

ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Pengaruh Self-Esteem dan Religiusitas terhadap Stres Akademik pada Siswa di MA Al-Manar Nganjuk” ini ditulis oleh Arisma Rohmatul ‘Aisyah, dengan NIM.1860308222125, dengan pembimbing bapak Dr.Zun Azizul Hakim, M.Psi., Psikolog

Kata Kunci: Self-Esteem, Religiusitas, Stres Akademik, Siswa

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya fenomena stres akademik yang dialami siswa sekolah menengah, khususnya pada siswa MA yang tidak hanya menghadapi tuntutan akademik umum, tetapi juga tuntutan pembelajaran keagamaan. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada siswa MA Al-Manar Nganjuk menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori stres akademik tinggi. Kondisi tersebut ditandai dengan munculnya berbagai tekanan akademik seperti banyaknya tugas, kekhawatiran terhadap nilai, tuntutan untuk berprestasi, serta berbagai reaksi psikologis seperti kesulitan berkonsentrasi, mudah marah, kehilangan motivasi belajar, dan perasaan frustrasi. Dalam menghadapi berbagai tuntutan tersebut, self-esteem dan religiusitas dipandang sebagai faktor psikologis yang dapat membantu siswa mengelola stres akademik secara lebih adaptif.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh self-esteem dan religiusitas terhadap stres akademik pada siswa di MA Al-Manar Nganjuk. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 155 siswa kelas X dan XI. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala self-esteem berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Coopersmith, skala religiusitas *The Centrality of Religiosity Scale* (CRS) yang telah diterjemahkan, serta skala stres akademik *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA) yang telah diterjemahkan. Data diperoleh melalui kuesioner, dan dianalisis menggunakan uji asumsi klasik dan uji regresi linear berganda dengan SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-esteem berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres akademik dengan nilai signifikansi 0,005 ($< 0,05$). Sementara itu religiusitas tidak berpengaruh signifikan terhadap stres akademik dengan nilai signifikansi 0,276 ($> 0,05$). Self-esteem dan religiusitas secara simultan berpengaruh signifikan terhadap stres akademik pada siswa MA Al-Manar Nganjuk dengan nilai signifikansi 0,018 ($< 0,05$). Temuan penelitian menunjukkan bahwa self-esteem merupakan faktor yang lebih dominan dalam memprediksi stres akademik dibandingkan religiusitas.

ABSTRACT

The Thesis entitled “The Influence of Self-Esteem and Religiosity on Academic Stress among Students at MA Al-Manar Nganjuk” was written by Arisma Rohmatul ‘Aisyah, Student Identification Number (NIM) 1860308222125, under the supervision of Dr.Zun Azizul Hakim, M.Psi., Psychologist.

Keywords: Self-Esteem, Religiosity, Academic Stress, Students

This study was motivated by the high prevalence of academic stress among high school students, particularly students in Islamic senior high schools (Madrasah Aliyah), who face not only general academic demands but also religious learning requirements. Preliminary findings conducted at MA Al-Manar Nganjuk indicated that most students experienced high levels of academic stress. This condition was characterized by various academic pressures, including excessive assignments, concerns about academic performance, demands for achievement, and psychological reactions such as difficulty concentrating, irritability, loss of learning motivation, and feelings of frustration. In dealing with these demands, self-esteem and religiosity are considered psychological factors that may help students manage academic stress more adaptively.

The purpose of this study was to determine the influence of self-esteem and religiosity on academic stress among students at MA Al-Manar Nganjuk. This research employed a quantitative correlational approach involving 155 students from grades X and XI as research participants. Data were collected using a self-esteem scale based on the aspects proposed by Coopersmith, the translated version of The Centrality of Religiosity Scale (CRS), and the Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA), which had been translated into Indonesian. Data were obtained through questionnaires and analyzed using classical assumption tests and multiple linear regression analysis with the assistance of SPSS software.

The results revealed that self-esteem had a negative and significant effect on academic stress, with a significance value of 0.005 ($p < 0.05$). In contrast, religiosity did not have a significant effect on academic stress, with a significance value of 0.276 ($p > 0.05$). Simultaneously, self-esteem and religiosity had a significant effect on academic stress among students at MA Al-Manar Nganjuk, with a significance value of 0.018 ($p < 0.05$). The findings indicate that self-esteem is a more dominant factor in predicting academic stress compared to religiosity.

الملخص

الأطروحة المعنونة بـ "تأثير تقدير الذات والتدين على الضغط الدراسي لدى طلاب مدرسة المعهد العالي الإسلامي المنار نغانجوك" كتبها أريسا روحمة العائشة، رقم هوية الطالبة ٢٥٨٢٢١٢٥٣٠٨٦٠، تحت إشراف الدكتور زون عزيز الحكيم، ماجستير في علم النفس، أخصائي نفسي.

تقدير الذات، التدين، الضغوط الأكاديمية، الطلاب :الكلمات المفتاحية

جاءت هذه الدراسة استجابة لارتفاع ظاهرة الضغوط الأكاديمية التي يعاني منها طلاب المرحلة الثانوية، الذين يواجهون متطلبات أكاديمية (المدرسة العالية الإسلامية) ولا سيما طلاب المدارس الثانوية الإسلامية عامة إلى جانب متطلبات تعليمية دينية. وقد أظهرت نتائج الدراسة الاستطلاعية التي أجريت في المدرسة الثانوية الإسلامية المنار نغانجوك أن معظم الطلاب يقعون ضمن فئة الضغوط الأكاديمية المرتفعة. وتتجلى هذه الحالة في العديد من الضغوط الدراسية، مثل كثرة الواجبات، والقلق بشأن الدرجات، ومتطلبات التفوق الأكاديمي، بالإضافة إلى ظهور استجابات نفسية متنوعة كصعوبة التركيز، وسرعة الغضب، وفقدان الدافعية للتعلم، والشعور بالإحباط. وفي مواجهة هذه المتطلبات، يُنظر إلى تقدير الذات والتدين بوصفهما عاملين نفسيين يمكن أن يساعد الطلاب على التكيف مع الضغوط الأكاديمية وإدارتها بصورة أكثر فاعلية.

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير تقدير الذات والتدين على الضغوط الأكاديمية لدى طلاب المدرسة الثانوية الإسلامية المنار نغانجوك. واعتمدت الدراسة المنهج الكمي الارتباطي، وبلغ عدد أفراد العينة 155 طالباً من الصفين العاشر والحادي عشر. وتم جمع البيانات باستخدام مقياس تقدير الذات المستند إلى أبعاد بعد ترجمته، بالإضافة إلى مقياس الضغوط الأكاديمية للمراهقين كوبرسميث، ومقياس مركزية التدين المترجم إلى اللغة الإندونيسية. وقد جُمعت البيانات من خلال الاستبيانات، ثم خُللت باستخدام اختبارات الفروض الإحصائية وتحليل الانحدار الخطي المتعدد بمساعدة برنامج

وأظهرت نتائج الدراسة أن تقدير الذات يؤثر تأثيراً سلبياً ودالاً إحصائياً على الضغوط الأكاديمية، حيث في المقابل، لم يظهر التدين تأثيراً دالاً إحصائياً على ($p < 0.05$) بلغت قيمة الدلالة الإحصائية 0.005. كما أظهرت النتائج أن تقدير الذات والتدين ($p > 0.05$) الضغوط الأكاديمية، إذ بلغت قيمة الدلالة 0.276 معاً يؤثران تأثيراً دالاً إحصائياً على الضغوط الأكاديمية لدى طلاب المدرسة الثانوية الإسلامية المنار وتشير النتائج إلى أن تقدير الذات يُعد عاملاً أكثر تأثيراً ($p < 0.05$) نغانجوك، بقيمة دلالة بلغت 0.018 في التنبؤ بالضغوط الأكاديمية مقارنةً بالتدين.