

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin sebelum beralih status pada tahun 2017, dikenal oleh masyarakat dengan Institut Agama Islam Negeri Antasari Banjarmasin yang didirikan pada tanggal 20 November 1964. Sejak 1964, terdapat 8 pemimpin/rektor yang memimpin IAIN Antasari Banjarmasin. Rektor pertama IAIN Antasari Banjarmasin adalah K.H. Zafri Zamzam. Saat awal kepemimpinannya, terdapat 4 fakultas yang berdiri yaitu Fakultas Syariah di Banjarmasin, Fakultas Syariah di Kandangan, Fakultas Tarbiyah di Barabai, dan Fakultas Ushuluddin di Amuntai. Selanjutnya berdiri Fakultas Tarbiyah di Banjarmasin diikuti Fakultas Tarbiyah cabang Martapura, cabang Rantau, dan cabang Kandangan. Fakultas baru yang didirikan kemudian pada tahun 1970 adalah Fakultas Dakwah di Banjarmasin. Pada akhirnya, IAIN Antasari memiliki 9 fakultas di akhir kepemimpinan Zafri Zamzam.

Pada tahun 1973, di bawah kepemimpinan Rektor kedua, H. Mastur Jahri, MA, diputuskan bahwa semua Fakultas Tarbiyah disatukan menjadi Fakultas Tarbiyah di Banjarmasin. Beliau juga melanjutkan penyatuan fakultas lainnya menjadi satu fakultas seperti Fakultas Syariah Kandangan menjadi Fakultas Syariah bertempat di Banjarmasin dan Fakultas Ushuluddin Amuntai juga dipindah ke Banjarmasin tahun 1978. Hal ini menjadikan IAIN Antasari memiliki 4 fakultas di Banjarmasin yakni Fakultas Syariah, Fakultas Tarbiyah, Fakultas Dakwah, dan

Fakultas Ushuluddin.

Rektor kelima yaitu Prof. Drs. K.H. M. Asywadie Syukur, Lc, menginisiasi pendirian Program Pascasarjana pada tahun 1999 dengan menyusun sebuah tim untuk merancang proposal pendirian yang dipresentasikan di Departemen Agama Pusat Jakarta. Akhirnya, Program Pascasarjana IAIN Antasari Banjarmasin resmi dibuka pada 2 Oktober 2000.

Berdasarkan Keputusan Presiden Nomor 36 Tahun 2017 Tentang Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin tanggal 3 April 2017, IAIN Antasari Banjarmasin beralih status menjadi UIN Antasari Banjarmasin dengan rektor pertama yakni Prof. Dr. H. Akh. Fauzi Aseri, M.A. Seiring dengan perubahan alih status ini, didirikan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam. Hal tersebut menjadikan UIN Antasari Banjarmasin memiliki 5 Fakultas yakni Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Fakultas Syariah, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, dan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam serta Program Pascasarjana.¹

a. Visi, Misi, dan Tujuan UIN Antasari Banjarmasin

Visi Universitas : menjadi Universitas yang unggul dan berakhlak.

Misi Universitas :

- 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran yang unggul dalam berbagai disiplin ilmu yang terintegrasi dengan kebangsaan, berbasis karakter dan kearifan lokal, serta berwawasan global;
- 2) Mengembangkan riset berbagai disiplin ilmu integratif yang relevan dengan kebutuhan masyarakat dan berdampak terhadap kelestarian alam;

¹<http://www.uin-antasari.ac.id/sejarah-uin-antasari/>, Diakses Pada 20 Juni 2024.

- 3) Mengembangkan pola pengabdian yang relevan dengan kebutuhan masyarakat;
- 4) Membangun kepercayaan dan kerja sama yang saling menguntungkan dengan lembaga regional, nasional, dan internasional; dan
- 5) Mengembangkan tata kelola berdasarkan manajemen modern dalam rangka mencapai kepuasan Sivitas Akademika dan *stakeholders*.

Tujuan Universitas :

- 1) Menghasilkan lulusan yang unggul dalam penguasaan disiplin ilmu yang terintegrasi dengan kebangsaan, berakhlak mulia, menghormati kearifan lokal, berwawasan kebangsaan, dan global;
- 2) Menghasilkan riset berbagai disiplin ilmu integratif yang bermanfaat bagi masyarakat;
- 3) Terlibat aktif dalam mewujudkan masyarakat yang mandiri, produktif, dan sejahtera;
- 4) Menghasilkan kinerja institusi yang efektif dan efisien untuk menjamin pertumbuhan kualitas pelaksanaan tridharma perguruan tinggi yang berkelanjutan; dan
- 5) Menyediakan pendidikan tinggi yang berkualitas untuk semua kalangan.²

2. Sejarah Program Studi Psikologi Islam

Dalam rangka pembentukan dan pembukaan Jurusan Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin telah melaksanakan seminar sehari dengan tema: “Program

²<http://www.uin-antasari.ac.id/visi-misi-dan-tujuan-uin-antasari/> Diakses Pada 20 Juni 2024.

Studi Psikologi Islam untuk Fakultas Ushuluddin IAIN Antasari Banjarmasin” pada tanggal 12 Desember 2007. Seminar ini bertujuan untuk mendapatkan informasi dan menghimpun pendapat/pandangan stakeholder dan masyarakat tentang jurusan Psikologi Islam serta urgensi Fakultas Ushuluddin untuk membuka jurusan ini.

Para peserta seminar selama satu hari tersebut menganggap perlunya dibuka jurusan ini. Adapun rekomendasi dari seminar tersebut adalah:

- a. Lulusan Psikologi Islam sangat diperlukan untuk mendampingi umat menghadapi permasalahan di masyarakat.
- b. Peserta mendukung penuh pembentukan Jurusan Psikologi Islam.
- c. Segera membenahi dan melengkapi persyaratan yang diperlukan.
- d. Segera mengajukan proposal pembentukan Jurusan Psikologi Islam.

Sebelumnya, Dekan Fakultas Ushuluddin saat itu telah mengeluarkan SK Nomor 106 tahun 2007 tertanggal 6 November 2007 tentang Tim Pembentukan Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin IAIN Antasari yang diketuai oleh Drs. H. Abdurrahman Jaferi, M.Ag dan Wakil Ketua Dra. Siti Faridah, M.Ag dengan segenap anggota Tim bekerja untuk membuat proposal di maksud. Proposal pembentukan Jurusan Psikologi Islam tertanggal 18 Maret 2008 segera disampaikan ke Departemen gama untuk mendapatkan izin penyelenggaraan.

Selanjutnya, Jurusan Psikologi Islam (PI) yang merupakan salah satu dari empat jurusan yang ada di fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin mendapatkan izin dari Direktur Jenderal Pendidikan Islam. Pembukaan program studi ini berdasarkan keputusan Direktur Jenderal

Pendidikan Islam Nomor: DJ.I/306/2008 tentang Pembukaan Program Studi (S1) pada Perguruan Tinggi Agama Islam (PTAI) tahun 2008 tanggal 04 September 2008.

Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin adalah satu-satunya Jurusan Psikologi yang ada di Kalimantan. dalam usianya yang kurang lebih 9 tahun ini, jurusan ini mengalami perkembangan yang cukup menggembirakan dilihat dari berbagai aspek. hal ini tidak terlepas dari dukungan semua pihak, mulai dari pimpinan Universitas, Pimpinan Fakultas, perangkat jurusan, para dosen, karyawan, para mahasiswa dan semua pihak yang terlibat di dalamnya.³

a. Visi, Misi, dan Tujuan Program Studi Psikologi Islam

Visi

“Terwujudnya Program Studi yang Unggul dan Berakhlak dengan Mengintegrasikan Psikologi dan Keislaman pada Tahun 2034”

Misi

Misi yang diemban Program studi Psikologi Islam dalam proses penyelenggaraan Tridarma Perguruan Tinggi telah ditetapkan sebagaimana berikut:

- 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran psikologi berbasis keislaman;
- 2) Mengembangkan riset penelitian di bidang psikologi berbasis keislaman yang relevan dengan kebutuhan masyarakat;

³<https://pi.uin-antasari.ac.id/sejarah/> Diakses Pada 20 Juni 2024.

- 3) Melaksanakan Pengabdian masyarakat dengan membangun kerjasama dengan berbagai pihak dalam rangka pemberdayaan masyarakat sesuai kompetensi keilmuan psikologi berbasis keislaman dengan melibatkan unsur tenaga pendidik, mahasiswa, dan alumni.

Tujuan

Berpijak pada visi dan misi tersebut, tujuan yang ingin dicapai Program Studi Psikologi Islam dalam penyelenggaraan pendidikan tinggi adalah:

- 1) Menghasilkan lulusan yang menguasai psikologi berbasis keislaman;
- 2) Menghasilkan riset penelitian psikologi berbasis keislaman yang relevan dengan kebutuhan masyarakat;
- 3) Terlaksananya pengabdian masyarakat dan kerjasama dengan berbagai pihak dalam rangka pemberdayaan masyarakat sesuai kompetensi bidang psikologi berbasis keislaman dengan melibatkan unsur tenaga pendidik, mahasiswa, dan alumni.⁴

B. Hasil Uji Instrumen

1. Uji Validitas

Validitas merupakan indikator yang menunjukkan tingkat akurasi suatu instrumen penelitian dalam mengukur konsep atau variabel yang menjadi target pengukuran.⁵ Uji validitas pada penelitian ini diujikan kepada 30 responden yang kemudian hasil tersebut akan dihitung dengan aplikasi SPSS *for windows* versi 22 dan diperoleh nilai r tabel sebesar 0,361. Kriteria pengambilan keputusan dalam

⁴<https://pi.uin-antasari.ac.id/visi-misi-dan-tujuan/#> Diiakses Pada 20 Juni 2024.

⁵Muhammad Syarif Hidayatullah, M. Psi, Psikolog dan Dr. Muhammad Abdan Shadiqi, M. Si, *Konstruksi Alat Ukur Psikologi* (Banjarbaru: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru, 2020), 13.

uji validitas yaitu dengan membandingkan nilai r hitung dengan r tabel. Jika nilai r hitung $>$ r tabel, maka item dinyatakan valid. Sebaliknya, jika nilai r hitung $<$ r tabel, maka item dinyatakan tidak valid.

a. Hasil Uji validitas variabel Religiusitas

Skala religiusitas terdiri dari 17 butir item pernyataan yang kemudian diperoleh hasil uji validitas sebagai berikut:

Tabel 4.1. Hasil Uji Validitas Religiusitas

Item	R hitung	R Tabel	Keterangan
1	0,667	0,361	Valid
2	0,412	0,361	Valid
3	0,415	0,361	Valid
4	0,471	0,361	Valid
5	0,293	0,361	TidakValid
6	0,230	0,361	TidakValid
7	0,463	0,361	Valid
8	0,334	0,361	TidakValid
9	0,575	0,361	Valid
10	0,699	0,361	Valid
11	0,437	0,361	Valid
12	0,378	0,361	Valid
13	0,345	0,361	TidakValid
14	0,479	0,361	Valid
15	0,391	0,361	Valid
16	0,021	0,361	TidakValid
17	0,216	0,361	TidakValid

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa terdapat 6 item yang gugur atau tidak valid yaitu item ke 5, 6, 8, 13, 16, 17. Item-item tersebut dinyatakan gugur karena dilihat dari nilai r hitung $<$ r tabel (0,361).

b. Hasil uji validitas variabel Stres Akademik

Skala stres akademik terdiri dari 41 butir item yang kemudian diperoleh hasil uji validitas sebagai berikut:

Tabel 4.2. Hasil Uji Validitas Stres Akademik

Item	R hitung	R Tabel	Keterangan
1	0,668	0,361	Valid
2	0,755	0,361	Valid
3	0,535	0,361	Valid
4	0,616	0,361	Valid
5	0,678	0,361	Valid
6	0,670	0,361	Valid
7	- 0,252	0,361	TidakValid
8	- 0,332	0,361	TidakValid
9	0,074	0,361	TidakValid
10	- 0,240	0,361	TidakValid
11	0,099	0,361	TidakValid
12	0,453	0,361	Valid
13	0,618	0,361	Valid
14	0,591	0,361	Valid
15	0,618	0,361	Valid
16	0,667	0,361	Valid
17	0,332	0,361	TidakValid
18	0,178	0,361	TidakValid
19	0,559	0,361	Valid
20	0,662	0,361	Valid
21	- 0,142	0,361	TidakValid
22	- 0,297	0,361	TidakValid
23	- 0,127	0,361	TidakValid
24	0,427	0,361	Valid
25	0,702	0,361	Valid
26	0,488	0,361	Valid
27	0,658	0,361	Valid
28	0,726	0,361	Valid
29	0,125	0,361	TidakValid
30	0,613	0,361	Valid
31	0,096	0,361	TidakValid
32	0,133	0,361	TidakValid
33	0,750	0,361	Valid
34	0,598	0,361	Valid
35	0,118	0,361	TidakValid
36	0,167	0,361	TidakValid
37	0,557	0,361	Valid
38	0,547	0,361	Valid
39	0,472	0,361	Valid
40	- 0,427	0,361	TidakValid
41	- 0,291	0,361	TidakValid

Berdasarkan tabel 4.2, dapat dilihat bahwa terdapat 16 butir item yang tidak valid atau gugur karena nilai r hitung $< r$ tabel (0,361).

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen tidak dapat memberikan hasil yang berbeda ketika pengukuran dilakukan kembali pada orang yang sama di waktu yang berbeda.⁶ Reliabilitas merupakan uji yang digunakan untuk mengetahui apakah responden konsisten atau stabil dalam mengisi instrumen, dengan kata lain, Akan ada hasil yang sebanding jika setiap tes dilakukan pada subjek yang sama. Analisis ini dilakukan menggunakan SPSS-22 dan rumus *Cronbach's Alpha* digunakan sebagai dasar untuk membuat keputusan jika:⁷

Nilai *Cronbach's Alpha* $> 0,60$ maka butir dinyatakan reliabel;

Nilai *Cronbach's Alpha* $< 0,60$ maka butir tidak dapat dinyatakan reliabel.

Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Skala Religiusitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,676	17

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa nilai cronbach alpha untuk skala religiusitas adalah 0,676, yang lebih tinggi dari 0,60, maka skala religiusitas dinyatakan reliabel.

⁶Ratna Wijayanti Daniar Paramita, Noviansyah Rizal, Riza Bahtiar Sulistyan. *Metode Penelitian Kuantitatif: Buku Ajar Perkuliahan Metodologi Penelitian Bagi Mahasiswa Akuntansi & Manajemen*. (Lumajang: Widya Gama Press, 2021). H. 73.

⁷Dyah Budiastuti, Agustinus Bandur. *Validitas dan Reliabilitas Penelitian dengan Analisis NVIVO, SPSS Dan AMOS*. (Jakarta: Penerbit Mitra Wacana Media, 2018). H. 211.

Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres Akademik

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,770	41

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa nilai cronbach alpha untuk skala stres akademik adalah 0,770, yang lebih tinggi dari 0,60, maka skala stres akademik dinyatakan reliabel.

C. Hasil Analisis Deskriptif Variabel

Statistik deskriptif digunakan dalam penelitian ini, di mana data disajikan dalam bentuk aslinya tanpa pengolahan lebih lanjut untuk menganalisis pengaruh, perbedaan, atau hubungan antar variabel.⁸ Agar dapat menganalisis hubungan antara dua variabel, perhitungan nilai rata-rata (mean) dan simpangan baku (standar deviasi) diperlukan.

1. Analisis deskriptif Religiusitas (X)

Instrumen yang digunakan untuk mengukur religiusitas pada penelitian ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari teori Stefan Huber & Odilo W. Huber dengan 11 item pernyataan valid setelah diuji validitas yang masing-masing item mempunyai 4 alternatif jawaban. Dengan demikian, diperoleh skor minimum, skor maksimum, range, mean dan standar deviasi sebagai berikut:

Nilai minimum (Xmin) : 11

Nilai maksimum (Xmax) : $11 \times 4 = 44$

Jangkauan (Range) : $X_{max} - X_{min}$

⁸Jelpa Priantalo, "Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi," Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 186 (2016): 151.

$$44 - 11 = 33$$

$$\text{Rata-rata (Mean)} : (X_{\max} + X_{\min}) : 2 =$$

$$(44 + 11) : 2 = 27,5$$

$$\text{Standar Deviasi (SD)} : \text{Jangkauan} : 6 =$$

$$33 : 6 = 5,5$$

Berikut adalah rumus yang dapat diterapkan untuk menentukan tingkat tinggi, sedang, atau rendah dari suatu subjek dalam rangka kategorisasi variabel religiusitas dan variabel stres akademik:

$$\text{Rendah} : X < M - 1.SD$$

$$\text{Sedang} : M - 1.SD \leq X < M + 1.SD$$

$$\text{Tinggi} : X > (\text{Mean} + 1SD)$$

Keterangan :

$M = \text{Mean}$ (nilai rata-rata)

$SD = \text{Standar Deviasi}$

$$\text{Kategori Rendah} : X < \text{Mean} - 1SD$$

$$X < 27,5 - 5,5$$

$$X < 22$$

$$\text{Kategori Sedang} : \text{Mean} - 1SD < X < \text{Mean} + 1SD$$

$$27,5 - 5,5 < X < 27,5 + 5,5$$

$$22 < X < 33$$

$$\text{Kategori Tinggi} : X > \text{Mean} + 1SD$$

$$X > 27,5 + 5,5$$

$$X > 33$$

Tabel 4.5 Kategorisasi Religiusitas

No	Kategori	Norma	Frekuensi	Presentasi
1	$X > 33$	Tinggi	57	82,6%
2	$22 < X < 33$	Sedang	12	17,4%
3	$X < 22$	Rendah	0	0%
TOTAL			69	100%

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa tingkat religiusitas pada mahasiswa program studi psikologi Islam yang sedang mengerjakan tugas akhir di UIN Antasari Banjarmasin terdistribusi ke dalam dua kategori.

- a. Persentase mahasiswa dalam kategori tinggi adalah 82,6% (57 orang).
- b. Persentase mahasiswa dalam kategori sedang adalah 17,4% (12 orang).
- c. Persentase mahasiswa dalam kategori rendah adalah 0% (0 orang).

2. Analisis Deskriptif Stres Akademik (Y)

Instrumen yang digunakan untuk mengukur stres akademik pada penelitian ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari skala sebelumnya dengan 25 item pernyataan yang masing-masing item mempunyai 4 alternatif jawaban. Dengan demikian, diperoleh skor minimum, skor maksimum, range, mean dan standar deviasi sebagai berikut:

Nilai minimum (X_{min}) : 25

Nilai maksimum (X_{max}) : $25 \times 4 = 100$

Jangkauan (Range) : $X_{max} - X_{min}$
 $100 - 25 = 75$

Rata-rata (Mean) : $(X_{max} + X_{min}) : 2 =$
 $(100 + 25) : 2 = 62,5$

Standar Deviasi (SD) : Jangkauan : $6 =$

$$75 : 6 = 12,5$$

Berikut adalah rumus yang dapat diterapkan untuk menentukan tingkat tinggi, sedang, atau rendah dari suatu subjek dalam rangka kategorisasi variabel religiusitas dan variabel stres akademik:

$$\text{Rendah} : X < M - 1.SD$$

$$\text{Sedang} : M - 1.SD \leq X < M + 1.SD$$

$$\text{Tinggi} : X > (\text{Mean} + 1SD)$$

Keterangan :

$M = \text{Mean}$ (nilai rata-rata)

$SD = \text{Standar Deviasi}$

$$\text{Kategori Rendah} : X < \text{Mean} - 1SD$$

$$X < 87,5 - 12,5$$

$$X < 75$$

$$\text{Kategori Sedang} : \text{Mean} - 1SD < X < \text{Mean} + 1SD$$

$$87,5 - 12,5 < X < 87,5 + 12,5$$

$$75 < X < 100$$

$$\text{Kategori Tinggi} : X > \text{Mean} + 1SD$$

$$X > 87,5 + 12,5$$

$$X > 100$$

Tabel 4.6 Kategorisasi Stres Akademik

No	Kategori	Norma	Frekuensi	Presentasi
1	$X > 100$	Tinggi	0	0%
2	$75 < X < 100$	Sedang	27	39,1%
3	$X < 75$	Rendah	42	60,9%
TOTAL			69	100%

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi psikologi Islam yang sedang mengerjakan tugas akhir di UIN Antasari Banjarmasin terdistribusi ke dalam dua kategori yaitu:

- a. Persentase mahasiswa dalam kategori rendah sebesar 60,9% (42 orang).
- b. Persentase mahasiswa dalam kategori sedang sebesar 39,1% (27 orang).
- c. Persentase mahasiswa dalam kategori tinggi sebesar 0% (0 orang).

D. Hasil Analisis Deskriptif Aspek

Analisis deskriptif aspek bertujuan untuk melihat hasil kontribusi pada setiap aspek atau dimensi dari variabel x dan y. Rumus yang dapat digunakan untuk melakukan analisis deskriptif aspek adalah sebagai berikut:

$$\frac{\text{Jumlah total data aspek}}{\text{Jumlah total data variabel}} \times 100\%$$

1. Religiusitas (X)

- a. Intelektual : $\frac{225}{2551} \times 100\% = 8,8\%$
- b. Ideologi : $\frac{726}{2551} \times 100\% = 28,5\%$
- c. Praktik Publik: $\frac{470}{2551} \times 100\% = 18,4\%$
- d. Praktik Pribadi : $\frac{715}{2551} \times 100\% = 28\%$
- e. Pengalaman beragama : $\frac{415}{2551} \times 100\% = 16,3\%$

Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui bahwa dimensi ideologi terbukti memberikan kontribusi yang paling besar dalam variabel religiusitas dengan nilai mencapai 28,5%.

2. Stres Akademik (Y)

a. Psikologis : $\frac{2249}{4399} \times 100\% = 51,12\%$

b. Biologis : $\frac{1067}{4399} \times 100\% = 24,3\%$

c. Tingkah laku sosial : $\frac{1083}{4399} \times 100\% = 24,6\%$

Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui bahwa dimensi psikologis terbukti memberikan kontribusi yang paling besar dalam variabel stres akademik dengan nilai mencapai 51,12%.

E. Hasil Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Untuk menguji normalitas data, peneliti menggunakan uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov*. Data dianggap berdistribusi normal jika nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Tabel 4.7 Uji Normalitas

		Tests of Normality					
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Variabel	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Data	Religiusitas	,093	69	,200*	,960	69	,026
	stress akademik	,089	69	,200*	,958	69	,020

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil uji normalitas pada Tabel 4.7 menunjukkan nilai *Sig.* sebesar 0,200, melebihi ambang batas 0,05 ($p > 0,05$). Ini menunjukkan bahwa distribusi data dalam penelitian adalah normal. Dengan demikian, asumsi normalitas terpenuhi, dan model regresi yang digunakan dapat dianggap valid untuk menganalisis hubungan antara variabel-variabel terkait.

2. Uji Linearitas

Pengujian ini dimaksudkan untuk menilai apakah asumsi linearitas terpenuhi dalam hubungan antara dua variabel. Hasil uji ini dapat dievaluasi berdasarkan nilai signifikansi linearitas, dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Jika nilai signifikansi linearitas lebih dari 0,05 ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel adalah linear.
- b. Jika nilai signifikansi linearitas kurang dari atau sama dengan 0,05 ($p \leq 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel tidak linear.

Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stress Akademik * Religiusitas	Between Groups	(Combined)	7606,393	15	507,093	2,387	,010
		Linearity	2935,767	1	2935,767	13,820	,000
		Deviation from Linearity	4670,626	14	333,616	1,570	,119
	Within Groups	11258,940	53	212,433			
Total			18865,333	68			

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kedua variabel linear, dilihat dari nilai *Deviation from Linearity* sebesar $0,119 > 0,05$. Artinya terdapat hubungan yang linier secara signifikan antara variabel religiusitas dan stres akademik.

3. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk menguji skor *posttest* dan menentukan apakah ada ketidaksamaan varian dari residual dalam model regresi. Jika pola dan data tidak tersebar di atas atau di bawah angka nol pada sumbu Y, maka tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dan dianggap sebagai model regresi

yang baik.⁹

Tabel 4.9 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	20,822	9,307		2,237	,029
Religiusitas	-,228	,250	-,111	-,911	,366

a. Dependent Variable: ABS_RES

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa nilai signifikansi $0,366 > 0,05$. Artinya tidak terjadi masalah heteroskedastisitas dari data penelitian karena nilai signifikansi yang diperoleh $> 0,05$.

F. Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana untuk uji hipotesis. Syarat utama adalah bahwa data untuk setiap variabel perlu mengikuti distribusi normal dan memperlihatkan korelasi linier. Pengujian hipotesis bertujuan untuk memverifikasi keberadaan koneksi antara variabel religiusitas dengan stres akademik. Dalam analisis regresi linier sederhana, keputusan diambil berdasarkan tingkat signifikansi; bila tingkat signifikansi lebih rendah dari 0,05, maka hipotesis alternatif (H_a) dianggap valid. Namun, apabila tingkat signifikansi melebihi 0,05, maka H_a ditolak.

1. Uji Regresi Linear Sederhana

Setelah uji prasyarat selesai, pengujian data dilakukan dengan regresi linear sederhana. Jika nilai signifikansi lebih dari 0,05, berarti bahwa variabel

⁹Imam Ghozali. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 26*. (Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2021). H. 178.

independen (variabel X) tidak mempengaruhi variabel dependent (variabel Y), dan sebaliknya, berarti bahwa variabel independen (variabel X) mempengaruhi variabel dependent (variabel Y).¹⁰ Adapun model analisis regresi linear sederhana yaitu:

$$Y = a + bx$$

Hasil uji disajikan pada tabel 4.12

Tabel 4.10 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	119,236	16,205		7,358	,000
Religiusitas	-1,530	,435	-,394	-3,514	,001

a. Dependent Variable: Stress Akademik

Berdasarkan tabel 4.10, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$. Artinya hipotesis alternatif dianggap valid atau diterima. Hal ini sekaligus dapat menjawab hasil uji regresi linear sederhana, dimana diketahui nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$. Artinya variabel religiusitas mempengaruhi atau berkontribusi terhadap stres akademik.

Adapun persamaan regresi yang diperoleh yaitu $119,236 - 1,530X$. Nilai konstanta yang diperoleh sebesar 119,236 maka bisa diartikan bahwa jika variabel religiusitas bernilai 0, maka variabel stres akademik bernilai 119,236. Nilai koefisien regresi variabel religiusitas bernilai negatif sebesar -0,435, maka bisa diartikan bahwa jika variabel religiusitas meningkat maka variabel stres akademik akan menurun, begitu juga sebaliknya.

¹⁰Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif*. (Bandung: Alfabeta, 2018). H. 229.

G. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat religiusitas dan stres akademik serta untuk mengetahui apakah religiusitas berkontribusi terhadap stres akademik pada mahasiswa program studi psikologi Islam yang sedang mengerjakan tugas akhir di UIN Antasari Banjarmasin. Skala yang digunakan untuk mengukur religiusitas adalah skala yang dimodifikasi dari teori Huber & Huber sedangkan skala yang digunakan untuk mengukur stres akademik adalah modifikasi dari teori Sarafino dan Smith. Skala yang digunakan kemudian diuji coba untuk mengetahui validitas dan reliabilitas. Berdasarkan hasil uji coba kedua variabel menunjukkan bahwa instrumen variabel religiusitas dari 17 butir item terdapat 6 item yang gugur, sehingga 11 item yang digunakan sebagai alat ukur penelitian. Sedangkan instrumen variabel stres akademik terdiri dari 41 butir item terdapat 16 item yang gugur sehingga ada 25 item yang digunakan untuk alat ukur penelitian.

Stres Akademik merupakan ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di dunia perkuliahan dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri mahasiswa, 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.

Stres akademik adalah perasaan cemas, tertekan baik secara fisik maupun emosional, tegang dan khawatir yang dialami oleh mahasiswa karena ada tuntutan akademik dari guru/dosen maupun orangtua untuk memperoleh nilai yang baik,

menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan baik, dan tuntutan tugas pekerjaan rumah yang tidak jelas dan adanya lingkungan kelas yang kurang nyaman.¹¹

Selain itu faktor religiusitas turut serta berperan pada stres akademik, individu yang bersikap menggantungkan dan memasrahkan hidupnya pada Tuhan, cenderung mengalami stres akademik yang rendah. Keimanan seorang individu kepada Allah SWT. berpengaruh terhadap coping religius yang digunakan individu saat menghadapi masalah hidup yang dialami, seperti dijelaskan dalam ayat suci Al-Qur'an:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۗ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ ۙ

Artinya: Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. dan Sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu'.(QS.Al-Baqarah/2:45).

Berdasarkan ayat di atas dapat dipahami bahwa orang yang beriman menggunakan salat dan sabar sebagai coping religius dalam menghadapi masalah hidup.¹²

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.

Berdasarkan dari hasil analisis data yang dilakukan, diperoleh hasil yang menjawab dari rumusan masalah yaitu sebagai berikut:

¹¹Hantoro Adhi Mulya dan Endang Sri Indrawati, "Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang," *Jurnal Empati* 5, No. 2 (2017): 296–302.

¹²Vicky Rizki Amalia dan Fuad Nashori, "Hubungan Antara Religiusitas dan Efikasi Diri dengan Stres Akademik Mahasiswa Farmasi," *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity* 3, No. 1 (2021): 36–55.

1. Tingkat Religiusitas Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Untuk menjawab rumusan masalah pertama, tingkat religiusitas pada mahasiswa program studi psikologi Islam yang sedang mengerjakan tugas akhir di UIN Antasari Banjarmasin didapatkan hasil bahwa dari 69 mahasiswa yang mengisi kuesioner, terdapat 57 orang mahasiswa dalam kategori tinggi dengan persentase 82,6%, 12 orang mahasiswa dalam kategori sedang dengan persentase 17,4% dan 0 orang mahasiswa dalam kategori rendah dengan persentase 0%.

Hal ini sesuai dengan wawancara yang dilakukan peneliti kepada mahasiswa program studi psikologi Islam yang sedang mengerjakan tugas akhir untuk studi pendahuluan bahwa mereka seringkali menerapkan aspek-aspek religiusitas dalam hidup mereka seperti berzikir dan melakukan sholat sunnah. Selain itu juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan 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, berdoa, dan membaca Al-Qur'an, sehingga stres tidak berdampak signifikan. Religiusitas dalam diri seseorang dapat memberikan individu pengarahan atau bimbingan, dukungan, dan harapan, seperti halnya pada dukungan emosi.¹³

2. Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Untuk menjawab rumusan masalah kedua, tingkat stres akademik pada

¹³Nedra Meutia Fauziah, "Hubungan Religiusitas dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan," 2021.

mahasiswa program studi psikologi Islam didapatkan hasil bahwa dari 69 mahasiswa yang mengisi kuesioner, terdapat 0 orang mahasiswa dalam kategori tinggi dengan persentase 0%, 27 orang mahasiswa dalam kategori sedang dengan persentase 39,1% dan 42 orang mahasiswa dalam kategori rendah dengan persentase 60,9%.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat stres akademik pada mahasiswa program studi psikologi Islam yang sedang mengerjakan tugas akhir mayoritas tergolong kedalam kategori rendah. Ini menunjukkan bahwa mereka mampu mengelola stres yang mereka alami dibidang akademik dengan baik. Stres akademik diartikan sebagai respon peserta didik terhadap tuntutan yang berasal dari akademik, dan memposisikan tuntutan tersebut sebagai gangguan atau stressor.¹⁴

Hal ini membuktikan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stres mahasiswa adalah tingkat religiusitasnya. Sebagaimana telah diketahui bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang timbul dalam diri individu yang terdiri dari pola pikir, kepribadian, dan keyakinan. Sehingga dapat dikatakan bahwa seseorang yang memiliki keyakinan agama yang kuat akan memunculkan respon yang baik pula ketika mengalami masalah.¹⁵

¹⁴Barseli, M, Ifdil. & Nikmarijal, "Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*", 2017. 5, (3), 143-148.

¹⁵ Radisti, Mediska, Suyanti Suyanti, and Albadri Albadri. "Religiusitas dan konsep diri akademik dengan stres akademik mahasiswa santri." *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi* 2.2 (2023): 102-111.

3. Kontribusi Religiusitas Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam yang Sedang Mengerjakan Tugas Di UIN Antasari Banjarmasin

Kontribusi menurut kamus bahasa Indonesia adalah sumbangan atau pemberian. Jadi kontribusi adalah pemberian adil setiap kegiatan, peranan, masukan ide, dan lain sebagainya.¹⁶ Untuk menjawab rumusan masalah ketiga yaitu, untuk mengetahui apakah religiusitas berkontribusi terhadap stres akademik pada mahasiswa program studi psikologi Islam yang sedang mengerjakan tugas akhir didapatkan bahwa nilai signifikansi dari hasil uji regresi linear sederhana sebesar $0,001 < 0,05$. Artinya variabel religiusitas berpengaruh atau berkontribusi terhadap stres akademik.

Hal ini sesuai dengan pendapat Mosher dan Handal yang mengungkapkan bahwa tingkat stres pada seorang remaja berkorelasi dengan religiusitas dan penyesuaian diri.¹⁷ Religiusitas terlibat sebagai penyanggah stres kehidupan bagi mahasiswa. Hal ini mengungkapkan bahwa religiusitas dan spiritualitas merupakan bagian penting tahap perkembangan pada lembaga pendidikan perguruan tinggi.¹⁸

Mahasiswa diharapkan mampu meningkatkan nilai religiusitas dalam dirinya agar dapat menunjang proses akademiknya, sehingga dapat menekan dampak stres akademik yang dialami. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Amalia dan Nashori pada 250 mahasiswa aktif jurusan farmasi yang menunjukkan bahwa tingkat religiusitas memiliki

¹⁶ <https://kbbi.web.id/kontribusi>, diakses pada 25 Juli 2024.

¹⁷Utami, M, S, "Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif," *Jurnal Psikologi*, 1, 39 (2012): 46–66.

¹⁸Bonar Hutapea, "Stres Kehidupan, Religiusitas, dan Penyesuaian Diri Warga Indonesia Sebagai Mahasiswa Internasional," *Makara Hubs-Asia*, 1, 18 (2014): 25–40.

hubungan negatif dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa farmasi. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat religiusitas yang baik akan mengalami tingkat stres akademik yang jauh lebih kecil dibanding dengan yang mempunyai tingkat religiusitas yang rendah. Religiusitas sangat penting dalam membentuk keyakinan dalam diri, karena dengan adanya keyakinan dalam dirinya, mahasiswa akan merasa mampu dalam menangani kesulitan yang dialaminya.¹⁹

H. Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan dengan mengacu pada standar ilmiah yang relevan, namun terdapat beberapa kendala dan keterbatasan yang dihadapi. Semoga dapat menjadi pemikiran yang berguna untuk penelitian selanjutnya sehingga dapat diperoleh hasil yang lebih baik. Beberapa keterbatasan yang dimaksud meliputi:

1. Tantangan dalam pengumpulan data muncul karena adanya keterbatasan waktu penelitian dan mengumpulkan responden sesuai jumlah yang telah dihitung. Kuesioner disebarakan melalui *Google Form* setelah komunikasi singkat, dan peneliti menyediakan nomor telepon untuk pertanyaan atau kesulitan selama pengisian.
2. Jumlah responden yang hanya 69 orang, tentunya masih kurang untuk menggambarkan keadaan yang sebenarnya.

¹⁹ Radisti, Mediska, Suyanti Suyanti, and Albadri Albadri. "Religiusitas dan konsep diri akademik dengan stres akademik mahasiswa santri." *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi* 2.2 (2023): 102-111.

3. Keterbatasan referensi dari perspektif Islam terkait dengan religiusitas dan stres akademik, sehingga masih kurang membahas tentang perspektif Islam.