

ABSTRAK

Muhammad Burhani. 180103040337. *Kontribusi Mahabbah terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin*, Pembimbing Mahdia Fadhila, M. Psi, Psikolog, pada Program Studi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. 2023

Kata kunci: *Mahabbah*; Stres Akademik; Mahasiswa

Setiap orang memiliki masalah, jika tidak siap menghadapinya maka akan timbul stres sebagai wujud ketidaksiapan akan hal yang menimpanya itu. Dalam dunia perguruan tinggi, mahasiswa tidak hanya dituntut untuk memperoleh ilmu dari perkuliahannya, tapi juga timbal balik berupa nilai yang memuaskan agar memudahkan langkah berikutnya dalam studinya. Karena tekanan berbagai persoalan di perguruan tinggi, tak jarang mahasiswa mengalami stres akademik. Dalam Islam sendiri, stres disebut muncul karena jauhnya hamba dari Allah ﷻ yang mengakibatkan hubungannya dengan Sang Pencipta merenggang, sehingga ia merasa berat dalam hidupnya serta membuatnya merasa tidak ada lagi jalan keluar dari masalah yang dihadapinya. Hal ini perlu penanganan yakni dengan cara meningkatkan *mahabbah* atau kecintaan kepada Allah ﷻ agar merasakan kedekatan dengan Tuhan yang menciptakan dan menentukan takdirnya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi *mahabbah* terhadap stres akademik pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan analisis model regresi linear sederhana. Populasi penelitian yaitu 10.857 mahasiswa aktif S1 UIN Antasari Banjarmasin dengan banyak sampel 340 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *probability sampling* dan analisis data menggunakan *IBM SPSS Statistics 25*.

Hasil penelitian yang diperoleh yaitu: 1) Tingkat *mahabbah* pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yaitu sebanyak 62% atau 255 mahasiswa memiliki tingkat *mahabbah* sedang, dan 38% atau 155 mahasiswa memiliki tingkat *mahabbah* tinggi. 2) Tingkat stres akademik pada mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yaitu sebanyak 4% atau 16 mahasiswa memiliki tingkat stres akademik ringan, 86% atau 353 mahasiswa memiliki tingkat stres akademik sedang, dan 10% atau 41 mahasiswa memiliki tingkat stres akademik berat. 3) Terdapat kontribusi signifikan dari *mahabbah* terhadap stres akademik mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yang mana dari hasil uji regresi linear sederhana didapatkan nilai signifikansi 0,000 ($0,000 < 0,05$) dengan sumbangan koefisien determinasi sebesar 0,163 yang menjelaskan kontribusi *mahabbah* terhadap stres akademik sebesar 16,3%.