diri yang rendah akibat stres. Seperti kecemasan, ketakutan, mudah marah, sedih yang mendalam, tertekan, merasa ragu-ragu, merasa malu, kemampuan atau potensi yang dimiliki rendah, sehingga merasa tidak mampu untuk memenuhi tuntutan akademik.

c. Fisiologis

Aspek fisiologis meliputi respon fisiologis akibat stres yang biasanya terjadi adalah merasa sakit pada tubuh dan kebugaran fisik menurun. Seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, nafsu makan menghilang, tidur tidak nyenyak, bermimpi buruk dan peningkatan produksi keringat. Secara fisik kondisi stres muncul dengan

muka memerah, pucat, badan terasa lemah, merasa tidak sehat, jantung bedebaredebar, gemetar, sakit perut, pusing, badan kaku dan berkeringat dingin.

d. Perilaku

Aspek perilaku meliputi berperilaku negatif dan mulai menghindari orang-orang disekitarnya (antisosial). Seperti mudah menyalahkan orang lain, mencari kesalahan orang lain, bersikap acuh, penundaan tugas dan mulai terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan secara berlebihan.

Menurut Sun, Dunne dan Hou (2011) terdapat lima aspek stres akademik, yaitu:

a). Tekanan Belajar

Tekanan belajar berkaitan dengan tekan yang dialami individu ketika sedang belajar di sekolah dan di rumah. Tekanan yang dialami oleh individu dapat berasal dari orang tua, teman sekolah, ujian di sekolah serta jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

b). Beban Tugas

Beban tugas berkaitan dengan tugas yang harus dikerjakan oleh individu di sekolah. Beban yang dialami individu berupa pekerjaan rumah (PR), tugas di sekolah dan ujian/ulangan.

c). Kekhawatiran Terhadap Nilai

Aspek intelektual berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memperoleh ilmu pengetahuan baru. Aspek ini juga berkaitan dengan proses kognitif individu. Individu yang sedang mengalami stres akademik akan sulit untuk berkonsentrasi, mudah lupa dan terdapat penurunan kualitas kerja.

d). Ekspektasi Diri

Ekspektasi diri berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memiliki harapan atau ekspektasi terhadap dirinya sendiri. Seseorang yang memiliki stres akademik akan memiliki ekspektasi yang rendah terhadap dirinya sendiri seperti merasa selalu gagal dalam nilai akademik dan merasa selalu mengecewakan orang tua dan guru apabila nilai akademis tidak sesuai dengan yang diinginkan.

e). Keputusan

Keputusan berkaitan dengan respon emosional seseorang ketika ia merasa tidak mampu mencapai target/tujuan dalam hidupnya. Individu yang mengalami stres akademik akan merasa bahwa dia tidak mampu memahami pelajaran serta mengerjakan tugas-tugas di sekolah.

Dari uraian diatas peneliti menggunakan aspek-aspek stres akademik berdasarkan teori Robotham (2008) yaitu aspek kognitif, aspek afektif, aspek fisiologis dan aspek perilaku sebagai teori yang mendasari dalam pembuatan skala stres akademik.

E. Religiusitas

1. Pengertian Religiusitas

Religius dalam bahasa Arab *ekuivalen* dengan istilah *al-din* yang diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia dengan “Agama”. Asal mula kata religius yaitu *Religion* dan bersumber dari bahasa latin *Religare* yang berarti *Re* = kembali dan *ligare* = terikat. Religius berarti ikatan tentang suatu peraturan, nilai, dan norma (Mudzakkir, 2004). Sama halnya seperti menurut Subandi (2013) bahwa di dalam setiap agama memiliki norma-norma dan kewajiban yang harus dipatuhi oleh

penganutnya, yang ketentuan-ketentuan mengikat tersebut berfungsi untuk menjalin dan menyempurnakan hubungan antara penganut dengan Tuhan, penganut dengan sesama manusia, serta penganut dengan alam sekitar. Dari istilah religius atau agama dapat muncul yang dinamakan dengan religiusitas.

Religiusitas juga didefinisikan oleh Glock dan Strak religi atau agama bukanlah sesuatu yang tunggal, tetapi merupakan system yang terdiri dari beberapa aspek. Di dalam psikologi agama dikenal adanya kesadaran beragama (*religious consiouness*) dan pengalaman beragama (*religious experiences*). Pembagian aspek-aspek religiusitas yang cukup terperinci telah dilakukan oleh Glock dan Strak (Holdcrof, 2006). Religiusitas adalah visualisasi dari bentuk hubungan antara individu dan kepercayaannya. Religuistitas menunjukkan apa yang dipahami oleh individu dan cara melakukan atau melegitimasikan tindakannya tersebut. Oleh karena itu, visualisasi ini tidak berhubungan dengan agama atau kepercayaan dalam pengertian yang normatif (Santoso, 2011).

Religiusitas merupakan tingkat keterikatan seseorang dengan Tuhannya dalam mempraktikan ilmu-ilmu agama yang dianutnya (Susanti, 2014). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa religiusitas merupakan tingkat keyakinan seorang individu kepada Tuhannya yang dilihat dari proses mempraktikan ajaran agama yang dianutnya. Selain itu religiusitas juga didefinisikan oleh (Nashori & Diana, 2002) menjelaskan religiusitas merupakan seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, pelaksanaan ibadah dan kaidah serta seberapa dalam penghayatan atas agama yang dianutnya

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa religiusitas merupakan keyakinan seorang individu terhadap tuhan atau agamanya yang dianutnya dengan mempraktikkan nilai-nilai dan ajaran agamanya, dengan demikian hal tersebut akan mempengaruhi perilaku dan kehidupan seseorang.

2. Tipe-Tipe Religiusitas

Menurut Allen dan Spilka dalam Subandi (2013) terdapat dua tipe religiusitas diantaranya:

a. *Committed Religion*

Committed Religion dalam keberagaman ini orang menggunakan perspektif abstrak dan filosofi, ide-ide dan pemahaman agamanya mempunyai makna yang jelas, dan mengkaitkan agama dengan kehidupan sehari-hari.

b. *Consensual Religion*

Orang dengan tipe keberagaman ini menyederhanakan agama secara kognitif saja dan pemahamannya tidak terdiferensiasi dengan baik. Lain halnya menurut Wiliam James menulis buku yang sangat fenomenal yaitu *The Varieties Of Religious Experince*. Dalam Subandi (2013) terdapat dua tipe keberagaman. Tipe-tipe ini secara mendasar cenderung mengarah terhadap kepribadian untuk melihat dunia yang ditafsirkan apakah sesuai dengan pandangan individu, sehingga mempengaruhi pandangan terhadap agama juga. Kedua tipe tersebut yaitu:

1. Jiwa yang sehat (*The healthy minded*)

Secara kognitif pada tipe ini memiliki kecenderungan untuk berprasangka baik terhadap lingkungan disekitar dan selalu bersikap optimis terhadap masa yang akan

datang. Seperti ketika mendapatkan permasalahan dalam kehidupan, maka individu senantiasa mengambil sisi positif dan tidak menyalahkan siapapun, serta memiliki pandangan bahwa Allah SWT senantiasa memberikan bantuan terhadap penganutnya, terlepas dari yang tidak pernah direncanakan sebelumnya.

2. Jiwa yang sakit (*The sick-soul*)

Pada tipe ini merupakan kebalikan dari tipe jiwa yang sehat, secara kognitif lebih cenderung berprasangka buruk terhadap lingkungan disekitar dan selalu bersikap pesimis atau mudah menyerah terhadap tantangan kehidupan yang dihadapi. Seperti ketika mendapatkan permasalahan dalam kehidupan sehari-hari, individu selalu mengkaitkan bahwa masalah muncul karena merupakan hukuman atas dosa-dosa yang telah dilakukan, tanpa memandang bahwa Allah SWT juga memberi kasih sayang dan ampunan yang besar.

Berdasarkan uraian di atas, tipe-tipe religiusitas yaitu pemahaman tentang agama, interaksi kepada manusia, pengalaman tentang agama, dan jiwa yang sehat.

3. Fungsi Religiusitas

Religiusitas merupakan kebutuhan emosional dan kebutuhan alamiah bagi seorang manusia, sedangkan fungsi-fungsi religiusitas yang dijabarkan oleh Ancok dan Suroso (2008) adalah sebagai berikut:

a. Sumber ilmu dan sumber etika, seorang manusia dikendalikan oleh kepribadiannya yang mencakup unsur pengalaman, pendidikan, dan keyakinan yang dianutnya sejak kecil. Keberhasilan fungsi ini terletak pada bagaimana

seseorang menggunakan nilai-nilai keyakinan yang merupakan pokok-pokok kepercayaan agama yang dianut.

b. Pembuatan hipotesis dan justifikasi, beberapa nilai atau ajaran dalam agama akan memunculkan hipotesis untuk dibuktikan kebenarannya. Setiap hipotesis yang muncul akan dibuktikan secara empirik, pembuktian agama ini dapat bertambahnya keyakinan pemeluk agama.

c. Sebagai motivasi, untuk setiap pemeluknya melakukan pencarian kebenaran suatu berita dan tidak mudah untuk menerima suatu berita yang belum jelas kebenarannya. Keyakinan atau agama juga mendorong pemeluknya untuk merenung, berpikir, dan meneliti segala sesuatu yang ada di bumi dan langit.

d. Menjaga moral, untuk setiap nilai-nilai yang diajarkan oleh agama dituntut untuk diamalkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai penerapan nilai yang dianut.

Berdasarkan uraian di atas, fungsi religiusitas yaitu sumber ilmu tentang agama, keyakinan tentang agama, dan mengamalkan agama.

4. Faktor Religiusitas

Menurut Jalaluddin (2003) faktor religiusitas ada dua bagian, yaitu:

1. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang ada dalam setiap diri individu. Faktor internal ada empat bagian penting, yaitu:

a. Faktor Hereditas

Hubungan emosional antara orang tua terutama ibu yang mengandung terhadap anaknya sangat berpengaruh terhadap religiusitas anak.

b. Tingkat Usia

Perkembangan agama pada anak-anak ditentukan oleh tingkat usia karena dengan berkembangnya usia anak, maka akan mempengaruhi perkembangan berpikir mereka.

c. Kepribadian

Kepribadian sering disebut sebagai identitas diri seseorang yang sedikit banyak menampilkan ciri-ciri pembeda dari individu lain diluar dirinya. Perbedaan tersebut berpengaruh terhadap perkembangan jiwa keagamaan (religiusitas).

d. Kondisi Kejiwaan Seseorang

Kondisi jiwa menurut Sigmund Freud, menunjukkan gangguan kejiwaan ditimbulkan oleh konflik yang ditekan dalam ketidaksadaran manusia, konflik akan menjadi sumber gejala kejiwaan yang abnormal.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal dinilai berpengaruh dalam perkembangan jiwa keagamaan dapat dilihat dari lingkungan di mana seseorang itu hidup. Faktor eksternal ini terbagi kedalam tiga bagian, yaitu:

a. Lingkungan Keluarga

b. Lingkungan Institusional

c. Lingkungan Masyarakat disekitar tempat tinggal

Dari uraian diatas disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi religiusitas adalah: a. faktor internal yaitu faktor hereditas, tingkat usia, kepribadian. b. faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga, lingkungan institusional, lingkungan masyarakat disekitar tempat tinggal.

5. Dimensi Religiusitas

Menurut Mahudin Dkk, (2016) terdapat tiga dimensi religiusitas diantaranya:

1. Dimensi Islam yaitu tingkat sejauh mana seseorang mengerjakan kewajiban-kewajiban ritual dalam agamanya. Dalam agama Islam, aspek ini dikenal dengan rukun Islam, yaitu: mengucapkan kalimat syahadat, melaksanakan shalat, membayar zakat, melaksanakan puasa bulan Ramadhan dan menjalankan haji bagi yang mampu.

2. Dimensi Iman yaitu tingkat sejauh mana seseorang menerima ilmu iman dalam agamanya. Misalnya dalam agama Islam, dimensi keyakinan ini tercakup dalam rukun Iman yang terdiri dari iman kepada Allah, iman kepada malaikat Allah, iman kepada Rasul Allah, iman kepada kitab-kitab Allah, iman kepada hari kiamat, dan iman kepada takdir.

3. Dimensi Ihsan yaitu perasaan atau pengalaman-pengalam keagamaan yang pernah dialami dan dirasakan. Misalnya merasa dekat dengan Tuhan, merasa takut berbuat dosa atau merasa do'a yang dikabulkan, diselamatkan Tuhan dalam hal apapun.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dimensi Religiusitas terdiri dari dimensi Islam, Iman dan Ihsan.

Sedangkan menurut Menurut Glock & Stark seperti yang dikutip oleh Djamaluddin Ancok dan Fuad Nashori, terdapat lima macam dimensi keberagamaan:

1. Dimensi keyakinan (*ideologi*) dimensi ini berisikan pengharapan-pengharapan dimana orang yang religius berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu, mengakui kebenaran-kebenaran doktrin tersebut. Setiap agama mempertahankan seperangkat kepercayaan dimana para penganut diharapkan akan taat. Dimensi ini mencakup hal-hal seperti keyakinan terhadap rukun iman, percaya ke Esaan Tuhan, pembalasan di hari akhir, surga dan neraka, serta percaya terhadap masalah-masalah gaib yang diajarkan agama.

2. Dimensi peribadatan atau praktek agama (*ritualistik*) ciri yang tampak dari religiusitas seorang muslim adalah dari perilaku ibadahnya kepada Allah *azzawa jalla*. Dimensi ibadah ini dapat diketahui dari sejauh mana tingkat kepatuhan seseorang dalam mengerjakan kegiatan-kegiatan ibadah sebagaimana yang diperintahkan oleh agamanya. Dimensi ibadah (ritual) ini juga berkaitan dengan frekuensi, intensitas, dan pelaksanaan ibadah seseorang. Selain itu juga mencakup perilaku pemujaan, ketaatan, dan hal-hal yang dilakukan seseorang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Yang termasuk dalam dimensi ini antara lain seperti sholat, puasa Ramadhan, zakat, ibadah haji, i'tikaf, ibadah qurban, serta membaca Al-Qur'an. Praktek-praktek keagamaan ini terdiri dari dua kelas penting, yaitu:

a) Ritual, mengacu pada seperangkat ritus, tindakan keagamaan formal dan praktek-praktek suci yang semua agama mengharapkan para penganut melaksanakannya.

b) Ketaatan, ketaatan dan ritual bagaikan ikan dengan air, meski ada perbedaan penting. Apabila aspek ritual dari komitmen sangat formal dan khas publik, semua

agama yang dikenal juga mempunyai perangkat tindakan persembahan dan kontemplasi personal yang relatif spontan, informal dan khas pribadi.

3. Dimensi pengamalan

Wujud religiusitas yang semestinya dapat segera diketahui adalah perilaku sosial seseorang. Kalau seseorang selalu melakukan perilaku yang positif dan konstruktif kepada orang lain dengan dimotivasi agama, maka itu adalah wujud keberagamaannya. Dimensi ini berkaitan dengan kegiatan pemeluk agama untuk merealisasikan ajaran-ajaran agama yang dianutnya dalam kehidupan sehari-hari yang berlandaskan pada etika dan spiritualitas agama. Dimensi ini menyangkut hubungan manusia satu dengan manusia yang lain dan hubungan manusia dengan lingkungan alamnya. Yang meliputi ramah dan baik terhadap orang lain, memperjuangkan kebenaran dan keadilan, menolong sesama, disiplin dan menghargai waktu, dan lain sebagainya.

4. Dimensi ihsan (penghayatan)

Sesudah memiliki keyakinan yang tinggi dan melaksanakan ajaran agama (baik ibadah maupun amal) dalam tingkatan yang optimal, maka dicapailah situasi ihsan. Dimensi ihsan berkaitan dengan seberapa jauh seseorang merasa dekat dan dilihat oleh Tuhan dalam kehidupan sehari-hari. Dimensi ini mencakup pengalaman dan perasaan dekat dengan Allah, perasaan nikmat dalam melaksanakan ibadah, pernah merasa diselamatkan oleh Allah, perasaan do'a di dengar Allah, tersentuh atau tergetar ketika mendengar asma-asma Allah, dan perasaan syukur atas nikmat yang dikaruniakan oleh Alla dalam kehidupan mereka.

5. Dimensi pengetahuan

Dimensi ini berkaitan dengan pengetahuan dan pemahaman seseorang terhadap ajaran-ajaran agamanya. Orang-orang yang beragama paling tidak harus mengetahui hal-hal yang pokok mengenai dasar-dasar keyakinan, ritus-ritus, kitab suci dan tradisi-tradisi. Dan Al-Qur'an merupakan pedoman hidup sekaligus sumber ilmu pengetahuan. Hal tersebut dapat difahami bahwa sumber ajaran Islam sangat penting agar religiusitas seseorang tidak sekedar atribut dan hanya sampai dataran simbolisme eksoterik. Maka, dimensi ini meliputi empat bidang, yaitu akidah, ibadah, akhlak, serta pengetahuan Al-Qur'an dan hadist. Jadi, dimensi-dimensi religiusitas dalam hal ini terdiri dari dimensi keyakinan (*ideologi*), dimensi peribadatan atau praktek agama (*ritualistik*), dimensi pengamalan, dimensi ihsan (penghayatan), dan dimensi pengetahuan.

Dari uraian diatas peneliti menggunakan dimensi religiusitas berdasarkan teori Menurut Mahudin Dkk, (2016). Terdiri dari dimensi Islam, Iman dan Ihsan. Sebagai teori yang mendasari dalam pembuatan skala religiusitas.

F. Hubungan Religiusitas dengan Stres Akademik pada Santri

Setiap perubahan dalam kehidupan akan diikuti dengan proses adaptasi sebagai bentuk penyesuaian diri, seperti halnya seorang remaja yang tumbuh dewasa yang membutuhkan adaptasi dalam proses perkembangannya (Kumalasari, 2010). Masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa menjadi seorang santri, proses adaptasi yang dijalankan tidak sederhana seperti masa sekolah pada umumnya. Penelitian yang dilakukan Sotardi (2013) menunjukkan bahwa akademik menjadi

sumber stres para siswa seperti contoh kurangnya memiliki waktu yang cukup untuk menyelesaikan tugas dan kesulitan untuk memahami pelajaran yang diberikan guru, sedangkan sekolah menuntut siswa untuk dapat segera paham. Khan (2016) menyebutkan stres akademik menjadi faktor penting dan berpengaruh terhadap kehidupan karir sejak awal sekolah. Siswa yang tidak mampu melakukan penyesuaian akademik dan sosial seperti norma, nilai, peraturan sekolah berdampak besar memicu munculnya rasa stres.

Tekanan akademik berupa lama belajar, banyak tugas, nilai ulangan, birokrasi, keputusan dalam menentukan jurusan dan karir, kecemasan ujian, manajemen waktu menjadi sumber tuntutan siswa mengalami stres akademik (Oktamiati & Putri, 2013). Stres yang terjadi pada siswa dikemukakan oleh Slamet dan Markam (dalam Christiyanti, dkk, 2010) adalah suatu keadaan dimana beban dan tekanan yang didapatkan oleh siswa tidak sepadan dengan kemampuannya. Proses menyesuaikan diri dalam sekolah, menentukan pilihan, dan tanggung jawab dalam tugas merupakan faktor yang dapat menimbulkan stres pada siswa. Stres adalah kondisi yang dialami individu disebabkan oleh lingkungan penuh tuntutan yang mempengaruhi sistem biologis, psikologis, dan sosial pada individu tersebut (Sarafino & Smith, 2011). Menurut Greenberg (2004) stres adalah tekanan dari dalam diri yang melebihi batas maksimal dari kemampuan diri.

Pengertian lain dari Ambara (2010) menyebutkan bahwa stres merupakan suatu keadaan psikologis yang tidak menyenangkan, disebabkan oleh persepsi serta penilaian adanya ancaman karena ketidak sesuaian antara tuntutan, baik dari dalam maupun dari luar dirinya dengan kemampuannya dalam menghadapi tuntutan

tersebut. Saat ini stres merupakan atribut kehidupan modern yang dapat terjadi dalam setiap lingkup masyarakat baik dalam lingkungan sekolah, kerja, keluarga, dan lingkungan sosial lainnya (Kupriyanov & Zhdanov, dalam Gaol, 2016). Lazarus (dalam Christiyanti, 2010) menjelaskan stres merupakan bentuk interaksi individu dengan lingkungan yang membuat individu merasa terbebani dalam mengatasi masalah diluar batas kemampuannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Ivancevich dan Kanopaske (2013) menyatakan bahwa stres merupakan suatu pengalaman yang umum terjadi pada setiap orang, sebagai reaksi yang dialami seseorang baik secara fisik maupun psikis terhadap rangsangan dari lingkungan sekitarnya. Mosher dan Handal (dalam Utami, 2012) mengungkapkan bahwa tingkat stres pada seorang remaja berkorelasi dengan religiusitas dan penyesuaian diri. Maddux (dalam Hutapea, 2014) mengungkapkan adanya keterlibatan religiusitas sebagai penyanggah stres kehidupan bagi siswa. Hal ini didukung oleh Krauz (dalam Hutapea, 2014) yang mengungkapkan bahwa religiusitas dan spiritualitas merupakan bagian penting tahap perkembangan pada lembaga pendidikan, termasuk pada pendidikan di pesantren.

Pada siswa yang berada pada fase perkembangan remaja, pada sisi religiusitas memiliki keunikan dengan proses memperdalam pengetahuan dan keyakinan akan agama yang dianutnya (Anggraeni, 2011). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Holder (dalam Anggraeni, 2011) mengatakan bahwa dari keseluruhan responden penelitiannya sebanyak 95% mengaku percaya kepada Tuhan, akan tetapi 60% diantaranya merasa bahwa agama tidak berperan penting dalam kehidupan mereka. Dengan demikian Holder menyimpulkan bahwa remaja dalam memiliki keyakinan

lebih berorientasi pada hal-hal meyakini dan memahami aliran yang dianutnya, namun kurang dalam mempraktikkan nilai-nilai yang diajarkan. Religiusitas adalah konsep seseorang terhadap agama serta komitmennya terhadap agama yang dianut (Glock & Stark, dalam Mahudin Dkk, 2016).

Religiusitas merupakan doktrin dari sebuah aliran agama atau golongan tertentu yang menitik beratkan pada masalah perilaku dan sosial (Fetzer, 1999). Religiusitas adalah tingkat keterikatan individu dengan penciptanya dalam mengekspresikan ajaran agama atau keyakinan yang dianutnya (Susanti, 2014). Religiusitas berbeda dengan spiritualitas seperti yang dikemukakan oleh Asih (2015) spiritualitas adalah kehidupan batin seseorang yang memiliki konsekuensi positif pada perilakunya dalam konteks organisasional, sedangkan religiusitas lebih berkenaan dengan perasaan keberagamaan seseorang, yakni segala perasaan batin berhubungan dengan Tuhan dan bersifat dogmatis yang kemudian mempengaruhi perilaku dan lingkungan sosial. Religiusitas berhubungan dengan kesehatan mental, hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Koenig dan Larson (dalam Utami, 2012) yang menyebutkan bahwa keyakinan yang berupa praktik dalam beragama berkorelasi dengan kepuasan hidup sebanyak 80%. Hasil penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Utami (2012) bahwa seseorang dengan tingkat keyakinan yang tinggi terhadap tuhan akan memiliki tingkat stres yang rendah.

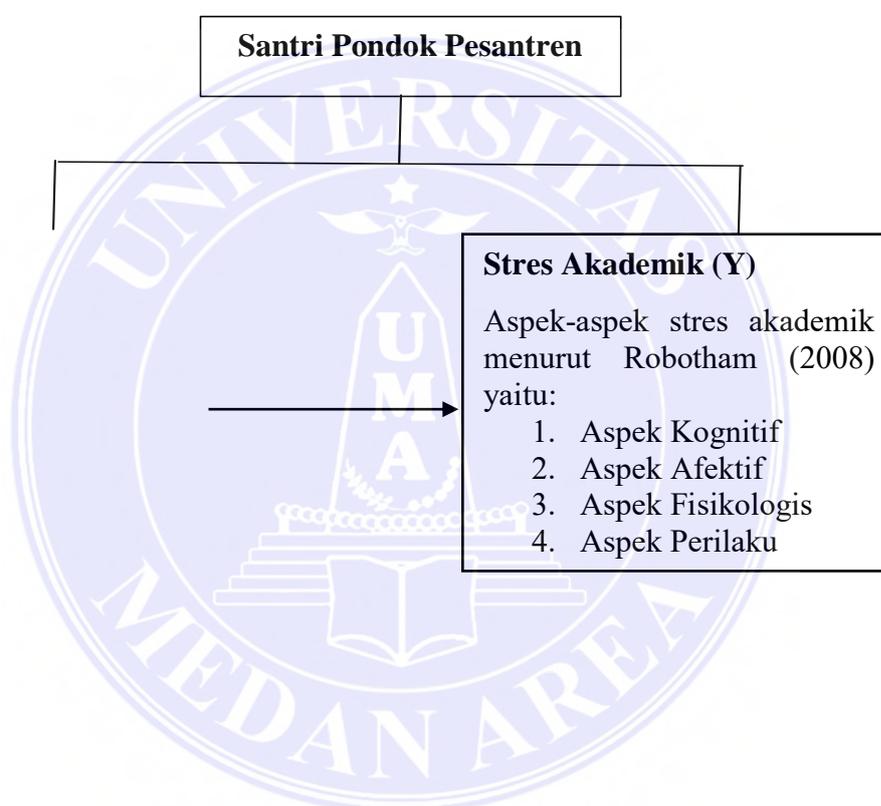
Dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka akan semakin tinggi pula kepuasan hidup seseorang dan semakin rendah tingkat stres yang dimiliki. Beberapa penelitian terdahulu yang mendukung hipotesis penelitian ini, dilakukan oleh Kusumawardani (2015) dalam penelitian yang membahas hubungan religiusitas dan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir, mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat kecemasan.

Penelitian selanjutnya yang membahas tentang pengaruh religiusitas terhadap manajemen stres pada siswa kelas XII SMA Negeri yang dilakukan oleh Saputra (2016) menyimpulkan bahwa religiusitas dapat memprediksi manajemen stres pada siswa. Dari beberapa hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa religiusitas memiliki hubungan negatif dengan tingkat kecemasan dan religiusitas mempengaruhi stres pada seorang siswa.

Penelitian lain juga dilakukan oleh (Eriyudhani dkk, 2017) menghafal Al-Qur'an dapat meningkatkan kesehatan dan ketenangan jiwa sampai 98%, menguji efek kecemasan atau stres dalam menghadapi ujian sekolah. Ramadhan (2016) melakukan penelitian tentang pendekatan religiusitas dalam manajemen stres pada santri penghafal Al-Qur'an yang memiliki kesimpulan bahwa stres yang muncul mampu dikelola ke arah yang positif dengan pendekatan religiusitas seperti berwudhu, shalat, zikir, berdo'a, dan membaca Al-Qur'an, sehingga stres tidak berdampak signifikan.

Berdasarkan dinamika teori dan penelitian terdahulu maka dapat disimpulkan bahwa ada keterkaitan atau hubungan antara religiusitas dengan stres akademik yang di alami oleh siswa.

G. Kerangka Konseptual



H. Hipotesis

Berdasarkan beberapa uraian dari teori-teori di atas, maka hipotesis yang peneliti ajukan adalah ada hubungan yang negatif antara religiusitas dengan stres akademik pada santri pondok pesantren. Dengan asumsi semakin tinggi religiusitas yang dimiliki santri, maka semakin rendah stres akademik yang dialami. Dan sebaliknya, semakin rendah religiusitas para santri, maka semakin tinggi dalam stres akademik dialami.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian – bagian dan fenomenal serta hubungan – hubungannya, dan yang sesuai dan tepat menyebabkan hasil penelitian yang dicapai, tidak menyimpang dari kondisi sesungguhnya (Yusuf, 2014).

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian korelasional merupakan suatu penelitian yang melihat hubungan antara satu atau beberapa ubahan dengan satu atau beberapa ubahan yang lain (Yusuf, 2014).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Untuk dapat menguji hipotesis dan teori yang telah dipaparkan diatas maka, terlebih dahulu dilakukan identifikasi variabel-variabel yang ada pada penelitian ini. Variabel-variabel yang terlibat adalah:

1. Variabel terikat Y (*dependent variable*) : Stres Akademik
2. Variabel bebas X (*independent variable*) : Religiusitas

C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

1. Stres Akademik

Stres Akademik merupakan ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di pesantren dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri santri, serta harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru maupun teman sebaya sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologis dan prestasi akademik.

Untuk mengukur stres akademik santri pondok pesantren, peneliti akan mengukur berdasarkan aspek yaitu aspek kognitif, aspek afektif aspek fisikologis, aspek perilaku.

2. Religiusitas

Religiusitas merupakan keyakinan seorang individu terhadap tuhan atau agamanya yang dianutnya dengan mempraktikkan nilai-nilai dan ajaran agamanya, dengan demikian hal tersebut akan mempengaruhi perilaku dan kehidupan seseorang. Untuk mengukur religiusitas santri pondok pesantren, peneliti akan mengukur berdasarkan dimensi yaitu dimensi islam, dimensi iman, dan dimensi ihsan.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan suatu hal yang esensial dan perlu mendapatkan perhatian dengan saksama apabila penelitian ingin menyimpulkan sesuatu hasil penelitian yang dapat dipercaya dan tepat untuk daerah penelitian (Yusuf, 2014). Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri Madrasah Tsanwiyah dari kelas 1, 2, dan 3 yang berjumlah 98 santri pondok pesantren Fajar Islam Nusantara.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi (Yusuf, 2014). Mengingat keterbatasan penelitian untuk menjangkau semua populasi maka penelitian hanya meneliti sebagian dari populasi sebagai sampel penelitian. Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah seluruh santri Madrasah Tsanwiyah dari kelas 1, 2, dan 3 yang berjumlah 98 santri pondok pesantren Fajar Islam Nusantara.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Menurut (Sugiyono, 2014) teknik pengambilan sampel bertujuan untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Total Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2014).

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitatif yang digunakan yaitu dengan menggunakan metode skala dengan Penggunaan skala bertujuan untuk memudahkan subjek dalam menjawab sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

Metode skala yang digunakan terdiri dari dua jenis skala yaitu: skala untuk mengukur religiusitas dan skala stres akademik.

a. Skala Religiusitas

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur Religiusitas adalah skala religiusitas yang dirancang sendiri oleh peneliti dengan berdasarkan pada dimensi religiusitas menurut Mahudin Dkk, (2016) yaitu dimensi islam, dimensi iman, dan dimensi ihsan. Penilaian religiusitas dilakukan menggunakan pendoman skala *likert*. Dengan menggunakan empat pilihan jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*favourable*) dan tidak mendukung (*unfavourable*) terdapat setiap pertanyaan dalam empat jawaban , yaitu “Sangat Setuju (SS)”, “Setuju (S)”, “Tidak Setuju (TS)”, “Sangat Tidak Setuju (STS).

Penilaian untuk aitem *favourable* adalah nilai 4 untuk jawaban “Sangat Setuju (SS)”, nilai 3 untuk jawaban “Setuju (S)”, nilai 2 untuk jawaban “Tidak Setuju (TS)”, dan nilai 1 untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju (STS). Sementara untuk penilaian aitem *unfavourable* adalah nilai 1 “Sangat Setuju (SS)”, nilai 2 untuk jawaban “Setuju (S)”, nilai 3 untuk jawaban “Tidak Setuju (TS)”, dan nilai 4 untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju (STS).

b. Skala Stres Akademik

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur stres akademik adalah skala stres akademik yang dirancang sendiri oleh peneliti dengan berdasarkan pada aspek-aspek stres akademik menurut Robotham (2008) yaitu aspek kognitif, aspek afektif, aspek fisiologis, aspek perilaku. Penilaian stres akademik dilakukan menggunakan pendoman skala *likert*. Dengan menggunakan empat pilihan jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*favourable*) dan tidak mendukung (*unfavourable*) terdapat setiap pertanyaan dalam empat jawaban, yaitu “Sangat Setuju (SS)”, “Setuju (S)”, “Tidak Setuju (TS)”, “Sangat Tidak Setuju (STS).

Penilaian untuk aitem *favourable* adalah nilai 4 untuk jawaban “Sangat Setuju (SS)”, nilai 3 untuk jawaban “Setuju (S)”, nilai 2 untuk jawaban “Tidak Setuju (TS)”, dan nilai 1 untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju (STS). Sementara untuk penilaian aitem *unfavourable* adalah nilai 1 “Sangat Setuju (SS)”, nilai 2 untuk jawaban “Setuju (S)”, nilai 3 untuk jawaban “Tidak Setuju (TS)”, dan nilai 4 untuk jawaban “Sangat Tidak Setuju (STS).

F. Teknik Pemantapan Kreadibilitas Penelitian

1. Validitas

Uji validitas merupakan uji keakuratan yang dijadikan sebagai ketetapan terhadap pengukuran. Artinya sejauh mana sekala itu mampu mengungkap dengan akurat dan teliti mengenai atribut yang telah dirancang (Yusuf, 2014). Metode analisisnya menggunakan korelasi *Product Moment* dari *Pearson*. Penggunaan

teknik ini adalah untuk melihat hubungan di antara variable-variabel dalam penelitian (Siregar, 2017). Rumusnya sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

R_{xy} : Koefesien korelasi antara variable bebas X (Religiusitas) dengan variable terikat Y (Stres Akademik)

$\sum XY$: Jumlah hasil kali antara skor variable bebas dengan variable tergantung

$\sum X$: Jumlah skor variable X

$\sum Y$: Jumlah skor variable Y

$\sum X^2$: Jumlah kuadran skor variable X

$\sum Y^2$: Jumlah kuadran skor variable Y

N : Jumlah subjek

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan konsistensi atau kestabilan skor suatu instrumen penelitian terhadap individu yang sama, dan diberikan dalam waktu yang berbeda (Yusuf, 2013). Uji reabilitas menggunakan program SPSS versi 22.0 menggunakan rumus *Alfa Cronbach*. Metode ini cocok digunakan pada penelitian ini karena skor pada skala ini berbentuk likert.

Metode reabilitas skala religiusitas dengan stress akademik dipakai dengan rumus

$$r_i = \frac{k}{(k-1)} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right\}$$

Keterangan :

r_1 : Koefisien reabilitas *Alfa Cronbach*

k : Jumlah item soal

$\sum s_i^2$: Jumlah varians skor tiap item

s_t^2 : Varians total

G. Analisis Data

Penelitian ini dimaksudkan untuk melihat hubungan religiusitas dengan stres akademik pada santri pondok pesantren di pondok pesantren Fajar Islam Nusantara. Maka teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Product Moment* dengan rumus yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

R_{xy} : Koefesien korelasi antara variable bebas X (Religiusitas) dengan variable terikat Y (Stres Akademik)

$\sum XY$: Jumlah hasil kali antara skor variable bebas dengan variable tergantung

$\sum X$: Jumlah skor variable X

$\sum Y$: Jumlah skor variable Y

$\sum X^2$: Jumlah kuadran skor variable X

$\sum Y^2$: Jumlah kuadran skor variable Y

N : Jumlah subjek

Uji asumsi penelitian merupakan syarat dalam penggunaan teknik korelasi untuk memperoleh kesimpulan yang benar berdasarkan data, adapun uji asumsi yaitu:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data penelitian kedua variabel terdistribusi secara normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smimov*. Dengan bantuan *computer SPSS for windows* Data dianggap berdistribusi normal apabila nilai $p > 0.05$. Dan sebaliknya jika $p < 0.05$ maka berdistribusi tidak normal.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah data religiusitas berkorelasi secara linear terhadap data stres akademik dari masing-masing responden yang bersangkutan. Kedua variabel berhubungan secara linear jika nilai angka $p > 0.05$. Maka data linear dan jika $p < 0.05$ maka data tidak linear.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dari pembahasan maka hal-hal yang dapat peneliti simpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil perhitungan *r Product Moment* dapat diketahui bahwa terdapat hubungan signifikan antara religiusitas dengan stres akademik dimana $r_{xy} = -0.518$ dengan signifikan $p = 0.000$ $P < 0.05$. Artinya hipotesis yang diajukan semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah stres akademik dinyatakan diterima. Religiusitas berkontribusi terhadap stres akademik sebesar 63,4%, selebihnya 36,6% faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti kepribadian, dukungan sosial, penyesuaian diri, harga diri.
2. Berdasarkan perbandingan nilai rata-rata empirik (98,24) yang lebih besar dari pada nilai rata-rata hipotetiknya (81). Hal tersebut membuktikan bahwa religiusitas santri berada pada kategori yang tinggi. Sedangkan untuk variabel stres akademik, para santri tergolong sedang, sebab nilai rata-rata empirik yang diperoleh (68,31) lebih kecil dari nilai rata-rata hipotetiknya (70)

B. Saran

Berdasarkan hasil simpulan di atas, maka peneliti dapat diberikan beberapa saran diantaranya:

1. Saran pada para santri

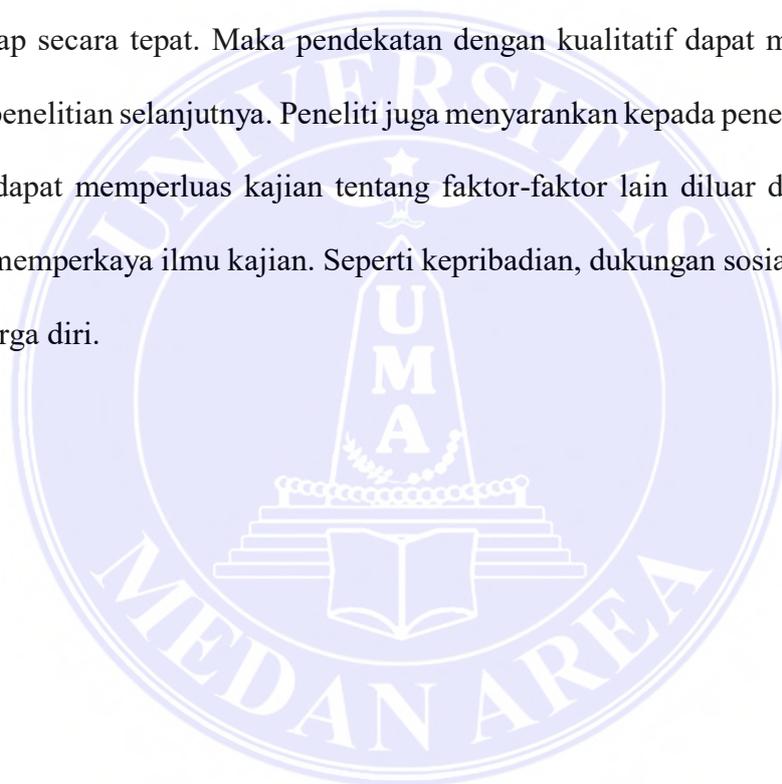
Diharapkan para santri tetap dapat mempertahankan ilmu agama yang setiap hari diajarkan dipondok dan mampu untuk di aplikasikan dengan baik dalam kehidupan sehari-hari. Diharapkan kepada santri tetap mempertahankan. Dimensi religiusitas yaitu dimensi Islam sejauh mana para santri mengerjakan kewajiban agamanya seperti Sholat yang khushyuk, dimensi Iman sejauh mana para santri menerima ilmu iman dalam agamanya, dimensi Ihsan pengalaman-pengalaman agama yang santri dapatkan didalam pondok pesantren.

2. Saran bagi pondok pesantren

Diharapkan agar pihak pondok pesantren dapat mempertahankan kemampuan religiusitas pada santri yang tergolong tinggi, yaitu dengan memberikan ilmu agama yang baik serta memberikan pelatihan *perceived stress questionnaire* kepada guru. Dan juga dapat mempertahankan dimensi religiusitas yaitu dimensi Islam sejauh mana para santri mengerjakan kewajiban agamanya, dimensi Iman sejauh mana para santri menerima ilmu iman dalam agamanya, dimensi Ihsan pengalaman-pengalaman agama yang santri dapatkan didalam pondok pesantren

3. Bagi peneliti selanjutnya

Menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan. Maka kepada peneliti selanjutnya yang ingin mengadakan penelitian tentang religiusitas disarankan dapat mengembangkan topik penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Karena dalam meneliti religiusitas tidak semua aspek dapat diungkap secara tepat. Maka pendekatan dengan kualitatif dapat menjadi pilihan untuk penelitian selanjutnya. Peneliti juga menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat memperluas kajian tentang faktor-faktor lain diluar dari religiusitas untuk memperkaya ilmu kajian. Seperti kepribadian, dukungan sosial, penyesuaian diri, harga diri.



DAFTAR PUSTAKA

- Alvin, N. (2007). *Handling Study Stress: Panduan agar Anda Bisa Belajar bersama Anak-anak Anda*. Jakarta : Elex Media Komputindo.
- Ancok, D., & Suroso, F. N. (2008). *Psikologi islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Anggraeni, R, D. (2011). Hubungan antara religiusitas dan stres dengan *psychological well-being* pada remaja pondok pesantren. *Jurnal Psikologi: Teori & Terapan*, 2(1), 29-45.
- Angola, J. E., & Ongori, H (2009). *An Assesment of academic stress among undergraduate students: The case of University of Botswana*. *Educational Research and Review*. Vol 4 (2). Pp. 063-070
- Arumwardhani, A. (2011). *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta: Galang Press.
- Asih, D. (2015). Dimensi-dimensi spiritualitas dan religiusitas dalam intensi berperilaku konsumen. *Researh Gate*, 1-14.
<https://doi.org/10.13140/RG.2.1.3375.1765>.
- Busari. (2012). Academic Stress among Undergraduate Students: Measuring the Effects of Stress Inoculation Techniques. *Journal of Social Sciences*, 5 (27), pp.599-699. Doi:10.5901/mjss.2014.v5n27p599. diakses 8 November 2020
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Cooper, CL. & Davidson, R. (1991). *Personality and Stress: Individual Differences in The Stress Process*. New York: John Wiley and Sons Ltd.
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Dhofier, Z. 2015. *Tradisi Pesantren: Studi Pandangan Hidup Kyai dan Visinya Mengenal Masa Depan Indonesia*. Cetakan Kesembilan. Jakarta: LP3ES, Anggota Ikapi. Fahmy, M. 1982. *At-taka*
- Eri Yudhani dkk, Efektivitas Membaca Al-Qur'an Mentadaburi Al-Qur'an dalam Menurunkan Kecemasan Siswa yang akan menghadapi Ujian Sekolah, *Jurnal Psikomedia Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia* Vol.2, Nomor 1 April 2017, hal 23
- Greenberg, D., & Padesky, C. A. (2004). *Mind over mood: Change how you feel by changing the way you think*. New York: The Guilford Press.

Holdcroft, B. 2006 What is religiosity Catholic Education: A Journal of Inquiry and Practice, Vol. 10, No. 1

Hurlock. (2013). Perkembangan Anak, jilid 1. Jakarta: Erlangga.

IvancevicRh, Dkk. Perilaku dan Manajemen Organisasi. Jil. 1. Jakarta: Erlangga.2007

Inayah, N., & Fatimaningsih, E. (2013). Sistem Pendidikan Formal di Pondok Pesantren (Studi pada Pondok Pesantren Babul Hikmah Kecamatan Kalianda Kabupaten Lampung Selatan). *Jurnal Sociologie*, 1 (3), 214 – 223

Jalaluddin R. 2003. Psikologi Agama, sebuah pengantar. Bandung: PT. Mizan Pustaka.

Kasberger, E.R. (2015). A correlation study of post-divorce adjustment and religious coping strategies in young adult of divorced families. Second Annual. Undergraduate Research Symposium Charis *Journal of Institute of Wisconsin Lutheran College. Milwaukee*, 3 (30), pp. 276-292

Kumalasari, D. (2015). Stress: Dikalangan mahasiswa. *Kompasiana, BETA*. Retrieved from https://www.kompasiana.com/www.kumalasarikompasiana.com/stress-di-kalangan-mahasiswa_55003d67a333115b735102c6.

Liao. Dkk (2011). Relationships Among Organizational Culture, Knowledge Acquisition, Organizational Learning,

Lin & Chen (2009). Academic stress inventory of students at universities and colleges of technology. *Jurnal World Transactions on Engineering and Technology Education*, 7(2), 157-161.

Mahudin. Dkk (2016) *Religiosity among Muslims: A Scale Development and Validation Study*. Department of Psychology, International Islamic University Malaysia, 50728 Kuala Lumpur, Malaysia

Maunah, B. 2009. *Tradisi Intelektual Santri*. Yogyakarta: Penerbit Teras.

Munajiid M. S., (2012). 22 Kiat mengatasi stres. Jakarta Timur. Darus Sunnah Press

Michaela. Dkk (2020) The impact of stress on students in secondary school and higher education, *International Journal of Adolescence and Youth*, 25:1, 104-112, DOI: 10.1080/02673843.2019.1596823

- Misra, R dan McKean M. (2000). College Students' Academic Stress and Its Relation to Their Anxiety, Time Management and Leisure Satisfaction. *American Journal of Health Studies*. Tanggal ases 14 Mei 2015. dalam <http://ajhs.tamu.edu/16%2D1/>.
- Mudzakkir, J. 2004. Fenomena Psikologis Terhadap Religius dan Religiusitas. *Religiusitas: Jurnal Transformasi Kependidikan dan Keagamaan*. 1(1): 9-16.
- Nashori, Fuad dan Rachmy Diana Mucharam.2002. Mengembangkan Kreativitas dalam Perspektif Psikologi Islam. Yogyakarta: Menara Kudus.
- Needlman,R.(2004).AdolescentStress.
<http://www.drspock.com/article/0.1510.7961.00html> [on-line].
- Santoso, W.M. 2011. *Sosiologi Feminisme Konstruksi Perempuan Dalam Industri Media*. Yogyakarta: LKiS Yogyakarta.
- Sarafino, E.P.,danSmith, T.W. (2012). *Health psychology: Biopsychosocial interactions(7thed.)*. New York; John Wiley & Sons, Inc.
- Sharma, G. & Pandey, D., 2017. Anxiety, Depression, and Stress in Relation to Academic Achievement among. *Journal of Indian Psychology*, IV(2), p. 3.
- Sari, F.Y. 2007. Hubungan Antara Religiusitas Dengan Penyesuaian Perkawinan
- Subandi (2013). *psikologi Agama & Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Susanti, Dkk 2014. Perbedaan Tingkat Stres Ditinjau Dari Religiusitas dan Kesepian Pada Pasien Geriatri Perempuan yang tinggal di rumah dan panti wredha wilayah Surakarta. Skripsi. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Sun, Dkk (2011). Educational Stress Scale for Adolescent. *Journal of psychoeducational Assesment*. Diakses pada tanggal 7 Maret 2016 dari <http://dx.doi.org/>
- Syahabuddin. (2010). Hubungan Antara Cinta dan Stres Dengan Memaafkan Pada Suami Dan Istri. Laporan Penelitian. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

- Rahmawati, D. (2012). Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Stres Akademik pada Siswa kelas 1 Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional (RSBI) Di SMP Negeri 1 Medan. Skripsi (naskah publikasi) Medan; Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Rathus, A.S. & Nevid, S.F, 2003. Psikologi Abnormal Edisi Kelima, Erlangga: Jakarta.
- Robotham, (2008). Stres Among Higher Education Students: Towards A Research Agenda. Springer Science+Business Media B. Vol. 57. No. 7
- Santoso, W.M. 2011. *Sosiologi Feminisme Konstruksi Perempuan Dalam Industri Media*. Yogyakarta: LKiS Yogyakarta.
- Swasono, M. A. (2015). *Hubungan Antara Tingkat Religiusitas dengan Tingkat Stres pada Lansia di Panti Wredha Dharma Bakti Surakarta*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 18 Tahun 2019
- Utami, M.S. (2012). Religiusitas, koping religius, dan kesejahteraan subjektif. *Jurnal Psikologi*, 39,49-50.
- Qomar, M. 2007. Pesantren dari Transformasi Metodologi Menuju Demokratisasi Institusi. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- World Health Organization (WHO) 2014. Commission on Ending Childhood Obesity. Geneva, World Health Organization, Departement of Noncommunicable disease surveillance
- Yulianti, Dwi (2010). *Bermain Sambil Belajar Sains di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: PT Indeks
- Yusuf, M 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.





Lampiran A

- a. Data Uji Coba Religiusitas
- b. Data Uji Coba Stres Akademik

Aitem uji coba religiusitas																																																		
no	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	TOTAL		
1	3	3	3	2	4	3	4	2	4	1	4	3	4	3	1	2	4	2	2	4	3	3	3	4	1	3	3	2	1	3	3	3	4	2	2	1	3	2	3	2	4	4	2	2	4	2	4	2	4	131
2	2	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	4	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	1	4	3	3	3	2	4	1	3	4	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	130
3	3	3	4	2	3	4	1	1	3	2	3	4	3	3	2	4	2	2	1	3	3	3	4	2	2	3	2	1	1	2	3	4	3	1	3	1	2	3	3	2	4	4	3	1	3	2	1	1	19	
4	4	3	4	2	4	3	4	2	4	2	4	3	3	4	2	4	3	2	2	4	4	4	3	3	2	3	3	2	2	4	3	4	3	2	4	2	3	4	3	2	4	4	3	2	4	2	4	146		
5	4	3	3	2	4	3	4	1	1	3	3	3	4	4	3	4	4	2	1	4	4	4	3	4	3	3	3	1	2	4	3	4	3	1	3	1	3	4	4	2	4	4	4	1	3	2	4	141		
6	4	4	4	2	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	2	3	4	4	3	2	1	2	2	1	3	4	4	2	3	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	2	146		
7	4	4	4	2	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	1	4	4	2	3	4	4	4	4	4	1	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	1	4	4	4	2	4	4	4	1	4	2	4	158		
8	3	3	4	2	3	4	3	2	3	2	4	3	3	4	2	4	3	2	2	4	3	4	4	3	2	3	3	2	2	4	3	4	3	2	4	2	4	4	3	2	3	4	3	2	4	2	3	142		
9	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	4	4	2	2	4	3	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	159		
10	3	3	4	2	3	4	3	1	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	1	4	3	4	4	3	3	3	3	1	1	4	3	4	3	1	4	1	4	4	3	2	3	4	3	1	4	2	3	138		
11	2	3	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	2	2	3	3	3	4	2	2	4	4	2	2	4	3	3	3	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	1	4	2	4	144		
12	4	4	4	2	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	3	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	1	4	2	4	161		
13	3	2	2	2	3	4	2	2	2	1	3	3	3	1	1	3	2	2	2	4	2	4	3	2	1	3	3	2	2	3	3	4	3	2	1	1	4	4	4	2	4	4	3	1	3	2	2	119		
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	90	
15	4	4	4	2	4	4	4	2	4	1	4	4	4	4	1	4	4	2	2	4	4	4	4	4	1	4	4	2	1	4	3	4	4	2	4	1	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	154		
16	3	3	3	2	3	4	3	2	4	1	3	3	2	4	1	4	3	2	2	3	3	3	2	3	1	4	3	2	1	4	3	3	3	2	2	1	3	4	3	2	4	3	3	1	3	2	3	126		
17	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	123	
18	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	123	
19	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	1	3	3	1	1	3	3	3	3	3	1	3	3	1	1	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	115		
20	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	127		
21	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	126		
22	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	123		
23	4	4	4	1	4	4	4	1	4	2	4	4	4	4	2	4	4	1	1	4	4	4	4	4	2	4	4	1	1	4	3	4	3	1	4	1	4	4	4	2	4	4	4	1	4	1	4	148		
24	4	4	4	1	2	4	2	2	3	3	4	3	1	4	3	1	1	1	2	3	1	4	1	1	3	2	1	2	2	3	3	4	1	2	2	2	1	3	4	2	4	4	2	2	4	1	2	115		
25	4	4	4	1	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	1	2	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	3	4	4	2	4	1	4	4	4	2	4	4	4	1	4	1	4	157		

26	4	4	1	1	1	4	2	1	2	2	4	3	1	4	2	4	4	1	1	4	1	4	1	4	2	3	3	1	1	2	3	3	2	1	2	1	2	3	3	2	2	1	1	1	4	1	2	106	
27	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	1	3	126	
28	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	1	3	1	3	126		
29	4	4	4	1	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	1	2	4	4	4	4	4	2	4	4	2	2	4	3	4	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	1	4	1	4	155
30	4	4	4	1	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	1	2	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	3	4	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	1	4	159
31	3	3	3	1	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	1	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	1	3	119	
32	2	2	4	1	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	2	4	3	1	2	4	4	3	3	3	2	4	4	2	1	1	3	4	3	2	4	2	3	4	4	2	4	1	3	1	4	1	3	128	
33	2	2	4	1	2	1	4	1	3	2	3	3	4	4	2	3	3	1	1	2	4	4	3	3	2	4	4	1	1	4	3	4	4	1	4	1	3	4	3	2	4	4	3	2	3	1	4	128	
34	2	4	3	1	3	4	3	2	4	2	4	3	3	3	2	4	3	1	2	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	4	2	3	2	3	3	4	2	3	4	3	2	4	1	3	135	
35	3	2	4	1	4	3	3	1	4	3	4	4	3	4	3	4	4	1	1	4	3	2	3	4	3	4	3	1	1	3	3	4	3	1	3	1	3	4	3	2	4	4	4	2	4	1	3	136	
36	4	4	4	1	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	1	2	4	4	4	4	4	3	4	4	2	1	4	3	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	1	4	1	4	157	
37	4	4	4	1	4	4	3	3	3	1	3	3	3	4	1	3	2	1	3	4	4	3	4	2	1	3	2	3	2	4	3	4	3	3	4	1	3	4	3	2	3	4	4	1	3	1	3	135	
38	4	3	4	2	3	2	4	2	3	2	4	4	2	4	2	4	3	2	2	4	4	4	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	3	2	4	2	4	4	3	2	4	3	3	1	4	2	4	138	
39	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	3	4	4	2	4	4	2	2	1	4	4	3	4	2	3	2	2	1	4	3	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	3	1	4	2	4	148	
40	4	3	3	2	4	3	3	1	4	3	3	3	2	4	3	4	4	2	1	4	3	4	3	4	3	4	3	1	1	3	3	3	3	1	3	1	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	132	
41	3	4	4	2	4	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	1	4	4	3	2	3	2	2	2	3	3	4	4	2	3	2	4	4	3	2	4	4	2	2	3	2	2	130	
42	4	4	3	2	3	4	3	2	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	2	4	4	4	4	3	3	4	2	2	2	4	3	4	3	2	4	2	3	4	2	2	4	4	4	1	4	2	3	148	
43	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	4	3	3	4	1	4	3	2	2	4	2	4	3	3	1	4	1	2	1	1	3	4	4	2	4	2	4	4	1	2	4	4	3	1	4	2	3	127	
44	4	3	4	2	3	3	3	2	3	1	4	3	3	4	1	3	4	2	2	4	3	4	4	4	1	4	3	2	1	3	3	4	3	2	4	2	3	4	4	2	3	3	4	1	4	2	3	138	
45	3	3	3	2	3	4	3	2	3	1	2	4	3	3	1	4	4	2	2	4	4	3	3	4	1	3	1	2	1	4	3	4	3	2	3	2	3	4	3	2	4	4	3	1	2	2	3	130	
46	4	3	4	2	4	4	3	2	4	1	3	2	3	4	1	3	4	2	2	4	4	3	4	4	1	3	3	2	1	4	3	4	4	2	4	2	3	4	4	2	4	4	4	1	3	2	3	141	
47	4	4	4	2	3	4	3	1	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	1	4	4	4	3	2	3	3	2	1	1	3	3	4	3	1	3	1	3	3	4	2	4	4	4	1	4	2	3	136	
48	4	3	4	2	3	4	3	2	2	1	4	3	4	4	1	4	3	2	2	4	3	4	4	3	1	4	4	2	2	4	3	4	4	2	4	1	2	4	3	2	4	4	4	2	4	2	3	142	
49	4	4	4	2	4	3	3	1	3	1	4	3	3	4	1	4	4	2	1	4	3	4	3	4	1	3	3	1	1	3	3	4	2	1	4	1	4	4	4	2	4	4	2	1	4	2	3	134	
50	4	4	4	2	3	4	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4	3	2	2	4	4	4	3	3	3	4	3	2	2	4	3	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	3	2	4	2	3	153	
51	4	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	2	1	4	3	4	3	2	4	1	3	4	4	2	3	4	3	2	4	2	3	143	
52	3	3	4	2	3	4	4	2	3	2	4	4	4	4	2	4	2	2	2	4	4	4	3	2	2	3	3	2	1	4	3	4	3	2	4	1	3	4	3	2	3	3	3	2	4	2	4	140	

53	3	4	4	2	4	4	4	1	4	2	4	3	4	4	2	4	3	2	1	4	3	3	4	3	2	3	3	1	1	4	3	3	4	1	4	1	3	4	4	2	4	3	4	1	4	2	4	141
54	2	4	4	2	4	3	4	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	2	3	4	4	3	3	3	4	2	2	4	3	4	3	2	4	2	3	4	3	2	4	4	3	2	3	2	4	143
55	3	4	4	2	3	4	4	2	4	3	4	3	3	4	3	4	4	2	2	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	4	3	4	3	2	4	1	4	4	4	2	3	4	3	2	4	2	4	151

Aitem uji coba stres akademik																																												
No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	TOTAL		
1	3	3	3	3	3	1	3	3	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	4	2	1	4	3	3	4	1	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	1	1	1	104
2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	4	2	1	4	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	96	
3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	1	2	2	3	3	1	1	2	2	93	
4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	110
5	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	2	3	110		
6	4	4	2	4	4	3	3	4	1	3	2	4	4	2	3	4	4	3	4	2	2	4	4	4	3	1	4	2	2	4	4	4	3	2	3	2	4	4	2	2	3	127		
7	4	4	3	4	4	1	4	3	1	1	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	3	1	4	3	3	4	4	4	4	3	1	3	4	4	3	2	1	128		
8	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	97	
9	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	4	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	87
10	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	2	2	1	2	2	3	2	3	1	1	3	4	3	3	2	3	1	4	2	3	3	2	1	3	4	2	2	1	1	3	101		
11	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	109	
12	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	4	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	113	
13	4	4	3	3	4	1	3	3	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	1	4	4	2	4	2	3	3	4	4	3	2	1	3	3	3	2	2	1	112		
14	4	4	3	2	4	1	2	3	1	1	3	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	4	2	4	3	1	4	2	3	2	4	4	2	2	1	3	2	2	2	2	1	101		
15	4	3	2	1	4	1	1	3	1	1	2	1	1	3	3	1	4	1	3	2	3	3	4	4	2	1	4	2	2	1	4	4	1	2	1	2	1	1	2	3	1	90		
16	4	4	3	3	4	1	3	3	1	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	1	4	2	3	3	4	4	3	2	1	3	3	3	2	2	1	110		

17	4	4	2	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	3	4	1	3	4	1	2	4	4	4	4	1	3	2	4	4	1	1	3	125			
18	1	3	1	3	1	1	3	3	2	1	1	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	4	4	1	4	2	1	2	1	3	1	1	3	2	1	1	3	3	2	2	1	90			
19	3	4	3	2	3	1	2	3	1	1	3	2	2	1	2	2	3	2	4	1	1	4	2	3	1	1	3	1	3	2	3	3	2	1	1	3	2	2	1	1	1	86			
20	2	1	1	2	2	3	2	3	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	81		
21	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	3	78		
22	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	83		
23	1	4	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	1	1	3	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	72		
24	2	3	1	2	2	3	2	3	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	85		
25	2	2	1	2	2	3	2	3	1	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	82			
26	3	2	3	1	3	2	1	2	2	2	3	1	1	1	1	1	2	1	4	1	1	4	1	3	3	2	3	1	3	1	3	3	1	1	2	3	1	1	1	1	2	78			
27	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	94			
28	3	4	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	4	3	2	4	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	103		
29	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	62			
30	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	4	4	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	111		
31	3	3	3	3	3	1	3	3	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	4	2	1	4	3	3	4	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	1	1	104	
32	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	1	2	96
33	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	1	2	2	3	3	1	1	2	93			
34	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	110	
35	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	2	3	110		
36	4	4	2	4	4	3	3	4	1	3	2	4	4	2	3	4	4	3	4	2	2	4	4	4	3	1	4	2	2	4	4	4	4	3	2	3	2	4	4	2	2	3	127		
37	4	4	3	4	4	1	4	3	1	1	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	3	1	4	3	3	4	4	4	4	3	1	3	4	4	3	2	1	128			
38	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	97		
39	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	4	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	87		
40	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	2	2	1	2	2	3	2	3	1	1	3	4	3	3	2	3	1	4	2	3	3	2	1	3	4	2	2	1	1	3	101			

41	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	109						
42	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	4	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	113						
43	4	4	3	3	4	1	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	2	3	1	4	4	2	4	2	3	3	4	4	3	2	1	3	3	3	2	2	1	112						
44	4	4	3	2	4	1	2	3	1	1	3	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	4	2	4	3	1	4	2	3	2	4	4	2	2	1	3	2	2	2	1	101			
45	4	3	2	1	4	1	1	3	1	1	2	1	1	3	3	1	4	1	3	2	3	3	4	4	2	1	4	2	2	1	4	4	1	2	1	2	1	1	2	3	1	90		
46	4	4	3	3	4	1	3	3	1	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	1	4	2	3	3	4	4	3	2	1	3	3	3	2	2	1	110			
47	4	4	2	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	3	4	1	3	4	1	2	4	4	4	4	4	1	3	2	4	4	1	1	3	125	
48	1	3	1	3	1	1	3	3	2	1	1	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	4	4	1	4	2	1	2	1	3	1	1	3	2	1	1	3	3	2	2	1	90		
49	3	4	3	2	3	1	2	3	1	1	3	2	2	1	2	2	3	2	4	1	1	4	2	3	1	1	3	1	3	2	3	3	2	1	1	3	2	2	1	1	1	86		
50	2	1	1	2	2	3	2	3	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	81
51	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	3	78		
52	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	83		
53	1	4	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	1	1	3	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	72		
54	2	3	1	2	2	3	2	3	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	85		
55	2	2	1	2	2	3	2	3	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	82	



Lampiran B

- a. Uji Validitas dan Uji Reabilitas Religiusitas
- b. Uji Validitas dan Uji Reabilitas Stres Akademik

Reliability

Scale: Religiusitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	55	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.928	47

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	132.76	200.517	.448	.926
VAR00002	132.82	199.485	.513	.926
VAR00003	132.58	197.285	.653	.925
VAR00004	134.45	207.697	.141	.928
VAR00005	132.76	197.184	.648	.925

VAR00006	132.64	200.865	.436	.927
VAR00007	132.89	196.247	.658	.924
VAR00008	134.29	207.062	.173	.928
VAR00009	132.80	197.570	.585	.925
VAR00010	134.04	203.443	.249	.929
VAR00011	132.55	200.030	.591	.925
VAR00012	132.87	201.298	.504	.926
VAR00013	132.96	195.776	.618	.925
VAR00014	132.47	198.995	.601	.925
VAR00015	134.04	203.443	.249	.929
VAR00016	132.53	199.143	.555	.925
VAR00017	132.89	199.469	.473	.926
VAR00018	134.45	207.697	.141	.928
VAR00019	134.29	207.062	.173	.928
VAR00020	132.55	202.660	.345	.927
VAR00021	132.87	195.076	.620	.925
VAR00022	132.55	201.475	.499	.926
VAR00023	132.80	195.793	.676	.924
VAR00024	132.89	199.469	.473	.926
VAR00025	134.04	203.443	.249	.929
VAR00026	132.80	201.126	.518	.926
VAR00027	133.15	200.015	.386	.927
VAR00028	134.29	207.062	.173	.928
VAR00029	134.64	206.717	.201	.928
VAR00030	132.75	196.527	.548	.925
VAR00031	133.11	209.877	.000	.928

VAR00032	132.45	200.882	.595	.925
VAR00033	132.85	198.571	.599	.925
VAR00034	134.29	207.062	.173	.928
VAR00035	132.67	195.113	.688	.924
VAR00036	134.60	207.319	.159	.928
VAR00037	132.85	197.275	.616	.925
VAR00038	132.45	199.327	.658	.925
VAR00039	132.73	200.276	.497	.926
VAR00040	134.11	209.877	.000	.928
VAR00041	132.53	201.069	.527	.926
VAR00042	132.53	198.328	.551	.925
VAR00043	132.87	196.484	.665	.924
VAR00044	134.67	208.669	.066	.929
VAR00045	132.55	200.030	.591	.925
VAR00046	134.45	207.697	.141	.928
VAR00047	132.89	196.247	.658	.924

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
136.11	209.877	14.487	47

Reliability

Scale: Stres Akademik

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	55	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	55	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.926	41

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	95.27	235.795	.640	.923
VAR00002	95.02	239.870	.512	.924
VAR00003	95.62	242.277	.463	.925
VAR00004	95.40	234.948	.810	.921
VAR00005	95.27	235.795	.640	.923
VAR00006	95.89	256.729	-.086	.930
VAR00007	95.44	237.028	.769	.922

VAR00008	94.98	247.018	.621	.924
VAR00009	96.38	250.870	.195	.927
VAR00010	95.89	256.729	-.086	.930
VAR00011	95.62	242.277	.463	.925
VAR00012	95.40	234.948	.810	.921
VAR00013	95.40	234.948	.810	.921
VAR00014	96.27	252.054	.163	.927
VAR00015	95.36	238.125	.785	.922
VAR00016	95.40	234.948	.810	.921
VAR00017	94.93	244.402	.546	.924
VAR00018	95.44	237.028	.769	.922
VAR00019	94.69	243.884	.509	.924
VAR00020	96.15	252.201	.165	.927
VAR00021	96.27	252.054	.163	.927
VAR00022	94.69	243.884	.509	.924
VAR00023	95.40	242.689	.328	.927
VAR00024	95.27	235.795	.640	.923
VAR00025	95.53	242.180	.370	.926
VAR00026	96.38	250.870	.195	.927
VAR00027	95.27	235.795	.640	.923
VAR00028	96.15	252.201	.165	.927
VAR00029	95.62	242.277	.463	.925
VAR00030	95.40	234.948	.810	.921
VAR00031	95.27	235.795	.640	.923
VAR00032	95.27	235.795	.640	.923
VAR00033	95.44	237.028	.769	.922

VAR00034	96.15	252.201	.165	.927
VAR00035	95.89	256.729	-.086	.930
VAR00036	95.62	242.277	.463	.925
VAR00037	95.40	234.948	.810	.921
VAR00038	95.40	234.948	.810	.921
VAR00039	96.15	252.201	.165	.927
VAR00040	96.27	252.054	.163	.927
VAR00041	95.89	256.729	-.086	.930

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
97.96	255.147	15.973	41



Lampiran C

- c. Data Penelitian Religiusitas
- d. Data Penelitian Stres Akademik

Aitem Penelitian religiusitas																																		
No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	31	TOTAL	
1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	102	
2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	1	4	87	
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	89	
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96	
6	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	117
7	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	119
8	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	90
9	2	4	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	77	
10	2	3	2	4	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	89	
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	95	
12	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	97	
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	103
14	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	4	4	3	4	94	
15	1	4	1	2	1	1	3	3	4	3	2	1	4	4	4	3	3	3	1	4	1	1	3	3	4	3	2	1	4	4	2	3	83	
16	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	105	
17	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	119
18	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	1	3	1	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	1	1	4	4	88	
19	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	1	4	88	
20	2	3	2	1	2	2	3	3	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	1	1	2	2	2	1	3	70	
21	2	2	2	1	2	2	3	3	4	2	1	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	1	2	2	2	1	2	71	

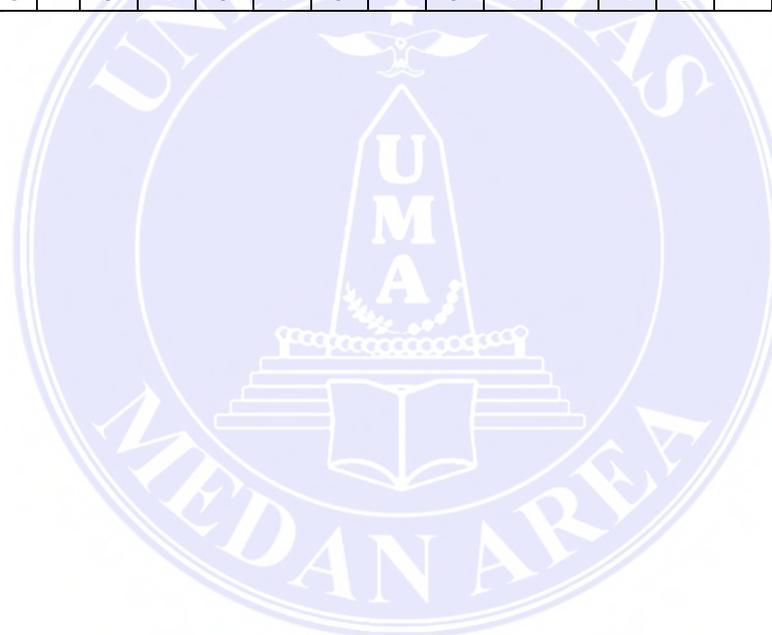
46	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	105
47	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	119
48	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	1	3	1	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	1	1	4	4	88
49	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	1	4	88
50	2	3	2	1	2	2	3	3	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	1	1	2	2	2	1	3	70
51	2	2	2	1	2	2	3	3	4	2	1	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	1	2	2	2	1	2	71
52	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	75
53	2	3	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	1	1	4	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	4	2	2	1	1	2	3	74
54	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	1	2	2	2	1	3	74
55	2	3	2	1	2	2	3	3	3	2	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	1	2	2	2	1	3	72
56	1	2	1	3	1	1	2	2	3	2	3	1	3	3	3	2	4	1	1	2	1	1	2	2	3	2	3	1	3	3	3	4	69
57	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	4	3	76
58	2	3	2	3	2	2	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2	4	3	2	3	3	3	4	87
59	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	1	1	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	1	1	2	2	1	1	49
60	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	97
61	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	102
62	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	1	4	87
63	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	89
64	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
66	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	117
67	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	119
68	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	90
69	2	4	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	77

70	2	3	2	4	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	89
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	95
72	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	97
73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	103
74	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	4	4	3	4	94
75	1	4	1	2	1	1	3	3	4	3	2	1	4	4	4	3	3	3	1	4	1	1	3	3	4	3	2	1	4	4	2	3	83
76	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	105
77	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	119
78	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	1	3	1	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	1	1	4	4	88
79	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	1	4	88
80	2	3	2	1	2	2	3	3	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	1	1	2	2	2	1	3	70

Aitem Penelitian stres akademik																														
No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	Jumlah	
1	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	88		
2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	103	
3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	103	
4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84		
5	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	1	2	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	91	
6	3	4	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	2	75	
7	2	1	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	56	
8	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	1	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	87	
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	81	
10	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	100
11	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	86	
12	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	102	
13	3	4	4	2	4	2	4	3	4	2	4	3	4	1	3	2	3	4	4	3	4	4	2	4	2	4	2	4	89	
14	3	3	4	3	2	3	4	2	4	3	2	3	2	2	4	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	4	3	2	84	
15	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	96	
16	1	3	1	1	2	1	2	4	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	2	43	
17	2	2	3	4	2	1	2	1	3	4	2	1	2	2	1	4	1	3	3	3	2	3	4	2	1	3	4	2	67	
18	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	102	
19	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	2	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	92	
20	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	100	
21	3	3	2	3	4	1	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	1	2	3	4	76	
22	2	2	4	4	3	4	3	1	4	4	3	2	3	3	1	4	4	4	4	1	2	4	4	3	4	4	4	3	88	

48	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	102	
49	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	2	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	92
50	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	100	
51	3	3	2	3	4	1	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	1	2	3	4	76
52	2	2	4	4	3	4	3	1	4	4	3	2	3	3	1	4	4	4	4	1	2	4	4	3	4	4	4	3	88
53	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83
54	3	3	4	3	2	4	2	4	4	3	2	4	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	2	90
55	1	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	1	3	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	97
56	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	103	
57	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
58	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	1	2	4	3	4	4	4	3	4	98
59	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	2	4	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	95
60	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	101
61	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	88
62	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	103
63	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	103	
64	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
65	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	1	2	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	91
66	3	4	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	2	75
67	2	1	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	56
68	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	1	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	87
69	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	81
70	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	100
71	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	86
72	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	102

73	3	4	4	2	4	2	4	3	4	2	4	3	4	1	3	2	3	4	4	3	4	4	2	4	2	4	2	4	89
74	3	3	4	3	2	3	4	2	4	3	2	3	2	2	4	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	4	3	2	84
75	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	96
76	1	3	1	1	2	1	2	4	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	2	43
77	2	2	3	4	2	1	2	1	3	4	2	1	2	2	1	4	1	3	3	3	2	3	4	2	1	3	4	2	67
78	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	102
79	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	2	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	92
80	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	100





Lampiran D

- a. Uji asumsi Normalitas
- b. Uji asumsi Linearitas
- c. Uji Korelasi

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Religiusitas	80	98.24	15.443	49	119
Stres Akademik	80	68.31	14.458	43	103

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Religiusitas	Stres Akademik
N		80	80
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	90.00	87.71
	Std. Deviation	15.443	14.458
Most Extreme Differences	Absolute	.110	.161
	Positive	.100	.145
	Negative	-.110	-.161
Test Statistic		.110	.161
Asymp. Sig. (2-tailed)		.085	.064

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Stres Akademik * Religiusitas	80	100.0%	0	0.0%	80	100.0%

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres Akademik * Religiusitas	Between Groups	(Combined)	16015.687	22	727.986	83.207	.068
		Linearity	4427.372	1	4427.372	506.036	.000
		Deviation from Linearity	11588.315	21	551.825	63.072	.974
		Within Groups	498.700	57	8.749		
Total			16514.387	79			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Stres Akademik * Religiusitas	-.518	.634	.985	.970

Correlations

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Religiusitas	90.00	15.443	80
Stres Akademik	87.71	14.458	80

Correlations

		Religiusitas	Stres Akademik
Religiusitas	Pearson Correlation	1	-.518**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	80	80
Stres Akademik	Pearson Correlation	-.518**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	80	80



PETUNJUK PENGISIAN SKALA

DATA IDENTITAS DIRI

Isilah data-data berikut ini sesuai dengan keadaan diri Saudara

1. Nama : _____(L/P)
2. Kelas : _____

PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

Berikut ini saya sajikan beberapa pernyataan dalam bentuk skala. Adik-adik diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala ukur tersebut

PETUNJUK BAGIAN I

Pada angket ini adik-adik diminta untuk memberi satu jawaban pada setiap soal, yang dianggap sesuai dengan keadaan diri adik serta apa yang adik rasakan, dan sangat kami harapkan pula kejujuran dan keterbukaan adik. Adik tinggal memilih jawaban dengan memberikan tanda cek (√) salah satu huruf pada jawaban yang disediakan.

SS : jika merasa Sangat Setuju

S : jika merasa Setuju

TS : jika merasa Tidak Setuju

STS : jika merasa Sangat Tidak Setuju

Bila telah selesai, jangan lupa memeriksa kembali, agar tidak ada nomor yang terlewati.

SELAMAT MENGERJAKAN

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 28/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)28/12/21

SKALA A

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
1	Saya akan sesering mungkin mengucapkan dua kalimat syahadat.	SS	S	TS	STS
2	Saya berusaha membayar zakat dengan uang tabungan yg saya punya.	SS	S	TS	STS
3	Ketika saya sakit saya, saya tidak perlu melakukan sholat.	SS	S	TS	STS
4	Ketika terjadi sesuatu hal, yang membuat puasa saya batal saya akan mengganti dibulan lain.	SS	S	TS	STS
5	Saya tidak perlu mengingatkan kedua orang tua saya untuk membayar zakat karena saya takut mereka tersinggung.	SS	S	TS	STS
6	Saya segerah melaksanakan shalat begitu saya mendengar suara azan.	SS	S	TS	STS
7	Saya mengucapkan kalimat syahadat ketika shalat saja.	SS	S	TS	STS
8	Saya menyadari keagungan Allah dengan melihat alam semesta.	SS	S	TS	STS
9	Saya menghindari perilaku yang menyalahi hukum islam.	SS	S	TS	STS
10	Saya akan menunda sholat ketika ada pekerjaan yang saya lakukan meskipun saya sudah mendengar suara azan.	SS	S	TS	STS
11	Shalat malam membuat saya lebih tenang dalam menghadapi setiap permasalahan.	SS	S	TS	STS
12	Puasa senin kamis adalah salah satu ibadah sunah namun harus dilakukan dengan istiqomah.	SS	S	TS	STS
13	Tidak ada hukuman bagi saya ketika saya lupa mengganti puasa Ramadhan.	SS	S	TS	STS

14	Saya percaya bahwa setiap perbuatan baik saya didunia dicatat oleh malaikat.	SS	S	TS	STS
15	Hukum Islam membolehkan meninggalkan shalat dalam situasi darurat.	SS	S	TS	STS
16	Ketika saya ber`doa saya merasa dekat dengan Allah.	SS	S	TS	STS
17	Saya akan mengingatkan kedua orang tua saya tentang pembayaran zakat atas nama seluruh keluarga.	SS	S	TS	STS
18	Saya tidak peduli apakah kedua orang tua saya tepat waktu atau tidak dalam membayar zakat.	SS	S	TS	STS
19	Hati saya tenang ketika saya melakukan sesuatu setelah dimulai dengan bacaan Bismillah.	SS	S	TS	STS
20	Dengan membaca Bismillah saya lebih yakin dalam mengerjakan sesuatu.	SS	S	TS	STS
21	Saya merasa terpaksa ketika harus menolong orang.	SS	S	TS	STS
22	Saya akan berbuat jujur karena Allah pasti melihat setiap perbuatan yang saya lakukan.	SS	S	TS	STS
23	Ketika mendapat ujian saya merasa Allah tidak sayang kepada saya.	SS	S	TS	STS
24	Setiap saat saya berusaha memperkuat hubungan saya dengan Allah.	SS	S	TS	STS
25	Allah SWT tidak akan mengampuni manusia yang melakukan dosa dengan sengaja.	SS	S	TS	STS
26	Saya berjuang untuk urusan duniawi dan akhirat seperti yang disarankan oleh Nabi Muhammad SAW.	SS	S	TS	STS
27	Hukum dalam Al-Qur'an untuk keuntungan dan kesejahteraan umat Islam saja.	SS	S	TS	STS
28	Saya percaya pada setiap isi Al-Qur'an.	SS	S	TS	STS

29	Allah hanya mengabulkan doa orang-orang yang disayangiNYA	SS	S	TS	STS
30	Saya tidak percaya bahwa malaikat mencatat setiap perbuatan saya didunia.	SS	S	TS	STS
31	Saat saya mengerjakan sesuatu hal yang baik saya merasa diberikan pahala oleh Allah.	SS	S	TS	STS
32	Ketika saya kesusahan saya merasa Allah pasti akan membantu saya.	SS	S	TS	STS
33	Saya akan membantu teman saya untuk menghafal Al-Qur'an.	SS	S	TS	STS
34	Beberapa hukum syariat dapat dilanggar untuk mencapai keberhasilan di dunia.	SS	S	TS	STS
35	Nilai-nilai Islam tidak berlaku pada setiap keadaan	SS	S	TS	STS
36	Saya percaya bahwa adanya malaikat.	SS	S	TS	STS
37	Saya akan mengikuti (nafsu) saya lebih dari akal (rasionalitas).	SS	S	TS	STS
38	Saya tidak percaya akan keberadaan para malaikat.	SS	S	TS	STS
39	Semakin banyak pengetahuan yang saya miliki, saya seharusnya menjadi semakin rendah hati.	SS	S	TS	STS
40	Ketika ada teman yang mengajak tempus puasa saya akan mengikuti mereka.	SS	S	TS	STS
41	Saya tidak perlu membaca bismillah ketika saya memulai pembelajaran.	SS	S	TS	STS
42	Saya merasa bahwa Allah sangat jauh dari hidup saya	SS	S	TS	STS
43	Saya yakin orang yang berbuat maksiat itu karena jauh dari Allah SWT.	SS	S	TS	STS

44	Keyakinan saya tentang Allah saya ungkapkan melalui ucapan dua kalimat syahadat	SS	S	TS	STS
45	Saya kurang memahami makna dari dua kalimat syahadat sehingga jarang saya ucapkan	SS	S	TS	STS
46	Setiap melakukan sesuatu saya memulai dengan ucapan bismillaahir rahmaanir rahiim	SS	S	TS	STS
47	Saya mengucapkan bismillah seperlunya saja	SS	S	TS	STS



SKALA B

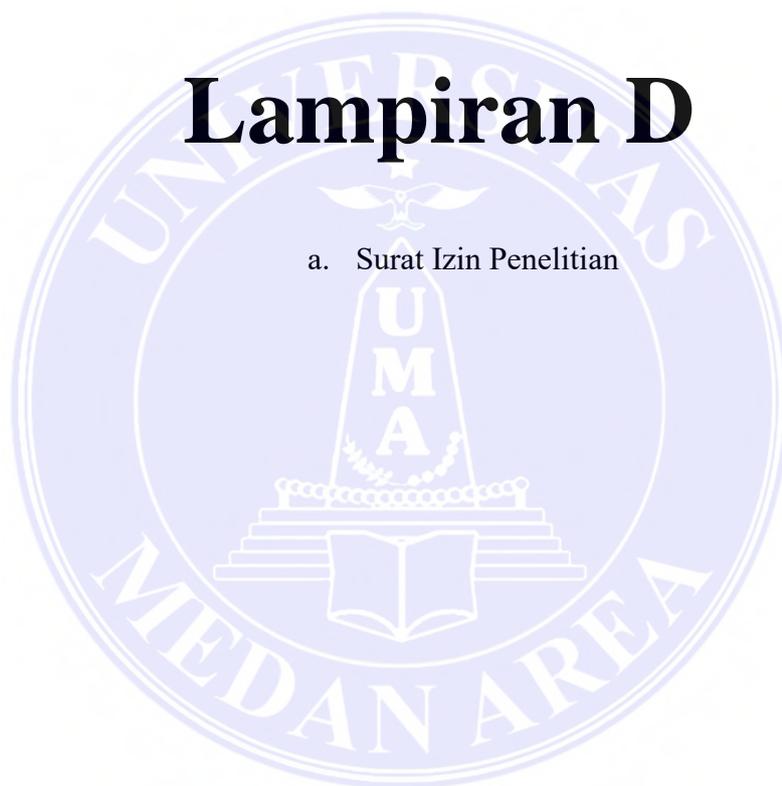
No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya yakin dapat menyetor hafalan AL-Qur'an dengan baik.				
2	Ketika teman-teman berbicara tentang tugas yang harus diselesaikan, saya tidak peduli.				
3	Karna banyaknya tugas, akhir-akhir ini, saya berfikir untuk keluar dari Pondok Pesantren dan untuk selama-lamanya.				
4	Saya takut gagal ketika saya tidak dapat menyetor hafalan AL-Qur'an.				
5	Saya mudah fokus dalam mempelajari semua materi yang ada.				
6	Saya mudah tertekan apabila saya membandingkan kemampuan saya dengan kemampuan teman saya.				
7	Saya tidak takut menghadapi ujian mendadak karna saya sudah mempersiapkan diri sebelumnya.				
8	Saya sulit berkonsentrasi saat belajar apabila saya mendapatkan kelompok yang bukan teman dekat saya.				
9	Saat sedang bertemu dengan ustad/ustadzah kaki dan tangan saya gemetar.				
10	Walaupun sibuk belajar saya mampu berkonsentrasi menghafal tugas lain seperti menghafal hadis.				
11	Saya merasa memiliki banyak teman.				
12	Saya tidak takut apabila harus satu kelompok dengan teman yang bukan teman dekat saya.				

13	Saya cemas setiap menghadapi ujian mendadak.	SS	S	TS	STS
14	Ketika mendapatkan nilai jelek, membuat saya merasa takut akan tinggal kelas.	SS	S	TS	STS
15	Saya kurang percaya diri ketika harus berada didepan kelas untuk mempresentasikan tugas.	SS	S	TS	STS
16	Saya siap menerima konsekuensi atas perbuatan yang saya lakukan.	SS	S	TS	STS
17	Saya mudah stres ketika banyak hafalan dan banyak kegiatan yang harus saya lakukan.	SS	S	TS	STS
18	Kepala saya pusing saat orang tua saya bertanya tentang nilai rapot saya.	SS	S	TS	STS
19	Saya mudah sakit perut apabila saya harus menjawab pertanyaan mendadak yang diberikan oleh guru.	SS	S	TS	STS
20	Saya ragu akan kemampuan saya tentang hokum islam dibidang syariat islam.	SS	S	TS	STS
21	Saya merasa keberadaan teman-teman sangat berarti.	SS	S	TS	STS
22	Akhir-akhir ini, saya merasa sedih dan murung.	SS	S	TS	STS
23	Tugas yang banyak membuat saya merasa pusing.	SS	S	TS	STS
24	Saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki dalam hal menghafal AL-Qur'an.	SS	S	TS	STS
25	Saya bekerja keras untuk mencapai tujuan hidup saya di masa depan.	SS	S	TS	STS
26	Saya sering berdiskusi masalah mata pelajaran dengan teman-teman.	SS	S	TS	STS
27	Saya mudah lupa ketika banyak hafalan yang harus saya stor.	SS	S	TS	STS

28	Badan saya gemetar ketika saya menghadapi ujian praktek sholat.	SS	S	TS	STS
29	Jantung saya berdebar-debar saat masuk pelajaran yang kurang saya sukai.	SS	S	TS	STS
30	Ketika nilai ujian saya rendah, saya cenderung menarik diri dari lingkungan karena saya merasa malu.	SS	S	TS	STS
31	Akhir-akhir ini saya sedih saat saya rindu dengan keluarga saya.	SS	S	TS	STS
32	Saya mudah terkejut apabila saya mendengar suara keras secara tiba-tiba.	SS	S	TS	STS
33	Saya akan menyalahkan orang lain ketika mereka berbuat hal yang saya tidak sukai.	SS	S	TS	STS
34	Saya tersinggung ketika teman saya mengkeritik hasil pekerjaan saya.	SS	S	TS	STS
35	Jantung saya berdebar-debar ketika menunggu nilai ujian saya keluar.	SS	S	TS	STS
36	Saya mudah lupa mengerjakan tugas apabila banyak kegiatan yang saya ikuti.	SS	S	TS	STS
37	Saya merasa cemas apabila saya tidak memiliki teman.	SS	S	TS	STS
38	Saya duduk dikursi paling depan agar lebih dapat berkonsentrasi.	SS	S	TS	STS
39	Saat orang tua tidak menelfon di hari minggu saya merasa sedih.	SS	S	TS	STS
40	Ketika harus menyetor hafalan AL-Qur'an perut saya mudah sakit.	SS	S	TS	STS
41	Saat nilai ujian saya rendah, itu karena guru kurang menyukai saya.	SS	S	TS	STS

Lampiran D

a. Surat Izin Penelitian





UNIVERSITAS MEDAN AREA FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estale ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Seliabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 221/FPSI/01.10/III/2021
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Data

Medan, 04 Maret 2021

**Yth. Koordinator Ma'had Tahfiz Fajar Islam
MTs Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara
Di
Tempat**

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Nedra Meutia Fauziah
NPM : 178600020
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di **Ma'had Tahfiz Fajar Islam MTs Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara, Jl. Sultan Serdang Gg. Kandar Desa Telaga Sari, Tanjung Morawa** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Hubungan Religiusitas dengan Stres Akademik pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan"**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Pesantren** yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip





معهد فجر الإسلام الإسلامي
PESANTREN FAJAR ISLAM
YAYASAN FAJAR ISLAM NUSANTARA
 JL. Sultan Serdang Gg. Madrasah Tanjung Morawa Deli Serdang 20362

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN
 Nomor : A.6/FI-TM/III/2021

Kepala Ma'had Fajar Islam Tanjung Morawa yang bertandatangan di bawah ini :

- | | |
|--------------------|------------------------------|
| 1. Nama Ma'had | : Fajar Islam Tanjung Morawa |
| 2. Status | : Swasta |
| 3. Alamat Ma'had | : |
| a. Jalan | : Sultan Serdang |
| b. Desa/ Kelurahan | : Telaga Sari |
| c. Kecamatan | : Tanjung Morawa |
| d. Kabupaten | : Deli Serdang |
| e. Provinsi | : Sumatera Utara |

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: Nedra Meutia Fauziah
NPM/NIRM	: 178600020
Program Studi	: Ilmu Psikologi
Fakultas	: Psikologi Universitas Medan Area

Memberikan izin untuk melakukan Riset/Penelitian di Ma'had Fajar Islam Tanjung Morawa dengan judul Riset :

Hubungan Religiusitas Dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusanantara Medan

Demikian hal ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tanjung Morawa, 29 Rajab 1442 H
 13 Maret 2021 H

Kepala Ma'had Fajar Islam


 NANANG PRADIPTA, S.Si



معهد فجر الإسلام الإسلامي
PESANTREN FAJAR ISLAM
YAYASAN FAJAR ISLAM NUSANTARA
 Jl. Sultan Serdang Gg. Madrasah Tanjung Morawa Deli Serdang 20362

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN
 Nomor : A.6/FI-TM/III/2021

Kepala Ma'had Fajar Islam Tanjung Morawa yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama Ma'had : Fajar Islam Tanjung Morawa
2. Status : Swasta
3. Alamat Ma'had :
 - a. Jalan : Sultan Serdang
 - b. Desa/kelurahan : Telaga Sari
 - c. Kecamatan : Tanjung Morawa
 - d. Kabupaten : Deli Serdang
 - e. Provinsi : Sumatera Utara

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **Nedra Meutia Fauziah**
 NPM/NIRM : **178600020**
 Program Studi : **Ilmu Psikologi**
 Fakultas : **Psikologi Universitas Medan Area**

Telah selesai melakukan Riset/Penelitian di Ma'had Fajar Islam Tanjung morawa, terhitung mulai tanggal 15 Maret 2021 sampai dengan tanggal 31 Maret 2021 untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan skripsi yang judul Riset :

Hubungan Religiusitas Dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantera Medan

Demikian hal ini kami sampaikan untuk dapat dipergunakan sebagai mestinya.

Tanjung Morawa, 31 Maret 2021

Kepala Ma'had Fajar Islam

NANANG PRADIPTA, S.Si