

## HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA SISWA MADRASAH ALIYAH NEGERI

**Fitri Ukhtia, Iredho Fani Reza, Zaharuddin**

**tyasghari@yahoo.co.id, iredhofanireza@gmail.com, edo\_aufa@yahoo.co.id**

**Program Studi Psikologi Islam UIN Raden Fatah Palembang**

### ABSTRACT

*Students often experience anxiety at the moment are in academic situations. This study examined the correlation between religiosity and academic anxiety in students MAN in one of the cities of Palembang. The independent variables in this study are religiosity, while the dependent variable is the academic anxiety. The hypothesis put forward is no relationship between religiosity and academic anxiety in students. The sampling technique in this study using a random cluster sampling technique which produces 319 students as respondents. Data collection methods used in this study a scale of religiosity that is made by researchers using the dimensions of religiosity based on the opinions Jamaluddin Ancok and Fuad Nashori Suroso consisting of five dimensions. Then the anxiety scale made by the academic researchers used a Hamilton anxiety symptoms based on the opinion that consists of 14 symptoms. Data analysis methods used to test the hypothesis of this research is simple regression analysis that generates a correlation coefficient of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), which showed a negative correlation between religiosity and academic anxiety in students. The results of the donations given to anxiety academic religiosity of 16.8% and the rest influenced by other factors not disclosed in this study.*

**Keywords:** *Religiosity, academic anxiety*

### ABSTRAK

Siswa sering mengalami kecemasan pada saat berada pada situasi akademik. Penelitian ini menguji korelasi antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa MAN di salah satu kota Palembang. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah religiusitas, sedangkan variabel terikat adalah kecemasan akademik. Adapun hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan antara religiusitas dan kecemasan akademik pada siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling* yang menghasilkan 319 siswa sebagai responden penelitian. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala religiusitas yang dibuat sendiri oleh peneliti menggunakan dimensi religiusitas berdasarkan pendapat Djamaluddin Ancok dan Fuad Nashori Suroso yang terdiri dari 5 dimensi. Kemudian skala kecemasan akademik dibuat sendiri oleh peneliti menggunakan gejala kecemasan berdasarkan pendapat Hamilton yang terdiri dari 14 gejala. Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah analisis regresi sederhana yang menghasilkan koefisien korelasi sebesar  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan ada hubungan negatif antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa. Adapun hasil sumbangan yang diberikan religiusitas terhadap kecemasan akademik sebesar 16,8 % dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

**Kata Kunci:** *Religiusitas, Kecemasan Akademik*

## Pendahuluan

Menjadi seorang siswa memiliki banyak kewajiban akademik. Kewajiban akademik yang harus dikerjakan siswa cenderung membuat siswa merasakan kecemasan. Menurut Ormrod (2008) bahwa banyak siswa menjadi cemas menjelang ujian yang dirasa akan sulit, dan sebagian mereka merasa gugup ketika mereka harus mempresentasikan pidato yang telah dipersiapkan di depan teman-teman sekelas mereka. Perasaan kecemasan yang bersifat sementara ini merupakan contoh dari kecemasan kondisi (*state anxiety*). Sedangkan siswa yang menunjukkan suatu pola merespon dengan kecemasan bahkan dalam situasi yang tidak mengancam mengalami apa yang disebut kecemasan sifat (*trait anxiety*).

Sigmund Freud menjelaskan bahwa kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam (dalam Jess Feist dan Gregory J. Feist, 2010). Sejumlah kecil kecemasan sering meningkatkan performa, ini dikenal sebagai kecemasan yang membantu (*facilitating anxiety*), sebaliknya banyak kecemasan biasanya menghambat performa yang efektif ini, yang sering dikenal dengan kecemasan yang merugikan (*debilitating anxiety*). Kecemasan yang berlebihan membuat konsentrasi dan perhatian siswa terhadap tugas yang diberikan terganggu (dalam Jeanne Ellis Ormrod, 2008). Adapun dalam penelitian ini yang dibahas yakni kecemasan siswa terhadap situasi akademik. Responden penelitian ini ialah siswa tingkat Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di salah satu MAN di kota Palembang, yang memiliki usia berkisar 15-18 tahun yang dalam tahap perkembangannya termasuk dalam kategori remaja.

Untuk mengetahui sejauh mana tingkat kecemasan seseorang apakah ringan, sedang,

atau berat orang menggunakan alat ukur (instrumen) yang dikenal dengan nama *Hamilton Rating scale for Anxiety (HRS-A)*. Alat ukur ini terdiri dari 14 kelompok gejala yang masing-masing kelompok dirinci lagi dengan gejala-gejala yang lebih spesifik antara lain perasaan cemas (ansietas), ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, gangguan depresi (murung), gejala somatik/fisik (otot), gejala somatik/fisik (sensorik), gejala *kardiovaskuler* (jantung dan pembuluh darah), gejala respirator (pernapasan), gejala *gastrointestinal* (pencernaan), gejala *urogenital* (perkemihan dan kelamin), gejala autonom, dan tingkah laku sikap pada wawancara (dalam Dadang Hawari, 2001).

Dampak kecemasan yang berlebihan membuat konsentrasi dan perhatian siswa terhadap tugas yang diberikan menjadi terganggu. Tugas-tugas yang sangat mudah atau tugas-tugas yang dapat dilakukan siswa nyaris tanpa berpikir biasanya dipermudah (*facilitated*) oleh tingkat kecemasan yang tinggi. Namun tugas-tugas yang lebih sulit atau tugas-tugas yang membutuhkan banyak pemikiran dan usaha mental paling baik dikerjakan hanya dengan tingkat kecemasan yang sangat tinggi, dalam situasi sulit dapat mengganggu beberapa aspek kognisi yang penting bagi kesuksesan pembelajaran dan performa, antara lain: Memperhatikan apa yang perlu dipelajari; memproses informasi secara efektif; memanggil kembali (*retrieve*) informasi dan menunjukkan keterampilan yang sebelumnya pernah dipelajari (dalam Jeanne Ellis Ormrod, 2008).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan peneliti, bahwa terdapat fenomena pada siswa MAN salah satu kota di Palembang yang memiliki kecenderungan rentan terhadap kecemasan dalam hal situasi akademik. Sejalan dengan pendapat Surtress, golongan remaja rentan terhadap kecemasan akibat pelbagai pengaruh dari dalam maupun

luar diri remaja (dalam Audi Pirade, Theresia Kaunang dan Anita Dundu, diakses pada 6 Januari 2016, pukul 14.02 Wib).

Hasil wawancara yang dilakukan di dengan 3 orang siswa kelas XI, peneliti mendapatkan informasi bahwa mereka merasakan kecemasan saat berada di kelas, terutama akan mempresentasikan suatu pelajaran di depan kelas. Para siswa juga merasa gugup saat guru akan menunjuk siapa yang akan menjawab pertanyaan yang diajukan. Para siswa tersebut menyatakan bahwa hampir seluruh teman sekelasnya terlihat merasa cemas saat tampil di depan kelas, saat berdiskusi, maupun akan menghadapi ujian. Hal ini terlihat dari simtom-simtom kecemasan yang dialami, seperti gemetar, kurang konsentrasi dengan apa yang dikatakan, rasa sakit perut, dan gejala-gejala lainnya (Wawancara dilaksanakan pada tanggal 22 Desember 2015, pukul 12.30-13.30 Wib).

Lebih lanjut, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, maka peneliti melakukan studi pendahuluan lanjutan untuk melihat gambaran awal tentang kecemasan akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri salah satu di kota Palembang yakni peneliti melakukan penyebaran angket kecemasan akademik. Berdasarkan hasil studi pendahuluan menggunakan angket kecemasan akademik yang diberikan kepada 246 siswa di 7 kelas yang dipilih secara acak di dapatkan deskripsi, bahwa terdapat siswa yang berada pada tingkatan kecemasan akademik rendah sebanyak 43 siswa atau sebesar 17%. Selanjutnya pada tingkatan kecemasan akademik sedang sebanyak 164 siswa atau sebesar 67%. Kemudian pada tingkatan kecemasan akademik tinggi sebanyak 39 siswa atau sebesar 16%. Dari hasil pengukuran angket studi pendahuluan ditemukan fenomena, bahwa siswa Madrasah Aliyah Negeri salah satu di kota Palembang memiliki kecenderungan potensi kecemasan akademik. Hal ini terlihat dari deskripsi tingkat

kecemasan akademik, bahwa tingkat tinggi dan rendah cenderung memiliki rentang yang tidak terlalu jauh.

Berdasarkan penjelasan mengenai fenomena kecemasan akademik yang ada, diperlukan cara mengatasi kecemasan akademik pada siswa. Salah satu cara mengatasi kecemasan adalah melalui keberagaman atau religiusitas. Sebagaimana hasil penelitian oleh Maisyaroh dan Falah (2011) bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kecemasan dalam artian, makin tinggi religiusitas maka makin rendah kecemasan.

Selanjutnya Menurut Muchtar, religiusitas merupakan penyikapan atau pemahaman para penganut agama terhadap doktrin, kepercayaan, ajaran tuhan, yang tentu saja doktrin bersifat relatif, dan sudah pasti kebenarannya pun menjadi relative. Lebih lanjut menurut Djameluddin Ancok dan Fuad Nashori Suroso dimensi religiusitas terbagi menjadi 5 bagian yaitu dimensi akidah, syariah, akhlak, pengetahuan agama, dan dimensi penghayatan (Dalam Iredho Fani Reza, 2015).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan 3 orang siswa kelas XI, para siswa juga memiliki religiusitas yang cukup dan dipraktekkan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat dilihat dari praktek ibadah yang mereka lakukan seperti shalat Dhuha dan membaca Al-Qur'an yang rutin di sekolah. Selain itu, siswa juga melaksanakan shalat wajib dan membaca Al-Qur'an di rumah mereka tanpa suruhan dari orang tua, melainkan kesadaran dan pengaplikasian pelajaran agama islam di sekolah. Selain itu siswa juga mendapatkan pelajaran agama islam hampir setiap hari dengan berbagai macam mata pelajaran (Wawancara dilaksanakan pada tanggal 22 Desember 2015, pukul 12.30-13.30 Wib).

Peneliti juga melakukan observasi secara singkat pada siswa, terlihat para siswa mengerjakan sholat dhuha di Mushola dan banyak pula siswa yang membaca Al-Qur'an sendiri-sendiri di kelas mereka saat jam kosong

dan jam istirahat (Observasi dilaksanakan pada 22 April 2016, pukul 09.00 –10.00 Wib). Dari serangkaian studi pendahuluan yang dilaksanakan peneliti, terlihat kesenjangan bahwa siswa yang berada pada ruang lingkup religius akan tetapi juga memiliki kecenderungan potensi kecemasan akademik. Melihat fenomena yang terjadi dari hasil pengamatan dan pendapat para ahli, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai adakah hubungan antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri di Salah satu kota Palembang.

### Metode Penelitian

Jenis penelitian yang dipakai pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Saifuddin Azwar (2011) penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistikal. Pada dasarnya pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metodologi kuantitatif akan diperoleh signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. Pada umumnya penelitian kuantitatif merupakan penelitian sampel besar.

Adapun rancangan penelitian kuantitatif yang digunakan adalah rancangan kuantitatif korelasional. Azwar (2011) menyatakan penelitian model korelasional bertujuan menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Dengan penelitian korelasional pengukuran terhadap variabel-variabel tersebut dapat dilakukan serentak dalam kondisi yang realistik.

Identifikasi variabel penelitian merupakan langkah penetapan variabel-variabel utama dalam penelitian dan penentuan fungsi masing-masing. Berdasarkan fenomena

yang ada dan pelbagai pendapat ahli, peneliti mengidentifikasi variabel-variabel yang ada dalam penelitian, diantaranya:

Variabel X (Variabel Bebas): Religiusitas

Religiusitas yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu sistem nilai, keyakinan, keberagamaan praktek perilaku tertentu, serta kewajiban-kewajiban yang harus dipatuhi yang bertujuan mendekatkan seseorang dengan tuhan, sesama manusia dan lingkungannya. Untuk mengukur religiusitas dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala berdasarkan dimensi religiusitas menurut pendapat Djameluddin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, adapun dimensi religiusitas terbagi menjadi 5 dimensi yaitu akidah, syariah, akhlak, pengetahuan agama, dan dimensi penghayatan (dalam Iredho Fani Reza, 2015).

Variabel Y (Variabel Terikat): Kecemasan Akademik  
Kecemasan Akademik yang dimaksud dalam penelitian ini adalah efek negatif berupa rangsangan fisiologis, ketakutan, ketidaknyamanan, ancaman terhadap eksistensi diri, dan perasaan tidak menyenangkan yang dirasakan siswa dalam situasi akademik yaitu saat siswa menerima pelajaran dari guru, diskusi di dalam kelas, mengerjakan tugas dan pekerjaan rumah, mempersiapkan ujian di rumah, maupun ulangan atau ujian kelas. Untuk mengukur kecemasan akademik dalam penelitian ini, peneliti membuat sendiri alat ukur berdasarkan gejala kecemasan menurut pendapat Hamilton, antara lain: perasaan cemas (ansietas), ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, gangguan depresi (murung), gejala somatik/fisik (otot), gejala somatik/fisik (sensorik), gejala *kardiovaskuler* (jantung dan pembuluh darah), gejala respirator (pernapasan), gejala *gastrointestinal* (pencernaan), gejala *urogenital* (perkemihan dan kelamin), gejala autonom, dan tingkah laku sikap pada wawancara. Alat ukur ini disebut dengan *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)* (dalam Dadang Hawari, 2001).

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Madrasah Aliyah Negeri di salah satu kota Palembang dengan jumlah keseluruhan siswa sebanyak 872 siswa yang terdiri dari rombongan belajar kelas X sebanyak 8 kelas, rombongan belajar kelas XI sebanyak 6 kelas dan rombongan belajar kelas XII sebanyak 8 kelas orang yang masih tercatat aktif sebagai siswa MAN 2 Palembang. Adapun karakteristik yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Siswa yang masih aktif tercatat di Sekolah Madrasah Aliyah Negeri di salah satu kota Palembang Tahun Pelajaran 2015-2016.
2. Siswa yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.
3. Siswa yang bersedia menjadi responden penelitian.
4. Siswa yang sehat secara fisik dan psikis saat pelaksanaan penelitian.

Dalam penelitian ini, peneliti tidak mengambil semua individu yang ada di populasi penelitian, melainkan hanya mengambil bagian dari populasi yang telah ditetapkan atau disebut dengan sampel. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti bisa menggunakan sampel yang ada pada populasi itu (Sugiyono, 2015).

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan cara kluster (*cluster random sampling*). Dalam *cluster sample* satuan-satuan sampel tidak terdiri dari individu-individu melainkan dari kelompok-kelompok individu atau kluster. Sampling ini dipandang lebih ekonomis karena observasi yang dilakukan terhadap kluster atau grup sampel lebih mudah dan lebih murah dari pada observasi-observasi terhadap sejumlah individu yang sama tetapi dengan tempat yang terpecah (Sutrisno Hadi, 2004).

Keuntungan yang jelas dari random sampling, bila dibandingkan dengan cara random sederhana maupun random strata, adalah dari segi efisiensi kerja yang menyangkut waktu dan biaya. Apabila mengingat bahwa dalam pengambilan sampel cara kluster, membuat daftar-daftar kluster yang lengkap adalah jauh lebih mudah dari pada membuat daftar individu dalam seluruh sampel (Saifuddin Azwar, 2011). Dalam penelitian ini metode pengumpulan datanya terbagi menjadi dua yaitu metode primer dan sekunder. Adapun metode primer dalam penelitian ini adalah metode skala, sedangkan metode sekunder dalam penelitian ini adalah metode wawancara, observasi dan dokumentasi.

Metode analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode analisis regresi, variabel yang mempengaruhi disebut *independent variable* (variabel bebas) dan variabel yang dipengaruhi disebut *dependent variable* (variabel terikat). Jika dalam persamaan regresi hanya terdapat satu variabel bebas dan satu variabel terikat, maka disebut sebagai persamaan regresi sederhana, sedangkan jika variabel bebasnya lebih dari satu, maka disebut sebagai persamaan regresi berganda (Juliansyah Noor, 2014). Dalam penelitian uji hipotesis menggunakan metode analisis regresi sederhana dengan bantuan SPSS *version 20 for Windows*. Untuk melihat hubungan antara kedua variabel berdasarkan pendapat Triton Prawira Budi (2006) menyatakan bahwa probabilitas atau  $P < 0,05$  memiliki arti bahwa koefisien regresi signifikan. Kegunaan  $p$  dan uji  $t$  adalah sama, yaitu sebagai dasar pengambilan keputusan signifikan tidaknya koefisien regresi.

## Hasil Dan Pembahasan

### 1. Kategorisasi Variabel Responden Penelitian

Dalam menentukan penggolongan jenjang tingkat kecemasan akademik dan

religiusitas pada responden, menurut Saifuddin Azwar (2011) tujuan kategorisasi jenjang (ordinal) adalah menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Banyaknya jenjang kategori yang dibuat biasanya tidak lebih dari 5, tapi tidak kurang dari 3.

Dalam penelitian ini peneliti menyusun masing-masing kategorisasi dari kedua variabel penelitian dengan jumlah 3 kategorisasi dalam menentukan norma kategorisasi setiap variabel, peneliti menggunakan penentuan norma berdasarkan norma empirik.

#### a. Kategorisasi Tingkat Kecemasan Akademik

Berdasarkan hasil perhitungan skor kategori maka secara terperinci pembagian jenjang kategorisasi tingkat kecemasan akademik dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1.**

**Kategorisasi Tingkat Kecemasan Akademik**

Skor	Kategori	N	Persentase
$x > 151$	Tinggi	37	12 %
$115 < x \leq 151$	Sedang	234	73%
$x < 115$	Rendah	48	15%
<b>Total</b>		<b>319</b>	<b>100</b>

Tabel di atas menjelaskan kategori skor tinggi yaitu sebanyak 37 orang atau 12%. Kategori skor sedang yaitu sebanyak 234 orang atau 73%. Sedangkan kategori skor rendah yaitu sebanyak 48 orang atau 15%. Tingkat kecemasan akademik yang dialami sebagian besar siswa ialah pada kategori sedang yakni sebanyak 234 siswa atau 73%.

#### b. Kategorisasi Tingkat Religiusitas

Berdasarkan hasil perhitungan skor kategori maka secara terperinci pembagian jenjang kategorisasi tingkat religiusitas dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2.**

**Kategorisasi Tingkat Religiusitas**

Skor	Kategori	N	Persentase
$x > 231$	Tinggi	41	13 %
$193 < x \leq 231$	Sedang	237	74%
$x < 193$	Rendah	41	13%
<b>Total</b>		<b>319</b>	<b>100</b>

Tabel kategorisasi skala religiusitas di atas menjelaskan bahwa kategori skor tinggi yaitu sebanyak 41 orang atau 13 %. Kategori skor sedang sebanyak 237 orang atau 74 %. Sedangkan skor rendah yaitu kecil sebanyak 41 orang atau 13%. Tingkat religiusitas yang dialami sebagian besar siswa ialah pada kategori sedang yakni sebanyak 237 siswa atau 74%.

Berdasarkan kedua tabel kategorisasi skor tersebut dapat dilihat bahwa jumlah responden yang memiliki kecemasan akademik tinggi tidak jauh berbeda dengan responden yang memiliki kecemasan akademik rendah. Sedangkan untuk jumlah responden yang memiliki religiusitas tinggi sama besarnya dengan jumlah responden yang memiliki religiusitas rendah.

## 2. Uji Asumsi (Prasyarat)

Uji normalitas dan uji linieritas merupakan syarat sebelum melakukan uji analisis regresi sederhana dengan maksud agar kesimpulan yang ditarik tidak menyimpang dari kebenaran yang seharusnya ditarik.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diambil berdasarkan populasi berdistribusi normal atau tidak (Juliansyah Noor, 2014). Adapun teknik yang digunakan dalam uji normalitas data dengan menggunakan teknik Kolmogorov

Smirnov. Prasyarat data disebut normal jika probabilitas atau  $p > 0,05$  pada uji normalitas teknik Kolmogorov Smirnov (Triton Prawira Budi, 2006). Hasil uji normalitas terhadap variabel kecemasan akademik dan religiusitas dapat dilihat pada table 3.

**Tabel 3. Deskripsi Hasil Uji Normalitas**

Variabel	K-SZ	Sig	Keterangan
Religiusitas	0,677	0,750	Normal
Kecemasan Akademik	0,722	0,674	Normal

Berdasarkan tabel deskripsi hasil uji normalitas di atas dapat dijelaskan bahwa:

- 1) Hasil uji normalitas terhadap variabel kecemasan akademik memiliki nilai signifikansi sebesar 0,674. Berdasarkan data tersebut  $p = 0,674 > 0,05$ , sehingga dapat dikatakan bahwa data variabel kecemasan akademik berdistribusi normal.
- 2) Hasil uji normalitas terhadap variabel religiusitas memiliki nilai signifikansi sebesar 0,750. Berdasarkan data tersebut dapat dikatakan bahwa  $p = 0,750 > 0,05$  sehingga dapat dinyatakan bahwa data variabel religiusitas berdistribusi normal.

#### b. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan suatu upaya untuk memenuhi salah satu asumsi analisis regresi linearitas yang mensyaratkan adanya hubungan variabel bebas dan variabel terikat yang saling membentuk kurva linear. Kurva linear dapat terbentuk apabila setiap kenaikan skor variabel bebas diikuti oleh kenaikan skor variabel terikat (Triton Prawira Budi, 2006).

Uji linieritas dilakukan pada kedua variabel penelitian. Linier tidaknya korelasi disimpulkan dari peluang ralat  $p$  'beda'-nya. Beda itu sendiri sebenarnya menguji signifikansi perbedaan antara korelasi linier dengan korelasi kuadratik, yaitu beda  $R^2$  dari regresi kedua dengan  $R^2$  dari regresi pertama. Jika  $p$ -beda  $< 0,05$  maka beda dinyatakan

signifikan, sedangkan jika  $p$ -beda  $> 0,05$  maka perbedaan antara kedua  $R^2$  itu dinyatakan nirsignifikan (Sutrisno Hadi, 2000).

Jika  $p < 0,05$  maka hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) dinyatakan linier, dan sebaliknya jika  $p > 0,05$  maka hubungan antara variabel (X) dan variabel (Y) dinyatakan tidak linier. Berikut ini hasil uji linieritas antara variabel kecemasan akademik dengan religiusitas dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4. Deskripsi Hasil Uji Linieritas**

Model Summary		Keterangan
F	Sig.	Linier
63,939	0,000	

Berdasarkan hasil uji linieritas dengan menggunakan *curva estimation* antara kecemasan akademik dengan religiusitas didapatkan nilai signifikansi sebesar  $p = 0,000$ , nilai  $p < 0,05$ . Pengujian yang dilakukan antara variabel kecemasan akademik dan variabel religiusitas dinyatakan linier.

### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk melihat ada tidaknya hubungan antara variabel Y (variabel kecemasan akademik) dengan X (variabel religiusitas) tersebut dan seberapa besar sumbangsih antara kedua variabel tersebut. Perhitungan statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana dengan bantuan program SPSS *version 20 for windows*. Menurut Triton Prawira Budi (2006), probabilitas atau  $P < 0,05$  memiliki arti bahwa koefisien regresi signifikan. Hasil uji hipotesis antara kedua variabel tersebut dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 5. Deskripsi Hasil Uji Hipotesis**

Variabel	r	R Square	Sig (p)	Ket
Religiusitas → Kecemasan Akademik	0,410	0,168	0,000	Signifikan

Berdasarkan hasil analisis dari tabel di atas diketahui bahwa besarnya koefisien korelasi antara variabel religiusitas dengan kecemasan akademik, signifikansi hubungan kedua variabel sebesar 0,000 dimana  $p < 0,05$ . Hasil ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan akademik pada siswa MAN 2 Palembang. Kemudian Nilai *R Square* sebesar 0,168 menunjukkan bahwa religiusitas memberikan kontribusi sebesar 16,8% bagi kecemasan akademik dan sisanya 83,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Selanjutnya nilai *r* menunjukkan bahwa religiusitas dengan kecemasan akademik memiliki hubungan negatif sebesar  $r = -0,410$ . Hal ini menjelaskan bahwa semakin tinggi religiusitas maka semakin rendah kecemasan akademik yang dirasakan oleh siswa. Untuk menentukan arah hubungan antar variabel, *scatterplot* akan memberitahu arah hubungan antar variabel, apakah itu positif atau negatif. Apabila titik-titik data terbentang dari kiri bawah menuju ke arah kanan, arah hubungan adalah positif. Sebaliknya apabila titik-titik data terbentang dari kiri atas kemudian turun ke arah kanan bawah, arah hubungannya adalah negative (Amika Wardana, 2007).

Hal ini senada dengan pendapat M. Iqbal Hasan (2009) yaitu jika Koefisien Korelasi (*KK*) bernilai negatif, maka variabel-variabel berkorelasi negatif. Semakin dekat nilai *KK* ke -1 maka semakin kuat korelasinya, demikian pula sebaliknya. Selanjutnya menentukan arah atau bentuk dan kekuatan hubungan yaitu arah hubungan positif, semakin tinggi *X* maka semakin tinggi pula *Y* atau semakin rendah *X* maka semakin rendah pula *Y* ( $X \uparrow Y \uparrow$  atau  $X \downarrow Y \downarrow$ ), sedangkan menentukan arah hubungan negatif, semakin tinggi *X* maka semakin rendah *Y* atau semakin rendah *X* maka semakin tinggi *Y* ( $X \uparrow Y \downarrow$  atau  $X \downarrow Y \uparrow$ ). Untuk menentukan keeratan hubungan atau korelasi antar variabel tersebut, berikut ini diberikan

nilai dari *KK* sebagai patokan yaitu  $0,40 < KK \leq 0,70$  maka memiliki korelasi yang cukup berarti. Karena nilai  $r (KK) = -0,410$ , maka memiliki korelasi yang cukup berarti.

#### 4. Diskusi

Siswa memiliki berbagai macam reaksi saat berada di situasi akademik yang mereka hadapi, reaksi tersebut ada yang berupa reaksi negatif yang bersifat merugikan maupun reaksi positif yang bersifat menguntungkan bagi mereka. Sebagaimana pendapat Prawitasari (2012) ketika menghadapi tugas-tugas akademik yang harus dilakukan atau diatasi (termasuk di dalamnya adalah mengerjakan tes atau ujian), terdapat beragam reaksi afektif yang terjadi dalam diri para siswa. Sebagian siswa menunjukkan reaksi afektif negatif dan sebagian lain bereaksi secara positif. Reaksi afektif negatif dapat berupa mengalami kecemasan, kebosanan, dan sering kali diikuti dengan kecenderungan untuk menjauhi tugas akademik. Sedangkan reaksi afektif positif yang ditampilkan terkait dengan tugas akademik yang mereka hadapi ialah berupa keasikan, siswa menikmati aktivitas mereka dalam penyelesaian tugas-tugas akademik yang mereka hadapi.

Lebih lanjut menurut Prawitasari (2012) bahwa pada dasarnya, tes atau ujian sebagai salah satu bentuk tugas akademik merupakan hal biasa bagi siswa di sekolah, bahkan merupakan bagian tidak terpisahkan dari proses pembelajaran di kelas. Akan tetapi bagi sebagian siswa, tes atau ujian bisa menjadi ancaman yang membuat mereka menderita kecemasan.

Menurut Weinberg dan Gould, kecemasan adalah emosi negatif yang ditandai dengan gugup, khawatir, dan ketakutan yang terkait dengan aktivasi atau kegairahan pada tubuh. Pada gejala cemas biasanya didominasi oleh keluhan-keluhan psikis (ketakutan dan kekhawatiran), tetapi dapat pula disertai keluhan-keluhan somatik (fisik). Ketegangan



dan kecemasan yang dialami oleh setiap individu akan berbeda-beda. Hal ini disebabkan oleh perbedaan pengalaman, kepekaan dan cara menanggapi sesuatu (dalam Apta Mylsidayu, 2015).

Dalam perspektif psikologi Islam, mengenai cobaan yang dihadapi manusia yaitu berupa sedikit kelaparan, kekurangan dan ketakutan. Allah berfirman dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah: 155-156 "*Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan, dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata: "Inna lillahi wa innaa ilahi Raaji'un"*. Surat Al-Baqarah: 155-156 menjelaskan bahwa jiwa harus memang ditempa (ditarbiyah) dengan cobaan dan diuji keteguhannya dalam menghadapi pertarungan membela kebenaran dengan berbagai ketakutan dan peristiwa berat, dengan kelaparan kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Cobaan berat ini diperlukan agar orang-orang beriman memenuhi berbagai tuntutan aqidah, sehingga aqidah ini dirasakan sangat berharga di dalam jiwa mereka sesuai kadar tuntutan yang dapat mereka penuhi di jalan aqidah ini (Sayyid Quthb, 2011).

Menurut Bandura Kecemasan yang dirasakan oleh siswa biasanya dipicu oleh ketidakpercayaan akan kemampuan diri untuk mengatasi tugas-tugas akademik. Woolfolk memaparkan beberapa laporan penelitian tentang efek kecemasan terhadap prestasi akademik. Temuan hasil-hasil penelitian tersebut secara konsisten menunjukkan adanya korelasi antara prestasi akademik dengan berbagai ukuran kecemasan, semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami maka prestasinya makin rendah. Kecemasan menjadi sebab kegagalan siswa di sekolah. Namun sebaliknya, performa buruk yang secara beruntun mereka capai dalam sejumlah tes atau tugas akademik meningkatkan kecemasan mereka (dalam Johana E Prawitasari, 2012).

Kecemasan akademik sendiri dapat dipengaruhi oleh religiusitas sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, berdasarkan hasil analisis regresi sederhana, didapatkan nilai  $p= 0,000$  dimana  $p < 0,05$ . Hasil ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan akademik pada siswa. Selanjutnya nilai  $r$  menunjukkan bahwa religiusitas dengan kecemasan akademik memiliki hubungan negatif sebesar  $r = -0,410$ . Hal ini menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin rendah tingkat kecemasan akademik yang dirasakan oleh siswa.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Maisyaroh dan Falah (2011) bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kecemasan dalam artian, makin tinggi religiusitas maka makin rendah kecemasan. Lebih lanjut, senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Laili Khoirun Nida (2014) dengan judul Zikir Sebagai Psikoterapi dalam Gangguan Kecemasan bagi Lansia, psikoterapi zikir merupakan salah satu alternatif terapi yang dapat membantu penderita gangguan kecemasan mengakhiri gangguan psikis berupa gangguan cemas. Melalui psikoterapi zikir, akan diperoleh efek ketenangan bagi pelakunya, kepasrahan yang mendalam terhadap Allah tentang kekuasaan dan kasih sayang-Nya yang tersirat dari kalimat *thayyibah* yang diucapkan berkali-kali dalam kegiatan zikir hingga lansia tidak merasa takut, khawatir dan cemas dalam menjalani masa tua mereka.

Senada pula dengan hasil penelitian Rani Azmarina (2015) dengan judul Desensitisasi Sistemik dengan Dzikir Tasbih untuk Menurunkan Simtom Kecemasan pada Gangguan Fobia Spesifik menyimpulkan bahwa intervensi desensitisasi sistemik dengan dzikir tasbih dapat menurunkan simtom kecemasan pada gangguan fobia spesifik.

Menurut Ahyadi (2005) kesadaran beragama pada masa remaja dalam keadaan peralihan dari kehidupan beragama anak-anak

menuju kematangan beragama. Di samping keadaan jiwanya yang labil dan mengalami kegoncangan, daya pemikiran abstrak, logik dan kritik mulai berkembang. Emosinya semakin berkembang, motivasinya mulai otonom dan tidak dikendalikan oleh dorongan biologis semata. Keadaan jiwa remaja yang demikian itu nampak pula dalam kehidupan agama yang mudah goyah, timbul kebimbangan, kerisauan dan konflik batin.

Selanjutnya menurut Arifin (2015) goncangan iman remaja terhadap Tuhan adalah wajar, sebab masa remaja adalah masa keragu-raguan, tetapi di pihak lain ia merupakan masa bersemangatnya terhadap agama. Hal ini disebabkan oleh timbulnya kecenderungan jiwa mereka untuk bersifat kritis akibat pertumbuhan kecerdasannya. Perlu diketahui bahwa kebimbangan remaja tentang agama itu tidaklah tetap. Di dalam hatinya masih terdapat keyakinan tentang keberadaan suatu kekuatan gaib yang tugasnya mengatur alam semesta ini. Oleh karena itu remaja segera mencarinya, apabila ia ditimpa suatu musibah atau kesulitan berat. Apabila dikemudian hari ia tak memperoleh suatu keputusan, ia berada dalam ketidakmenentuan, dan hal ini akan menimbulkan kecemasan.

Berdasarkan penjelasan di atas kecemasan tetap dirasakan oleh siswa karena yang mempengaruhi terjadinya kecemasan tersebut ialah dilihat dari perkembangan keagamaannya pada masa remaja, yakni dalam keadaan keragu-raguan atau jiwa yang labil dan membuat siswa mengalami kebimbangan, kerisauan, konflik batin dan perasaan cemas.

Adapun hubungan antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa diperkuat dengan adanya kontribusi religiusitas sebesar 16,8% dalam mempengaruhi kecemasan akademik. Sementara sisanya 83,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini, berarti bukan hanya religiusitas yang mempengaruhi kecemasan akademik namun ada faktor-faktor lain yang

mempengaruhi kecemasan akademik secara tidak langsung ikut mempengaruhi perkembangan afektif yang ada pada Siswa. Berdasarkan hasil uraian yang telah dijelaskan maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif signifikan antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa. Dalam artian bahwa semakin tinggi pemahaman dan penghayatan keberagamaan pada siswa, maka semakin rendah tingkat kecemasan akademik yang dirasakan.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis yang digunakan untuk melihat hubungan antara variabel Y (variabel kecemasan akademik) dengan X (variabel religiusitas) dengan metode analisis regresi sederhana menggunakan bantuan program SPSS 20 *for windows*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan signifikan dengan kecemasan akademik pada siswa MAN di salah satu kota Palembang. Adapun hubungan antara kedua variabel ialah hubungan negatif, yaitu semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin rendah tingkat kecemasan akademik yang dirasakan siswa MAN.

Adapun kesimpulan penelitian ini ialah ada hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa MAN di salah satu kota Palembang. Dalam artian bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas pada siswa, maka semakin rendah tingkat kecemasan akademik yang dirasakan siswa.

### **Rekomendasi**

Berdasarkan kelemahan yang ada, penelitian ini masih memiliki kelemahan. Adapun kelemahan penelitian ini ialah jumlah *item* yang digunakan pada saat *try out* cukup banyak, sehingga responden yang mengisi lembar pernyataan mengeluh lelah dan terlihat bosan. *Try out* dan penelitian dilakukan di sekolah yang sama dikarenakan keterbatasan waktu untuk mengurus surat ijin *try out* karena

jarak antara dilakukannya *try out* dan penelitian hanya 1 minggu dan penelitian dilakukan pada minggu terakhir sebelum dilaksanakannya ujian sekolah. Saat dilaksanakannya penelitian sama halnya dengan pelaksanaan *try out* yaitu jumlah *item* pernyataan yang digunakan juga cukup banyak, totalnya berjumlah 129 *item*, responden juga mengeluh lelah dan terlihat bosan karena harus mengisi semua pernyataan yang disajikan. Dari kelemahan yang ada, diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengatasi pelbagai macam kelemahan yang ada.

### Daftar Pustaka

- Ahyadi, Abdul Aziz. 2005. *Psikologi Agama Kepribadian Muslim Pancasila*. Bandung. Sinar Baru Algensindo.
- Arifin, Syamsul Bambang. 2015. *Psikologi Agama*. Bandung. Pustaka Setia.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Azmarina, Rani. *Jurnal Desensitisasi Sistematis dengan Dzikir Tasbeih untuk menurunkan Simtom Kecemasan pada Gangguan Fobia Spesifik*. Vol 12 No 2, Satria Learning Center, Jl. Diponegoro No 21. Pekanbaru
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar. 2012
- \_\_\_\_\_. 2011. *Metode Penelitian*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. 2015. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Budi, Triton Prawira. 2006. *SPSS 13.0 Terapan Riset statistik Parametrik*. Yogyakarta. Andi.
- Feist, Jess dan Gregory J. Feist. 2010. *Theory of Personality First Book*. New York. 2009. Diterjemahkan oleh Hardianto. *Teori Kepribadian Buku 1*. Jakarta. Salemba Humanika.
- \_\_\_\_\_. 2004. *Theory of Personality Second Book*. New York. 2009. Diterjemahkan oleh Smita Prathita Sjahputri. Jakarta. *Teori Kepribadian Buku 2*. Salemba Humanika. 2011
- Hadi, Sutrisno. *Metodologi Research*. Yogyakarta. Andi.
- \_\_\_\_\_. 2000. *Manual SPS Paket MIDI*. Universitas Gadjah Mada.
- Hasan, M. Iqbal. 2009. *Pokok-Pokok Materi Sattistika 1*. Jakarta. PT Bumi Aksara. 2009
- Hawari, Dadang. 2001. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta. Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Maisaroh, Ekka Nur dan Falasifatul Falah. 2011. *Jurnal Religiusitas dan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional (UN) pada Siswa Aliyah, Proyeksi*, Vol 6 (2).
- Mylsidayu, Apta. 2015. *Psikologi Olahraga*. Jakarta. PT Bumi Aksara.
- Nida, Fatma Laili Khoirun. 2014. *Jurnal Zikir Sebagai Psikoterapi dalam Gangguan Kecemasan bagi Lansia*, Vol 5 No 1. STAIN Kudus. Jawa Tengah.
- Noor, Juliansyah. 2014. *Metode Penelitian*. Jakarta. Kencana.
- Ormrod, Jeanne Ellis. 2008. *Education of Psychology Sixth Edition*. Pearsons. 2008. Diterjemahkan oleh Penerbit Erlangga. *Psikologi Pendidikan Edisi 6*. Jakarta. Erlangga.
- Pirade, Audi, Theresia Kaunang dan Anita Dundu. *Penelitian Gambaran Tingkat*

*Kecemasan pada Wanita Pekerja Seksual Usia Remaja di Kota Manado.*  
<http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/clinic/article/viewFile/3657/3183>. Diakses pada 6 Januari 2016

Prawitasari, Johana E. 2012. *Psikologi Terapan*. Erlangga.

Quthb, Sayyid. *Tafsir fi Zhilalil Qur'an Jilid I*. Kairo. Darasy Syuruq. 1982. Diterjemahkan oleh Aunur Rafiq Shaleh Tamhid. Jakarta. Rabbani Pers. 2011

—————, *Tafsir fi Zhilalil Qur'an Jilid III*. Kairo. Darasy Syuruq. 1982. Diterjemahkan oleh Aunur Rafiq Shaleh Tamhid dan Khairul Halim. Jakarta. Rabbani Press. 2002

Reza, Iredho Fani. 2015. *Mengatasi Kerentanan Stres Melalui Coping Religius*. Yogyakarta. PT Kanisius.

—————, 2015. *Psikologi Agama*. Palembang. Noer Fikri.

—————, 2016. *Penyusunan Skala Penelitian*. Palembang. Noer Fikri.

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D*. Bandung. Alfabeta.

Utami, Muhana Sofiana. *Jurnal Religiusitas. Koping Religius. dan Kesejahteraan Subjek*, Volume 39 No 1. 2012

Wardana, Amika. *Menggunakan SPSS dalam Penelitian Sosial Budaya, Disalur dari SPSS Survival Manual Karangan Julie Pallent*. Program Studi pendidikan Sosial Jurusan Pendidikan Sejarah Fakultas Ilmu sosial dan Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. 2007