



**HUBUNGAN *RELIGIUSITAS* DENGAN *PSYCHOLOGICAL DISTRESS*  
PADA SISWA YANG TERDAMPAK BENCANA ALAM DI MTSN 8  
TANAH DATAR**

**SKRIPSI**

*Ditulis Sebagai Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana*

*Program Studi Psikologi Islam*

*Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah*

*Oleh :*

**CENTIKA MASITA**

**2030306010**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI MAHMUD YUNUS  
BATUSANGKAR**

**2025**



**THE RELATIONSHIP OF RELIGIOUS AND PSYCHOLOGICAL  
DISTRESS STUDENTS AFFECTED BY NATURAL DISASTERS AT  
MTSN 8 TANAH DATAR**

**THESIS**

**Written as a Requirement for Obtaining a Bachelor's Degree  
Islamic Psychology Program  
Ushuluddin Faculty of Adab and Da'wah**

**By :  
CENTIKA MASITA  
NIM. 2030306010**

**ISLAMIC PSYCHOLOGY STUDY PROGRAM  
USHULUDDIN FACULTY OF ADAB AND DA'WAH  
MAHMUD YUNUS STATE ISLAMIC UNIVERSITY (UIN)  
BATUSANGKAR  
2025**



علاقة الاضطرابات الدينية والنفسية لدى الطلاب المتأثرين بالكوارث  
الطبيعية  
في 8 MTSN تاناه داتار

## أُطْرُوحَة

مكتوب كشرط للحصول على درجة البكالوريوس  
برنامج دراسة علم النفس الإسلامي  
كلية أصول الدين للأدب والدعوة

سينتيكا ماسيتا

نيم 2030306010

برنامج دراسة علم النفس في الإسلام  
كلية اوشولودين ادب دان دكواه  
جامعة الإسلام نيجري محمود يونس  
باتوسانجكار  
2025

## ABSTRAK

**Centika Masita, Nim 2030306010 (2025).** Judul skripsi “**Hubungan Religiusitas Dengan Psychological distress Pada Siswa Yang Terdampak Bencana Alam Di MTSN 8 Tanah Datar**”. Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwa Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar.

Pokok permasalahan dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki tingkat *psychological distress* yang tinggi akibat bencana alam, banyak siswa yang mengalami tekanan psikologis seperti kecemasan yang berlebihan sehingga siswa tersebut selalu melaksanakan sholat dan berdzikir setiap hari dan memiliki tingkat religiusitas yang tinggi. Oleh karena itu, penelitian ini untuk menganalisis hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa siswi dan juga menganalisis bagaimana *religiusitas* menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *psychological distress*, serta hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa. Tujuan pembahasan ini adalah untuk menguji apakah ada hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa/i.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis pendekatan korelasional. Populasi penelitian ini adalah siswa dan siswi kelas VII VIII dan IX sebanyak 299 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan rumus Slovin dengan taraf kepercayaan 90%, sehingga didapatkan hasil dari jumlah sampel sebanyak 75 orang. Kemudian teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu Skala Likert. Uji korelasi yang digunakan adalah korelasi *pearson product moment* dengan uji prasyarat analisis menggunakan uji normalitas dan linearitas.

Hasil dari penelitian ini adalah didapatkan nilai reliabilitas dari skala *religiusitas* sebesar 0,893 dan skala *psychological distress* sebesar 0,787. dalam penelitian ini  $H_a$  atau hipotesis kerja diterima dan  $H_o$  atau hipotesis nol ditolak, karena kedua variabel memiliki nilai signifikansi sebesar  $p(s) = 0,000 < 0,05$ , dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,619 sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat hubungan kuat. Kesimpulan adalah semakin tinggi tingkat *religiusitas* maka semakin tinggi tingkat *psychological distress* yang dimiliki oleh siswa dan siswi MTSN 8 Tanah Datar.

## ABSTRACT

Centika Masita, ID 2030306010 (2025). Thesis title "The Relationship between Religiosity and Psychological Distress in Students Affected by Natural Disasters at MTSN 8 Tanah Datar". Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin Adab and Dakwa, Mahmud Yunus Batusangkar State Islamic University.

The main problem in this research is students who have a high level of psychological distress due to natural disasters, many students experience psychological pressure such as excessive anxiety so that these students always pray and do dhikr every day and have a high level of religiosity. Therefore, this research is to analyze the relationship between religiosity and psychological distress in female students and also analyze how religiosity is one of the factors that influence psychological distress, as well as the relationship between religiosity and psychological distress in students. The purpose of this discussion is to test whether there is a relationship between religiosity and psychological distress in students.

This research uses quantitative research methods with a correlational approach. The population of this research was 299 students from class VII, VIII and IX. The sampling technique in this research was to use the Slovin formula with a confidence level of 90%, so that results were obtained from a sample size of 75 people. Then the data collection technique used was the Likert Scale. The correlation test used is Pearson product moment correlation with analysis prerequisite tests using normality and linearity tests.

The results of this research are that the reliability value of the religiosity scale is 0.893 and the psychological distress scale is 0.787. In this research  $H_a$  or the work hypothesis is accepted and  $H_o$  or the null hypothesis is rejected, because both variables have a significance value of  $p(s) = 0.000 < 0.05$ , with a correlation coefficient value of 0.619 so it can be said that the two variables have a significant relationship with a low level of relationship. The conclusion is that the higher the level of religiosity, the higher the level of psychological distress experienced by students at MTSN 8 Tanah Datar.

## خلاصة

سينتيكا ماسيتا، رقم الهوية 2030306010 (2025). عنوان الرسالة "العلاقة بين التدخين والضيق النفسي لدى الطلاب المتأثرين بالكوارث الطبيعية في 8 MTSN تاناه داتار". برنامج دراسة علم النفس الإسلامي، كلية أصول الدين الأدب والدعوة، جامعة محمود يونس باتوسانجكار الإسلامية الحكومية.

المشكلة الرئيسية في هذا البحث هي الطلاب الذين لديهم مستوى عالٍ من الضيق النفسي بسبب الكوارث الطبيعية، فالعديد من الطلاب يعانون من ضغط نفسي مثل القلق المفرط بحيث يصلي هؤلاء الطلاب دائماً ويذكرون كل يوم ويتمتعون بمستوى عالٍ من التدخين. ولذلك جاء هذا البحث لتحليل العلاقة بين التدخين والضيق النفسي لدى الطالبات وأيضاً تحليل كيف أن التدخين هو أحد العوامل المؤثرة في الضيق النفسي، وكذلك العلاقة بين التدخين والضيق النفسي لدى الطالبات. الغرض من هذه المناقشة هو اختبار ما إذا كانت هناك علاقة بين التدخين والضيق النفسي لدى الطلاب.

يستخدم هذا البحث أساليب البحث الكمي مع النهج الارتباطي. وكان مجتمع هذا البحث 299 طالباً من الصف السابع والثامن والتاسع. وكانت تقنية أخذ العينات في هذا البحث هي استخدام الصيغة السلوفينية بمستوى ثقة 90%، بحيث تم الحصول على النتائج من عينة حجمها 75 شخصاً. ثم كانت تقنية جمع البيانات المستخدمة هي مقياس ليكرت. اختبار الارتباط المستخدم هو الارتباط اللحظي لمنتج بيرسون مع اختبارات التحليل الأساسية باستخدام اختبارات الحالة الطبيعية والخطية.

ونائج هذا البحث هي أن قيمة ثبات مقياس التدخين هي 0.893 ومقياس الضائقة النفسية 0.787. وفي هذا البحث تم قبول  $H_a$  أو فرضية العمل ورفض  $H_0$  أو الفرضية الصفرية، لأن كلا المتغيرين لهما قيمة دلالة  $p(s) = 0.00 < 0.05$  ، وقيمة معامل الارتباط 0.6190. لذلك يمكن القول أن المتغيرين لهما علاقة معنوية بمستوى منخفض من العلاقة. الاستنتاج هو أنه كلما ارتفع مستوى التدخين، ارتفع مستوى الضائقة النفسية التي يعاني منها طلاب مدرسة 8 MTSN تاناه داتار

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>خلاصة</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian dan Luaran Penelitian .....	7
G. Definisi Operasional.....	8
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	<b>9</b>
A. Landasan Teori .....	<b>9</b>
1. Religiusitas .....	9
2. Fungsi Penyelamat .....	12
3. Fungsi Perdamaian .....	12
4. Fungsi Pengawasan Sosial.....	13
2. Psychological Distress.....	21
1. Depresi.....	29
2. Kecemasan.....	29
1. Depresi.....	29
2. Insomnia .....	30
3. Stress .....	30
C. Kerangka Berpikir .....	37
D. Hipotesis.....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>39</b>
A. Jenis Penelitian.....	39

B.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	39
1.	Tempat Penelitian .....	39
2.	Waktu Penelitian .....	40
C.	Populasi dan Sampel .....	40
1.	Populasi .....	40
2.	Sampel .....	40
D.	Pengembangan Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	41
1.	Blueprint Instrumen Religiusitas .....	42
2.	Psychological Distess .....	43
3.	Validitas.....	44
4.	Reliabilitas .....	55
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	56
F.	Teknik Anallisis Data.....	56
1.	Deskriptif data .....	56
2.	Persyaratan analisis .....	56
3.	Uji Hipotesis .....	57
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>60</b>
A.	Deskripsi Subjek Penelitian .....	60
B.	Deskripsi Data.....	60
1.	Deskripsi Data Religiusitas Siswa/i Kelas VII VII IX Di MTSN 8 Tanah Datar.....	61
2.	Deskripsi Data Psychological Distress Pada Siswa/i Kelas VII VII IX MTSN 8 Tanah Datar .....	68
C.	Uji Prasyarat Analisis.....	74
1.	Uji Normalitas .....	74
2.	Uji Linearitas .....	75
D.	Uji Hipotesis .....	76
E.	Pembahasan.....	78
<b>BAB V PENUTUP.....</b>		<b>82</b>
A.	Kesimpulan .....	82
B.	Implikasi.....	82
C.	Saran.....	83
1.	Bagi Siswa .....	83

2. Bagi Penelitian Selanjutnya.....	83
3. Bagi Sekolah.....	83

**DAFTAR KEPUSTAKAAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Data Populasi .....	29
Tabel 3.2 Penetapan Sampel.....	30
Tabel 3.3 <i>Blueprint Religiusitas</i> Sebelum Uji Coba.....	31
Tabel 3.4 <i>Blueprint Psychological Distress</i> Sebelum Uji coba.....	33
Tabel 3.5 Hasil Validitas <i>Religiusitas</i> .....	34
Tabel 3.6 Tabel Hasil Validitas Uji Coba.....	36
Tabel 3.7 <i>Blueprint Akhir Religiusitas</i> .....	39
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Skala <i>Psychological Distress</i> .....	40
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas <i>Psychological Distress</i> .....	41
Tabel 3.10 <i>Blueprint Akhir Psychological Distress</i> .....	43
Tabel 3.11 Hasil Pengujian Reliabilitas .....	44
Tabel 3.12 Koefisien Korelasi.....	48
Tabel 4.1 Deskripsi Data Penelitian Skala <i>Religiusitas</i> .....	50
Tabel 4.2 Persentase Kategorisasi Skor Variabel <i>Religiusitas</i> .....	50
Tabel 4.3 Kategorisasi Skor religiusitas Siswa/i SMA Negeri 1 Sungai Tarab .....	51
Tabel 4. 4 Persentase Skor Per Indikator <i>Religiusitas</i> .....	55
Tabel 4.5 Kategorikan Interval Persentase Skor.....	56
Tabel 4.6 Deskripsi Data Penelitian Skala <i>Psychological Distress</i> .....	57
Tabel 4.7 Persentase Kategori Skor Variabel <i>Psychological Distress</i> .....	57
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor <i>Psychological Distress</i> Siswa/i MTSN 8 Tanah Datar .....	58
Tabel 4.9 persentase Skor Indikator Skala <i>Psychological Distress</i> .....	62
Tabel 4.10 Kategori Interval Persentase Skor.....	63
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas .....	63
Tabel 4.12 Hasil Uji Linearitas.....	64
Tabel 4.13 Hasil Uji Hipotesis.....	65
Tabel 4.14 Interpretasi Koefisien Korelasi.....	66

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Bencana datang secara mendadak serta terjadi pada waktu yang tidak diinginkan oleh siapapun. Bencana yang selalu terjadi dimana saja sebagian besar dari manusia belum mempersiapkan dalam menghadapinya. Beberapa bencana yang sering terjadi diantaranya adalah, kekeringan, kebakaran lahan dan hutan, tanah longsor, banjir, gelombang pasang, gempa bumi, tsunami, gunung meletus, tabrakan beruntun, kerusuhan sosial (*chaos*), runtuhnya bangunan dan wabah penyakit. Pada dasarnya bencana terjadi dapat dikelompokkan menjadi 2 kelompok yaitu, bencana yang terjadi karena alam dan yang lainnya adalah bencana yang terjadi karena ulah dari manusia itu sendiri (Maulana, 2013).

Indonesia merupakan salah satu negara yang tergolong rawan mengalami kejadian bencana alam. Berdasarkan letak geografis, Indonesia adalah negara kepulauan yang terletak pada pertemuan empat lempeng tektonik, yaitu; lempeng Benua Asia, Benua Australia, Samudera Hindia, dan Samudera Pasifik serta bagian Selatan Dan Timur Indonesia terdapat *Volcanic art* yang memanjang dari pulau Sumatera, Jawa, Nusa Tenggara dan Sulawesi. Kondisi tersebut sangat berpotensi sekaligus rawan terjadinya bencana seperti banjir, letusan gunung marapi, tanah longsor, gempa bumi dan tsunami (Azizah et al, 2022).

Menurut Imaduddin (2019) bencana adalah peristiwa traumatis yang dapat mengakibatkan berbagai konsekuensi kesehatan mental dan fisik. Korban bencana alam mengalami tekanan fisik dan psikologis. Menurut Ando dalam Bali et al (2021) seperti halnya orang dewasa, anak-anak yang terdampak oleh bencana pun bisa mengalami dampak psikologis seperti stres. Anak yang kehilangan orang tua mengalami rasa tidak aman karena kehilangan figur yang melindungi, anak tidak bisa melanjutkan sekolah karena rusaknya bangunan sekolah, tidak terpenuhi

Anak tidak bisa melanjutkan sekolah karena rusaknya bangunan sekolah, tidak terpenuhi haknya untuk mendapatkan akses pendidikan dan pengetahuan, berada pada situasi yang tidak menentu juga menimbulkan perasaan tidak nyaman yang berdampak kurang baik pada perkembangan emosinya. Masalah psikologis pada usia anak-anak dan remaja yang berkaitan dengan bencana alam akan berlangsung lama setelah insiden bencana (Ando et al, 2011).

Tekanan yang terjadi dalam kehidupan merupakan proses yang tidak terkecuali dialami oleh semua individu, salah satunya adalah tekanan akibat bencana alam dan konflik, namun yang membedakan antara individu yang satu dengan yang lain adalah pada keberhasilan individu dalam beradaptasi dengan tekanan-tekanan yang ada. Bagi individu yang mampu beradaptasi dengan baik mereka akan menghasilkan performa-performa positif dalam hidupnya, sebaliknya bagi individu yang kurang mampu beradaptasi mereka akan tetap berada dalam kondisi tidak menyenangkan tersebut (Margaretha, 2016).

*Psychological distress* merupakan pengalaman tidak menyenangkan yang dialami individu, ditampilkan melalui gejala depresi dan kecemasan, yang dimanifestasikan dalam bentuk emosi ataupun fisiologis individu tersebut (Mirowsky & Ross, 2003).

Menurut Lazarus & Folkman dalam Dharma et al (2020) *psychological distress* (tekanan psikologis) dapat diartikan sebagai kondisi yang dialami individu yang terjadi disebabkan adanya interaksi antara lingkungan yang dianggap dapat menyulitkan atau membahayakan kesejahteraan dengan sumber daya yang dimiliki oleh individu tersebut.

*Religiusitas* merupakan ketertarikan dan ketaatan seseorang terhadap ajaran-ajaran agama dan diaktualisasikan lewat perilaku dalam kehidupannya sesuai yang diprntahkan agama tersebut. Individu yang *religius* tidak hanya sebatas mengetahui segala perintah dan larangan agamanya, akan tetapi menaati dan melaksanakan segala perintah agama dan meninggalkan segala larangannya (Alwi, 2014).

Matthews dalam Dharma et al (2020) menjelaskan bahwa terdapat dua faktor yang terdapat memengaruhi timbulnya *psychological distress* yakni : 1) faktor intrapersonal. *Psychological distress* dapat dipengaruhi faktor intrapersonal yang didalamnya terdiri dari ciri kepribadian dari tiap individu dimana ciri tersebut meliputi beberapa trait kepribadian yang berkaitan dengan kecenderungan emosi yang dimiliki dari setiap individu tersebut. 2) faktor situasional. *Psychological distress* dapat dipengaruhi oleh faktor situasional yang timbul karena dipengaruhi oleh pengalaman individu atas suatu peristiwa dimana peristiwa atau situasi tersebut dirasa mengurangi kesejahteraan atau dapat membahayakan individu tersebut.

Menurut Yusuf dalam Hendriawan (2021) menyatakan bahwa kelebihan manusia adalah dianugerahkan fitrah *insting religius* (naluri agama). *Religiusitas* dapat mempengaruhi norma-norma sosial dan mengukuhkan kaidah. Keyakinan adanya tuhan, membuat merasa selalu diawasi oleh tuhan, sehingga ketaatan beragama tinggi akan menghilangkan tekanan pada diri seseorang. Fitriani (2016) menjelaskan *religiusitas* adalah satu sistem yang kompleks dari kepercayaan keyakinan dan sikap-sikap dan upaca-upacara yang menghubungkan individu dengan satu keberadaan atau kepada sesuatu yang bersifat ketuhanan. *Religiusitas* adalah suatu kesatuan unsur-unsur yang komprehensif, yang menjadikan seseorang disebut sebagai orang beragama (*being religious*) dan bukan sekedar mengaku mempunyai agama (*having religion*). *Religiusitas* meliputi pengetahuan agama, keyakinan agama, pengalaman ritual agama, pengalaman agama, perilaku (moralitas) agama, dan sikap sosial keagamaan. Dalam islam, *religiusitas* pada garis besarnya tercermin dari pengalaman akidah, syariah, dan akhlak, atau dengan ungkapan lain: iman, islam dan ihsan. Bila semua unsur itu telah dimiliki oleh seseorang, maka itulah dia insan beragama yang sesungguhnya.

Berdasarkan fenomena yang penulis dapatkan dilapangan, setelah melakukan wawancara, didapati bahwa ada beberapa siswa yang sudah saya wawacarai memiliki kecenderungan mengalami *psychological*

*distress* (tekanan psikologis) dan kecenderungan memiliki rasa *religiusitas*.

Cuplikan wawancara 1:

“kalo menurut saya bencana itu suatu kejadian yang menghiperi diri kita kak, perasaan saya saat ini senang kak, karna saya selamat dari bencana tersebut kak, kalo harta benda itu kan cuma titipan dari allah kak, tapi kalo di ambil sama allah ya gak papa kak, kan kalo harta bisa dicari lagi kak. Saya itu waktu kejadian itu saya baru istirahat kak, tiba mama teriak-teriak “bangun ada banjir” saya pun terbangun dan lari ketempat yang menurut saya aman kak, setelah itu orang-orang pada berlarian kak, karena panik saya tidak bisa menyelamatkan benda-benda yang berharga kak. Tidak ada kak, tidak bawa apa-apa Cuma pakaian yang ada di badan saja itu yang pertama yang kedua, saya punya kucing, Cuma tidak bisa saya bawa karena keadaan tidak memungkinkan. selama di tempat pengungsian kak saya selalu berdoa agar bencana ini tidak terjadi lagi, di waktu senggang saya selalu membaca solawat dan berdzikir. Saya itu gimana ya kak, seperti orang stress tapi ya saya itu sudah putus oiya saya sudah ikhlas. Semua rejeki dan lainnya sudah ada yang atur kak. Ya saya sudah tidur karna mikir keadaan sekarang, was-was juga kak. Rasa gak sedih, karena saya sudah ikhlas tapi saya membayangkan soalnya kalo teman-temannya banyak, ternyata itu kan alam. Bencana dari alam lo kak. Lebih meningkatkan sholat dan mendekatkan diri sama allah kak. Ya paling ke masjid seminggu sekali pas jumat kak, sholat ya jalan terus. Iya kak, mohon maaf ya kalo ada jawaban saya yang salah”.(MF, Wawancara individu 15 juli 2024)

Cuplikan wawancara 2

Sebenarnya musibah tu ada juga hikmahnya kak, dari bencana tersebut kita bisa menerima yang telah terjadi dengan ikhlas. Iya kak mengungsi kak, sekitar sepuluh kali itu waktu kejadian saya sedang beristirahat kak tiba-tiba saya mendengarkan suara sirina kak diatas langsung saya lari ke pengungsian pertama kak. Ya merasakan cemas lah

kak, cemas karena kalo dipengungsian yang dibawah ini tiba-tiba ada hujan susulan kan gak bisa apa-apa kak. Cemas yang dirasa sulit tidur kak, tidurnya gak tenang, kadang keringat dingin juga kalo dengar suatu pertir gitu kak. Ya gak sempat bawa apa-apa lah kak Cuma pakaian yang dibadan aja kak. Ya sudah tidak kak. Lah kan saya Cuma orang biasa, gak kayak orang-orang yang punya lebih banyak. Ya di pengungsian kami selalu sholat berjamaah kak, ada juga pengajiannya. (RR, Wawancara individu 15 juli 2024

Sejauh ini studi tentang *psychological distress* sudah mencakup beberapa hal yakni: pengaruh dukungan sosial terhadap *distres psikologis* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi dan mengikuti program *officially* s.psi (Aini, 2022), hubungan kesesakan dengan *psychological distress* pada santri pondok pesantren tradisional (Safitri, 2019), hubungan antara *coping* dan *psychological distress* pada istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga (Putri, 2012), Hubungan Resiliensi Diri Dengan *Psychological Distress* Pada Karyawan PT. Sumber Alfaria Trijaya, TBK (Alfamart) Wilaya Kartasura (Rahayu, 2022).

Dari sekian banyak studi yang membahas mengenai *psychological distress*, belum peneliti temukan studi yang membahas mengenai hubungan *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam. Atas dasar itu studi ini menjadi menarik untuk dibahas sebagai respon untuk menutupi salah satu kekurangan dari studi yang ada. Alasan lainnya adalah untuk menguji apakah ada hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam.

Menurut Haq (2023) *religiusitas* dan *psychological distress* memiliki hubungan yang signifikan dan negatif. Disimpulkan bahwa semakintin tinggi *religiusitas* maka semakin rendah *psychological distress*.

Berdasarkan latar belakang masalah serta beberapa penelitian yang sejenis, maka peneliti ingin membahas lebih mendalam penelitian dengan

judul “**Hubungan *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah Datar**”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Hubungan *Religiusitas* Dengan *psychological distress* Pada Siswa yang terdampak bencana alam
2. Bencana dapat menyebabkan *psychological distress* pada siswa
3. Kurangnya pengetahuan tentang peran *religiusitas* dalam menghadapi stress dan trauma
4. Kurangnya dukungan psikologis untuk siswa yang terdampak bencana

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah “Hubungan *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah datar”.

## **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “ Hubungan *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah datar”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penulisan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah datar.

### **F. Manfaat Penelitian dan Luaran Penelitian**

Berdasarkan latar belakang permasalahan, rumusan masalah, dan tujuan penelitian sebelumnya. Hasil penelitian ini diterapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis:

#### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis data hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumbangan literatur dalam ilmu psikologi mengenai hubungan *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah Datar.

#### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa pengetahuan terkait *religiusitas* dan *psycological distress*. secara khusus, dalam tataran praktis diharapkan penelitian ini mampu memberikan manfaat antara lain:

##### a. Bagi Remaja

Bagi siswa MTSN 8 Tanah Datar, janganlah merasa stress berlebihan saat terdampak bencana karena dibalik bencana tersebut pasti ada hikmahnya.

##### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu meningkatkan kemampuan dalam meneliti serta dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk peneliti berikutnya sehingga menjadi lebih kreatif.

Luaran penelitian yang diharapkan oleh peneliti dari temuan penelitian yang dilakukan adalah laporan penelitian berbentuk skripsi yang disahkan oleh penguji dan lembaga serta artikel yang dimuat di jurnal ilmiah nasional terakreditasi.

## **G. Definisi Operasional**

Defenisi operasional bertujuan untuk menjelaskan makna dari variabel yang sedang diteliti. Penelitian ini terdiri dari dua variabel yakni variabel bebas religiusitas dan variabel terikatnya psychological distress. Untuk mempermudah dan menghindari terjadinya kesalah pahaman dalam memahami judul penelitian ini, maka penulis menjelaskan sebagai berikut:

Ketertarikan ketaatan dan penghayatan seseorang merupakan *religiusitas*. *Religiusitas* menurut Alwi (2014) merupakan keterarikan dan ketaatan seseorang terhadap ajaran-ajaran agamanya dan diaktualisasikan lewat perilaku dalam kehidupannya sesuai dengan yang diperintahkan agamanya tersebut. Individu yang *religius* tidak hanya sebatas mengetahui segala perintah dan larangan agamanya, akan tetapi mentaati dan melaksanakan segala perintah agama dan meninggalkan segala larangannya. Adapun religiusitas ditandai dengan adanya beibadah, amal, akidah, ihsan dan ilmu.

Keadaan dimana individu mempunyai pengalaman yang tidak menyenangkan disebut dengan *psychological distress*. *Psychological distress* menurut Mirowsky & Ross (2003) *psychological distress* merupakan pengalaman tidak menyenangkan yang dialami individu, ditampilkan melalui gejala depresi dan kecemasan, yang dimanifestasikan dalam bentuk emosi ataupun fisiologis individu tersebut. Adapun depresi ditandai dengan munculnya perasan sedih, tidak bersemangat, kesepian, putus asa, tidak berharga, kesulitan tidur dan menangis. Sedangkan kecemasan ditandai dengan munculnya perasaan tegang, gelisa, khawatir, mudah marah dan takut.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Landasan Teori

##### 1. Religiusitas

###### a. Defenisi *Religiusitas*

Menurut Ghufron & Risnawati (2012), religiusitas berasal dari kata religi dalam bahasa latin “religio” yang akar katanya adalah religure yang berarti mengikat. Dengan demikian, mengandung makna bahwa religiatatau agama pada umumnya memiliki atura-aturan dan kewajiban-kewajiban yang harus dipenuhi dan dilaksanakan oleh pemeluknya. Semuanya itu berfungsi mengikat seseorang atau sekelompok orang dalam hubungannya dengan tuhan, sesama manusia, dan alam sekitarnya.

*Religiusitas* merupakan ketertarikan dan ketaatan seseorang terhadap ajaran-ajaran agama dan diaktualisasikan lewat perilaku dalam kehidupannya sesuai yang diperintahkan agama tersebut. Individu yang *religius* tidak hanya sebatas mengetahui segala perintah dan larangan agamanya, akan tetapi mentaati dan melaksanakan segala perintah agama dan meninggalkan segala larangannya (Alwi, 2014).

*Religiusitas* merupakan kedalaman penghayatan keagamaan seseorang dan keyakinan terhadap adanya tuhan yang diwujudkan dengan mematuhi perintah dan menjahui larangannya dengan keiklasan hati dan seluruh jiwa raga, bukan hanya patuh dalam beribadah yang tampak dilihat mata, namun juga perwujudan perilaku kehidupan sehari-hari yang tidak tampak (Maulana, 2019).

Religiusitas merupakan salah satu upaya untuk mengintegrasikan nilai-nilai agama, yang menekankan pada 3 aspek: a) meyakini bahwa manusia beserta isinya merupakan makhluk dan ciptaan Allah SWT, b) sikap manusia harus berjalan sesuai dengan aturan agama, c) upaya untuk berkembang dan dimanfaatkan secara optimal seperti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (Ardimen et, al 2022).

Hawari dalam Syahrina et, al (2019) menyebutkan bahwa *religiusitas* merupakan penghayatan keagamaan dan kedalaman kepercayaan yang diekspresikan dengan melakukan ibadah sehari-hari, berdoa, dan membaca kitab suci. Menurut Glock & Stark dalam Fahrudin (2019) *religiusitas* adalah tingkat konsepsi seseorang terhadap dan tingkat komitmen seseorang terhadap agamanya. Agama adalah sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya itu berpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai yang paling maknawi.

Ancok dalam Nafisa & Savira (2021) menyatakan bahwa *religiusitas* merupakan bagaimana seseorang dalam hal beragama yang didasarkan pada aspek pengetahuan seseorang terhadap agama dan tuhan, seberapa besar tingkat keyakinan yang dimiliki seseorang tersebut terhadap agama dan tuhan, bagaimana praktek dalam beribadah atau menyembah tuhan, dan seberapa jauh seseorang dapat menghayati segala sesuatu yang berhubungan dengan agama dan tuhan.

Menurut Nafisa & Savira (2021) *religiusitas* merupakan suatu sikap seseorang dengan menjadikan agama dan tuhan sebagai salah satu prinsip yang kuat dalam hidup sehingga jika seseorang memiliki *religiusitas* yang tinggi maka akan semakin sering ia melibatkan ajaran agama dan tuhan dalam kehidupan sehari-hari.

Levis dalam Salsabilla & Nr (2023) berpendapat bahwa *religiusitas* adalah tingkat keimanan, keyakinan, kesalehan, pengabdian yang diharapkan seseorang individu dalam sebuah keagamaan. Suhardiyanto dalam Habibie et, al (2019) mengatakan bahwa *religiusitas* adalah bentuk hubungan pribadi dengan sosok yang diyakini (tuhan) dengan konsekuensi munculnya hasrat untuk taat dan patuh terhadap apa yang dianjurkan dan yang dilarangnya.

Daniel & Burnett dalam Hidayatulloh & Syamsu (2020) mengatakan bahwa *religiusitas* adalah keyakinan terhadap sang pencipta dengan mempunyai komitmen untuk mengikuti aturan-aturan dan ajaran-ajaran yang telah ditetapkannya. Religiusitas dapat diartikan sebagai kepercayaan, aktivitas ritual, gaya hidup serta memberikan sebuah arti dalam keberlangsungan kehidupan manusia dan mengantarkan manusia kepada nilai-nilai- tinggi maupun nilai-nilai suci. *Religiusitas* adalah tingkat keimanan agama seseorang yang dicerminkan dalam keyakinan, pengalaman dan tingkah laku yang menunjukkan kepada aspek kualitas dari manusia yang beragama untuk menjalani kehidupan sehari-hari dengan baik (Stark & Glock dalam Najooan, 2020).

*Religijs* merupakan unsur-unsur keagamaan terkait erat dalam hakikat, keberadaan dan kejidupan kemanusiaan. Artinya, manusia tidak dapat dipisahkan dari *religi* atau agama, karena pada dasarnya manusia adalah makhluk beragama dan memiliki potensi untuk mengembangkan fitrah beragamanya (Ardimen et, al, 2021).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka penulis simpulkan bahwa *religiusitas* merupakan suatu ketertarikan, ketaantan, dan penghayatan seseorang kepada agama juga bentuk hubungan pribadi dengan sosok yang diyakini dan bagaimana

tingkat konsepsi seseorang terhadap tingkat komitmen terhadap agama.

**b. Fungsi *Religiusitas***

Fungsi religiusitas bagi manusia erat kaitannya dengan fungsi agama. Agama merupakan kebutuhan emosional manusia dan merupakan kebutuhan alamiah. Adapun fungsi agama bagi manusia. Menurut Jaluddin (2010) agama memiliki beberapa fungsi dalam kehidupan dalam kehidupan manusia meliputi:

1. Fungsi Edukatif

Para penganut agama berpendapat bahwa ajaran agama yang mereka anut memberikan ajaran-ajaran yang harus dipatuhi. Ajaran agama secara langsung berfungsi menyuruh dan melarang. Kedua unsur menyuruh dan larangan ini mempunyai latar belakang yang mengarahkan bimbingan agar pribadi penganutnya menjadi lebih baik dan terbiasa dengan baik menurut ajaran dan agama masing-masing.

2. Fungsi Penyelamat

Dimana pun manusia berada dia selalu menginginkan dirinya selamat. Keselamatan yang meliputi bidang yang luas adalah keselamatan yang diajarkan agama. Keselamatan yang diberikan oleh agama kepada penganutnya adalah keselamatan yang meliputi dua alam yaitu: dunia dan akhirat. Dalam mencapai keselamatan itu mengajarkan para penganutnya melalui, pengenalan kepada masalah sakral, berupa keimanan kepada tuhan.

3. Fungsi Perdamaian

Melalui agama, seseorang yang bersalah atau berdosa dapat mencapai kedamaian batin melalui tuntunan agama. Rasa berdosa dan rasa bersalah akan segera menjadi hilang dari

batinnya apabila seseorang pelanggar telah menebus doisa melalui tobat, pensuscian atau penebus dosa.

#### 4. Fungsi Pengawasan Sosial

Para penganut agama sesuai dengan ajaran agama yang dipeluknya terikat batin kepada tuntunan ajaran tersebut , baik secara pribadi maupun secara kelompok. Ajaran agama oleh penganutnya sebagai norma, sehingga dalam hal ini agama dapat berfungsi sebagai pengawasan sosial secara individu maupun kelompok karena:

- a. Agama secara instansi, merupakan norma bagi pengikutnya.
- b. Agama secara dogmatis (ajaran) mempunyai fungsi kritis yang bersifat profesi (wahyu, kenabian).

Menurut Maulana (2019) fungsi *religiusitas* bagi manusia erat kaitannya dengan fungsi agama. Agama merupakan kebutuhan emosional manusia dan merupakan kebutuhan alamiah. Adapun fungsi agama, meliputi:

1. Agama sebagai sumber ilmu dan sumber etika ilmu, manusi mempercayai fungsi edukasi pada agama yang mencangkup tugas mengajar dan membimbing. Pengendalian utama manusia adalah kepribadian yang mencakup unsur-unsur pengalaman, pendidikan yang merupakan pokok-pokok kepercayaan agama.
2. Agama sebagai alat justifikasi dan hipotesis ajaran-ajaran agama dapat dipakai sebagai hipotes untuk membuktikan kebenarannya, salah satu hipotesis ajaran agama islam adalah selalu mengingat allah (dzikir), maka hati akan tenang. Ajaran agama dipandang sebagai hipotesis yang dibuktikan kebenarannya empirik, artinya tidaklah salah untuk membuktikan ajaran agama secara ilmiah, karena dapat menyebabkan pemeluk agama lebih meyakini ajaran agamanya

3. Agama sebagai motivator. Agama mendorong pemeluknya untuk berfikir, merenung, meneliti segala hal yang terdapat di bumi, di antara langit dan bumi juga dalam diri sendiri.
4. Fungsi pengawan sosial. Agama ikut bertanggung jawab terhadap norma-norma sosial dengan cara memberi sanksi bagi yang melanggar larangan agama dan memberi imbalan pada individu yang menaati perintah agama. Hal tersebut membuat manusia termotivasi dalam bertingkah laku sesuai dengan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat, sehingga manusia akan melakukan perbuatan yang dapat dipertanggungjawabkan

**c. Faktor-Faktor *Religiusitas***

Menurut Thouless dalam Umam (2021) seseorang yang *religiusitas* memiliki faktor-faktor yaitu sebagai berikut:

- 1) Pengaruh pendidikan tekanan sosial, dalam hal ini, berbagai macam pengaruh sosial seperti pendidikan, tradisi dan tekanan sosial berpengaruh terhadap *religiusitas* dari individu tersebut.
- 2) Faktor pengalaman, dalam hal ini dapat membentuk sikap keagamaan atau *religiusitas* dari individu. Pengalaman yang dimaksud yaitu berkenaan dengan keindahan, konflik dan pengalaman emosional dari ritual keagamaan. Melalui pengalaman spiritual tersebut, dapat dipengaruhi terhadap perilaku individu dalam aspek *religiusitas*.
- 3) Faktor kebutuhan, dalam faktor ini, kebutuhan individu dibagi menjadi empat jenis yaitu kebutuhan akan kasih sayang dan rasa aman, kebutuhan cinta dan kasih sayang, kebutuhan akan harga diri, dan kebutuhan yang timbul karena ancaman kematian.

- 4) Faktor intelektual, faktor ini berkenan dengan proses penalaran dan rasionalisasi individu dalam menyikapi ajaran agama dan fenomena-fenomena yang terjadi di sekitarnya.

Menurut Jalaluddin dalam Hendriawan (2021) kedewasaan dan *religiusitas* melalui proses perkembangan, bukan pembentukan dari unsur bawaan yang ada secara langsung. Proses perkembangan *religiusitas* ini kita juga akan mengalami beberapa godaan yang mungkin datang dari dalam dan luar diri individu. Faktornya adalah:

- 1) Faktor internal, seperti aspek lain dari kejiwaan, begitu juga *religiusitas* hal ini dipengaruhi oleh faktor internal dan dari dalam individu. Beberapa ahli psikologi agama mengungkapkan teori faktor secara internal berdasarkan setiap pendekatan. Namun faktor internal yang mempengaruhi *religiusitas* yaitu, faktor keturunan, usia, kepribadian, dan keadaan jiwa seseorang.
  - a) Tingkat keturunan, tingkat *religiusitas* seseorang tidak berasal dari gennya yang telah diturunkan dari keturunan- keturunan, tetapi ada beberapa unsur kejiwaan yang membentuknya. Hal ini mengandung unsur kognitif emosional dan empati. Oleh karena itu, pembelajaran ditanamkan berupa bentuk oleh sebuah keluarga dapat mempengaruhinya.
  - b) Usia, menurut berbagai penelitian yang dilakukan oleh beberapa ahli psikologi agama menunjukkan bahwa usia itu memiliki hubungan yang erat akan kesadaran dalam beragama. Namun, tingkat usia ini bukan dijadikan salah satu tolak ukur untuk tingkat kesadaran *religiusitas* seseorang. Karena penambahan usia juga diiringi dengan perbedaan pengetahuan seseorang tentang agama.

- c) Kepribadian, kepribadian seseorang yang berbeda beda juga di pengaruhi oleh tingkat *religiusitas* seseorang. Hal itu di karenakan kepribadian orang yang cenderung menyukai hal-hal yang berkaitan dengan *religiusitas* atau tidak.
  - d) Keadaan jiwa, keadaan jiwa seseorang yang perlu diamati terkait dengan berkembangannya kejiwaan mengenai agama didalam diri seseorang. Misalnya, orang yang mengalami gangguan jiwa seperti *skizofrenia* terisolasi dari kehidupan sosial mereka dan akan mempengaruhi pemahaman mereka tentang agama.
- 2) Faktor eksternal, dapat mempengaruhi tingkat *religiusitas* seseorang yang bisa dilihat dari lingkungan sekitar. Secara umum lingkungan di bagi menjadi 3 bagian yaitu : keluarga, lingkungan institusi, dan lingkungan sosial.
- a) Lingkungan keluarga, keluarga adalah faktor eksternal yang terdekat dengan individu. Setiap individu mengenal keluarga sebagai lingkungan pertama yang mereka temui dalam hidup. Karena itu, keluarga adalah fase pertama bagi individu mengenai sosialisasi dalam proses pembentukan jiwa dan agama setiap individu.
  - b) Lingkungan instusional, kebiasaan baik akan mengajarkan sebuah sikap keteladanan dan pembentukan moral yang erat kaitannya dengan pengembangan jiwa keagamaan seseorang.
  - c) Lingkungan masyarakat, norma dan nilai masyarakat juga berpengaruh yang sangat besar terhadap proses pengembangan jiwa keagamaan seseorang ke arah positif maupun negatif. Tradisi keagamaan yang ada di faktor moral keagamaan yang akan tumbuh di dalam diri seseorang.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka penulis simpulkan bahwa faktor-faktor *religiusitas* dapat dipengaruhi oleh faktor pengalaman, kebutuhan, intelektual dan pengaruh pendidikan tekanan sosial, ada juga faktor internal yang mempengaruhi *religiusitas* yaitu tingkat ketunan, usia, kepribadian, keadaan jiwa dan ada juga faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga, lingkungan instusional dan masyarakat

#### d. Aspek Aspek *Religiusitas*

Menurut Alwi (2014) aspek-aspek *religiusitas* adalah sebagai berikut:

- 1) Aspek aqidah, ajaran pokok dalam aspek aqidah ini adalah berkaitan dengan *arkanul iman*, yaitu keimanan kepada Allah SWT, kepada nabi dan rasul, kepada hari akhir, dan keimanan kepada *qadha* dan *qadar*.
- 2) Aspek ibadah, menyangkut frekuensi, intensitas, seperti sholat, puasa, membaca al-qur'an, dzikir dan berdoa kepada Allah SWT
- 3) Aspek amal, menjaga tingkah laku agar sesuai dengan norma agama dan berperan aktif dalam keiata sosial masyarakat
- 4) Aspek ihsan, menyangkut pengalaman dan perasaan tentang kehadiran tuhan, dan merasa dekat dengan tuhan
- 5) Aspek ilmu, menyakut pengetahuan tentang ajaran agama dan memahami ajaran agama

Aspek-aspek *religiusitas* Glock dalam Hendriawan (2021) terdiri dari lima bagian yaitu:

- 1) *Religious Belief (The Ideological Dimension)*, yaitu merupakan sejauh mana tingkat seseorang menerima hal hal dokmatis (tidak terlihat atau kasat mata) dalam agamanya. Misalnya., percaya pada Allah, malaikat, dan lain lain.

- 2) *Religious Practice (The Ritualistic Dimension)*, yaitu sejauh mana tingkat seseorang yang memenuhi berbagai kewajiban ritual dalam ajaran agamanya. Misalnya sholat, zakat, puasa dan lain lain
- 3) *Religious Feeling ( The Experiential Dimension)*, yaitu perasaan atau pengalaman seseorang tentang keagamaan yang pernah dia alami sebelumnya. Misalnya, dekat dengan Allah, takut berdosa, atau merasakan dapat pertolongan dari Allah.
- 4) *Religious Knowledge (The Intellectual Dimension)*, yaitu sejauh mana seseorang mengetahui keyakinan agama yang mereka pegang maupun dari kitab suci atau sumber pendukung lainnya.
- 5) *Religious Effect (The Consecquential)*, yaitu sejauh mana seseorang bertindak dalam kehidupan sesuai dengan ajaran agama mereka dalam bersosialisasi. Misalnya, suka menolong, memaafkan, menyerahkan kepada Allah dan lain lain.

Dimensi *religiusitas* menurut Fauziah (2018) dibagi menjadi 3 bagian yaitu sebagai berikut:

- 1) Dimensi Keyakinan atau Akidah

Dimensi ini menunjukkan seberapa tinggi tingkat kepercayaan umat islam, terutama tentang kebenaran ajaran agamanya untuk pengajaran. Dasar dan dokmatis di islam. Kandungan demensi keyakinan berkaitan dengan keyakinan kepada Allah, malaikat, nabi dan rasul, kitab Allah, surga, neraka serta *qhada* dan *qhadar*.

- 2) Dimensi Pengalaman atau Akhlak

Dimensi ini menunjukkan seberapa tinggi tingkat seseorang bertindak sesuai dengan ajaran agamanya. Bagaimana seseorang melakukan interaksi dengan dunia terutama pergaulannya dengan individu yang lain. Sama dengan

menjaga amanah, menolong sesama, berkerja sama dan mematuhi perintah.

### 3) Dimensi Kepribadian

Dimensi ini menunjukkan seberapa tinggi tingkat kepatuhan seseorang dalam menjalankan amalan yang dianjurkan oleh agamanya, agama islam mengajarkan demensi ibadah seperti shalat, puasa, zakat, haji, membaca al-quran.

#### e. *Religiusitas Menurut Perspektif Islam*

Effendy dalam Hendriawan (2021) mengatakan didalam agama islam terdapat garis besar *religiusitas* seseorang terlihat pada pengalaman aqidah, akhlak, dan syariat yang ada dalam diri seseorang yang biasanya disebut dengan iman, insan dan islam. Jika unsur tersebut berada dalam diri manusia, maka orang tersebut bisa disebut orang yang bergama yang sebenarnya.

Allah SWT berfirman dalam al qur'an surah Al baqarah, ayat 208 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ادْخُلُوا فِي السِّلْمِ كَآفَّةً ۖ وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوتِ  
الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ۝

Terjemahannya: “Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu kedalam islam keseluruhan dan janganlah kamu turut langkah-langkah setan. Sesungguhnya setan itu musuh yang nyata bagimu”

Ayat di atas menjelaskan bahwa umat islam diharapkan untuk beragama secara keseluruhan atau penuh dan tidak setengah-setengah. Bahkan dalam kegiatan sehari-hari, umat islam selalu diharapkan beriman atau apapun yang dilakukan harus dengan niat dalam rangka beribadah kepada Allah SWT. (Ancok dalam Hendriawan, 2021) Agama itu penting bagi kehidupan manusia. Orang beragama adalah orang yang selalu konsisten dengan keseluruhan stuktur mental pada penciptanya. Orang membutuhkan

agama untuk memenuhi kebutuhan spiritualnya serta mendapatkan kedamaian saat mereka mendekat dan mengabdikan kepada maha kuasa (jalaluddin dalam Hendriawan, 2021).

Salah satu kenyataan yang terjadi dalam sepanjang sejarah perjalanan umat manusia adalah fenomena keberagamaan (*religiosity*). Sepanjang itu pula bermunculan beberapa konsep *religiusitas*.

Keberagamaan itu sendiri mengandung arti suatu naruli atau *insting* untuk meyakini dan mengadakan suatu penyembahan terhadap suatu kekuatan yang ada di luar dirinya. naruli keberagamaan ini sudah ada pada setiap manusia sejak ia dilahirkan yang berupa benih-benih keberagamaan yang dianugerahkan tuhan pada setiap manusia.

Agama memegang peranan penting dalam kehidupan manusia. Manusia *religius*. Manusia yang struktur mental secara keseluruhan dan secara tetap diarahkan kepada pencipta nilai mutlak, memuaskan, dan tertinggi itu tuhan. Manusia membutuhkan agama untuk memenuhi kebutuhan rohani serta mendapatkan ketentraman dikala mereka mendekatkan dan mengabdikan kepada maha kuasa.

Hal ini dijelaskan dalam QS. AR-rum: 30 dan QS. Ar-Rad: 28.

Al-Quran Surat Ar-Rum ayat 30

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ

Artinya: اللَّهُ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ

maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama allah: (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut

fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (itulah) agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahuinya.

Al-Quran Surat Ar-Rad ayat 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ  
الْقُلُوبُ ۚ ٢٨

Artinya: (Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tentram.

## 2. Psychological Distress

### a. Defenisi *Psychological Distress*

Menurut Mirowsky & Ross (2003) *psychological distress* merupakan pengalaman tidak menyenangkan yang dialami individu, ditampilkan melalui gejala depresi dan kecemasan, yang dimanifestasikan dalam bentuk emosi ataupun fisiologis individu tersebut. Adapun depresi biasanya ditandai dengan munculnya perasaan sedih, tidak bersemangat, kesepian, putus asa, tidak berharga, kesulitan tidur dan menangis. Sedangkan kecemasan ditandai dengan munculnya perasaan tegang, gelisah, khawatir, mudah marah dan takut. Menurut Ardimen (2019) Stress merupakan tekanan yang terjadi dalam kehidupan apabila tidak dikelola dengan baik akan menimbulkan berbagai masalah. Untuk itu stress perlu mendapatkan perhatian. Tanggapan seseorang terhadap stress tergantung apakah peristiwa itu dinilai sebagai tantangan atau ancaman. Sesuatu peristiwa yang dinilai sebagai sebuah tantangan dapat menjadi motivasi dan dapat meningkatkan kinerja tugas, sementara sebuah peristiwa yang dianggap sebagai suatu ancaman akan mengakibatkan seseorang menjadi depresi, disfungsi sosial dan

bahkan niat bunuh diri, dan stress itu bisa berdampak positif atau negatif jika dikelola dengan baik.

*Psychological distress* adalah kondisi kesehatan mental seseorang yang mengarah negatif pada masalah emosional, kognitif, perilaku dan perasaan. *Psychological distress* merupakan sebagai reaksi emosional yang tidak menyenangkan sebagai respon terhadap stress, yang ditandai dengan dua gejala yaitu kecemasan dan depresi. Depresi ditandai dengan kesedihan, kehilangan minat, putus asa, kesepian, merasa ingin mati, dan gangguan tidur. Sedangkan kecemasan ditandai dengan perasaan tegang, kegelisahan, kekhawatiran, ketakutan, dan mudah marah (Saumi, 2023)

Menurut Nisa (2021) *psychological distress* merupakan suatu kondisi individu yang berada pada tekanan psikologis sehingga menyebabkan ketidaknyamanan secara emosional, stress yang bersifat negatif dan merugikan, serta hal tersebut dapat memengaruhi individu dalam menjalani kehidupannya. Menurut Kessler dalam Salsabila et, al (2022) *psychological distress* merupakan suatu ketidakstabilan kondisi yang berdampak pada masalah ketidaknyamanan emosi, kognitif, perilaku dan perasaan individu seperti kecemasan, suasana hati, depresi, kelelahan, dorongan untuk selalu bergerak tanpa istirahat dan ketidakberhargaan diri individu.

*Psychological distress* merupakan keadaan psikologis yang bergabung dalam kondisi depresi, kecemasan, dan stress dimana depresi berarti penurunan motivasi, kecemasan berarti perasaan gelisah yang berlebihan, dan stress berarti tidak terkendalinya emosi. (Lovibond dalam Khotimah, 2021). Menurut Ridner dalam Khotimah (2021) *psychological distress* merupakan indikator kesehatan mental yang mengacu pada keadaan emosional individu berupa depresi seperti kesedihan dan kehilangan minat, kecemasan dan gejala somatik seperti insomnia.

Psychological distress adalah keadaan emosi yang dirasakan oleh individu terhadap tekanan-tekanan yang berada dari dalam diri individu dan lingkungan individu yang memiliki potensi mengganggu kesejahteraan individu itu sendiri, yang dimana ditandai dengan gejala depresi dan kecemasan (Julianti, 2022).

*Psychological distress* adalah keadaan emosional yang tidak nyaman yang dialami individu sebagai respon terhadap stres tertentu yang mengakibatkan bahaya baik secara permanen maupun sementara (Jatmika, 2020).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa *psychological distress* merupakan keadaan dimana individu mempunyai pengalaman yang tidak menyenangkan sehingga membuat individu depresi, dan rasa kecemasan yang membuat individu tertekan secara psikologis.

#### 1. Depresi (Depression)

Menurut Kemenkes RI (2018) Depresi merupakan sebuah gangguan perasaan yang membuat individu tersebut merasa sedih secara terus menerus. Selain perasaan sedih, depresi juga menyebabkan beberapa dampak fisik, pola pikir, serta perilaku individu. Berikut beberapa gejala psikologis depresi:

- a. hilangnya minat dalam melakukan sesuatu
- b. merasa kesedihan secara terus-menerus, rasa khawatir dan bersalah yang berlebihan
- c. Tidak menikmati apa yang dilakukan dan hilangnya motivasi hidup
- d. Sulitnya untuk memutuskan sesuatu, mudah tersinggung, tidak acuh dan berfikir untuk menyakiti diri sendiri

Depresi dapat menimbulkan beberapa dampak kepada penderitanya seperti mengalami kesulitan tidur dan kelelahan, mengalami kelambatan dalam bergerak, merasa nyeri tanpa

mengetahui penyebabnya, mengalami penurunan nafsu makan atau peningkatan nafsu makan secara drastis. Depresi dapat ditanggulangi dengan melakukan beberapa hal berikut:

- a. mencoba untuk menerima segala sesuatu hal dan tidak terlalu memikirkan masalah secara terus-menerus
- b. menghindari konsumsi minuman beralkohol dan obat-obatan terlarang
- c. melakukan konsultasi kepada tenaga profesional apabila terdapat gejala yang lebih 2 minggu dan tidak mereda.

## 2. Kecemasan (Anxiety)

Kecemasan merupakan gangguan psikologis saat individu merasakan cemas yang berlebihan dan tidak terkendali yang dapat menimbulkan kerugian baik bagi individu tersebut atau orang lain (Kemenkes RI, 2018). Rasa cemas yang dialami oleh orang biasanya terdapat pada keadaan tertentu saja, namun pada individu yang menderita kecemasan mengalami pada setiap situasi yang berlebihan. Berikut beberapa gejala fisik penderita kecemasan:

- a. Mengalami kesulitan tidur, tubuh sering gemetar dan keringat yang berlebihan
- b. Mengalami kelelahan, sesak napas, jantung berdebar, pusing dan kesemutan
- c. Mengalami ketegangan pada otot dan kering pada mulut

Kecemasan yang terjadi secara berkepanjangan bisa membahayakan penderita dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, apabila penderita mengalami gejala yang terjadi secara terus-menerus dan tidak kunjung mengalami perubahan

akan lebih baik memeriksakan diri dan berkonsultasi dengan tenaga profesional.

**b. Faktor-Faktor *Psychologi Distress***

Menurut Oltmanns & Emery dalam Milka (2023) faktor-faktor *psychological distress* ada tiga faktor yang mempengaruhi

1) Faktor Sosial

Respon stress yang muncul akibat adanya tekanan dari lingkungan dan kurangnya dukungan sosial sehingga mengakibatkan stress pada individu.

2) Faktor Biologis

Respon stress yang muncul dari dalam diri individu yang berasal dari sirkuit otak individu tersebut.

3) Faktor Psikologis

Respon stress yang dimunculkan melalui *classical conditioning* dan *operant conditioning*. Saat mengalami stress individu cenderung menjadi lebih mudah marah, sulit untuk menenangkan diri dan menjadi tidak sabar dalam keadaan yang dirasa menantang sehingga membutuhkan adaptasi fisiologis, yang meliputi perubahan fisik, baik fungsi maupun kebiasaan yang terjadi sehari-hari.

Menurut Mantthews dalam Sitompul (2021) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological distress*, yaitu sebagai berikut:

1) Faktor Fisiologis

Pengaruh beberapa bagian otak terhadap respon *distress* yang ditampilkan oleh individu. Misalnya, kerusakan pada *lotus frontalis* individu yang menimbulkan gangguan respon emosional yang disertai dengan hilangnya kontrol perilaku.

## 2) Faktor Kognitif

Pada umumnya *distress* akan muncul saat individu menilai dirinya tidak memiliki kontrol dalam menghadapi peristiwa-peristiwa yang dianggap penting.

## 3) Faktor Kepribadian

Sifat-sifat yang terkait dengan *distress* cenderung saling berhubungan satu sama lain dan juga dengan ukuran neurotisme yang lebih luas dan efektivitas negatif.

## 4) Faktor sosial

*Distress* mencerminkan kondisi individu terkait masalah mereka dan interaksi interpersonal mereka dalam suatu sosial dan konteks budaya. Faktor dukungan sosial dan hubungan interpersonal merupakan faktor yang paling berpotensi menimbulkan *distress*. Bentuk-bentuk hambatan tersebut dapat berupa kehilangan, perselisihan dalam pernikahan dan pengangguran.

Menurut Matthews dalam Azzarah (2017) terdapat dua faktor yang mempengaruhi *psychological distress* yaitu:

### 1) Faktor Intrapersonal

Faktor ini terdiri dari ciri kepribadian, yang mana di dalamnya ada beberapa ciri kepribadian yang berhubungan dengan kecenderungan emosi individu.

### 2) Faktor Situasional

Penyebab *distress* biasanya dikarenakan pengaruh dari pengalaman atau suatu peristiwa, kejadian atau situasi yang dirasa membahayakan atau dapat menyerang kesejahteraan individu.

Menurut Mirowsky & Ross (2003) terdapat enam faktor yang mempengaruhi *psychological distress* yaitu:

1) Faktor Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi merupakan posisi relative seseorang dalam distribusi peluang dan kemakmuran. Hal ini menandai tempat seseorang dalam kualitas hidup yang tidak setara secara sosial.

2) Faktor Pernikahan

Individu yang sudah menikah memiliki tingkat distress yang lebih rendah dibandingkan individu yang belum menikah.

3) Faktor Keberadaan Anak

Keberadaan anak dirumah membuat situasi yang meningkatkan *distress*, situasi tersebut yaitu kesulitan ekonomi, dukungan yang menurun dari pasangan, ketegangan antara pekerjaan dan keluarga, serta kesulitan mengatur dan membayar biaya perawatan anak.

4) Faktor Jenis Kelamin

Perempuan yang memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal itu karena, perempuan memiliki lebih banyak pekerjaan rumah tangga, memiliki peran yang lebih besar dalam mengatur dan merawat kehidupan keluarga sehingga menyampingkan kemajuan pribadi dan pekerjaan, sehingga mendapatkan lebih sedikit otonomi, otoritas dan pengakuan.

5) Faktor Kejadian Yang Tidak Terduga

*Distress* dapat dikaitkan dengan perubahan dari situasi ke situasi lainnya. Beberapa situasi atau peristiwa yang dialami, mungkin akan meninggalkan individu dalam keadaan yang lebih buruk sehingga menimbulkan banyak alasan untuk merasa khawatir dan menekan.

6) Faktor Usia

Kebanyakan orang berpendapat bahwa usia muda merupakan masa yang bahagia dan menyenangkan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological distress* adalah faktor sosial, biologis, fisiologis, psikologis, kognitif, kepribadian, intrapersonal, situasional

c. **Ciri *Psychological Distress***

Ciri-ciri dari *psychological distress* adalah gangguan depresi dan kecemasan menurut Julianti (2022) yang meliputi gangguan secara depresif mayor dan gangguan secara umum adalah:

1. Depresif Mayoryakni memiliki karakteristik yang gejalanya berulang hingga lebih dua minggu disertai perubahan afeksi, kognitif, dan fungsi serta tentang pemaafan pada peristiwa yang terjadi pada individu. Pada gangguan depresif mayor ini jika terjadi selama dua minggu dan diikuti oleh perubahan fungsi yang berkaitan dengan suasana hati dan depresi serta mood.
2. Kehilangan semangat, minat dan kesenangan yang meliputi:
  - a. Perasaan depresi lebih dari sehari, hampir setiap hari, sebagai indikasi salah satu laporan subjek (contohnya, merasa sedih, hampa, putus asa) atau menggunakan observasi orang lain (contohnya, nampak menangis).
  - b. Perasaan depresi dari sehari yang hampir setiap hari
  - c. Berkurangnya minat atau kesenangan pada semua aktifitas
  - d. Berat badan secara signifikan berkurang ketika tidak melakukan diet atau penambahan berat badan dan pengurangan pada nafsu makan.
  - e. Insomnia atau hyperinsomnia hampir setiap hari.
  - f. Agitasi atau retardasi psikomotorik (merasa kurang beristirahat)
  - g. Kelelahan atau kehilangan tenaga
  - h. Merasa tidak berharga atau rasa bersalah yang berlebihan

- i. Berkurangnya kemampuan untuk berfikir, konsentrasi, atau ragu-ragu
- j. Berulang kali memikirkan tentang kematian, merencanakan secara spesifik mengenai ide percobaan untuk bunuh diri

**d. Aspek-Aspek *Psychological Distress***

Menurut Mirowsky & Ross (2003) *psychological distress* memiliki dua aspek yaitu:

1. Depresi

Depresi merupakan reaksi psikologis yang disebabkan oleh gangguan mood sehingga menimbulkan perasaan sedih, putus asa, kehilangan semangat, kesepian, sulit tidur, tidak berharga dan mudah menangis.

2. Kecemasan

Kecemasan merupakan reaksi emosional yang disebabkan faktor dari luar tubuh sehingga menimbulkan perasaan tegang, gelisah, mudah marah, khawatir dan takut.

**e. Dimensi *Psychological Distress***

Talala dalam Fahrani (2020) mengungkapkan bahwa terdapat tiga dimensi *psychological distress* yaitu:

1. Depresi

Merupakan spektrum kelainan afektif yang diawali dengan adanya pelemahan suasana hati disertai nyeri psikogenik, penurunan harga diri, menurunnya psikomotorik, keterbelakangan dalam proses berfikir, gangguan tidur dan gangguan nafsu makan serta adanya keinginan bunuh diri.

## 2. Insomnia

Dimana seseorang individu yang mengalami kesulitan dalam menjaga waktu tidur, tidak mampu untuk memulihkan waktu tidur, mempertahankan waktu tidur, durasi dan tingkat keparahan dan keluhan lainnya.

## 3. Stress

Stress merupakan respon non spesifik yang timbul terhadap tuntutan lingkungan.

### f. *Psychological Distress* Dalam Kajian Keislaman

Beberapa kosa kata dalam Al-Quran yang mendekati *psychological distress* adalah “hamm” yang dapat diartikan sebagai gangguan mental yang berupa berfikir negatif secara terus menerus terikait ancaman yang akan datang dan cara mengatasinya (Rosada, 2021).

Di dalam QS Al-Hadid Allah melarang kita untuk bersedih hati, berikut ayatnya yang berbunyi:

لَّكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ٢٣

Artinya: “Agar kamu tidak bersedih hati terhadap apa yang luput dari kamu, dan jangan pula terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-nya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong dan membanggakan dirinya”.

Dalam ayat ini Allah SWT melarang untuk bersedih hati apabila merasakan kehilangan orang yang disayangi dan kehilangan kondisi sehat. Selain itu Allah SWT juga mengingatkan kita untuk selalu bersyukur atas apa yang kita dapatkan tanpa bergembira secara berlenihan atau sombong

. Selain itu QS Al-Baqarah: 38 juga menjelaskan tentang kekhawatiran, yaitu:

فُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَمَا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبَعَ هُدَايَ فَلَا  
خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ٣٨

Artinya: “Kami berfirman: “ turunlah kamu semuanya dan surga itu kemudian jika datang petunjukku, niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka, dan tidak (pula) mereka bersedih hati”.

Dalam ayat ini menjelaskan bahwa dalam kondisi seperti ini tetap melakukan aktivitas sesuai dengan petunjuk Allah salah satunya adalah dengan tidak memasukkan diri dalam kebiasaan.

Selain itu dalam QS Ali-Imran :139, Allah SWT juga menjelaskan bahwa:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ١٣٩

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamu orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”

Dalam ayat ini, Allah SWT menegaskan untuk tidak bersikap lemah dalam menghadapi musibah seperti bersikap terlalu khawatir dan larut dalam kesedihan menghadapi musibah, manusia harus bersikap tegar karena manusia merupakan makhluk yang paling tinggi derajatnya dimata Allah SWT.

### 3. Hubungan Religiusitas Dengan Psychological Distress

*Religiusitas* atau keberagamaan adalah suatu keadaan dimana seseorang terdorong untuk bersikap dan bertingkah laku yang berkaitan dengan agama banyak faktor yang mempengaruhi religiusitas salah satunya yaitu *psychological distress* (tekanan psikologis). *Psychological distress* merupakan sebuah keadaan yang dirasakan oleh seseorang secara subjektif yang menyebabkan perasaan tidak menyenangkan dari depresi dan

kecemasan (Pirade & Huwae, 2024). Rasa *religiusitas* memiliki peran penting dalam *psychologis distress* seseorang. Individu yang memiliki sikap *religiusitas* yang tinggi memiliki emosional yang baik dan cenderung memiliki *psychological distress* yang tinggi.

Berdasarkan penjelasan diatas, bisa disimpulkan bahwa *religiusitas* dan *psychological distress* memiliki hubungan yang signifikan. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Haq, 2023) yang mengungkapkan bahwa *religiusitas* memiliki hubungan yang signifikan dengan *psychological distress* individu, semakin tinggi tingkat *religiusitas* seseorang maka semakin rendah tingkat *psychological distress* yang diperoleh.

## B. Kajian Penelitian yang Relevan

Agar penelitian yang dilakukan ini menjadi lebih akurat, maka penulis merujuk hasil penelitian sebelumnya mengenai permasalahan yang ada hubungannya dengan judul dan masalah yang akan penulis teliti. Penelitian yang ada kaitannya dengan masalah yang akan peneliti teliti yaitu:

1. Fatimah Azzahra, judul penelitian adalah **Pengaruh Resiliensi Terhadap *Distress* Psikologis Pada Mahasiswa**, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang, 2017.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah begitu banyak tugas-tugas yang harus dihadapi mahasiswa di semua universitas di dunia. Hal ini menjadi salah satu penyebab tekanan yang dialami oleh mahasiswa. Bukan hanya itu saja, masih banyak hal lain yang menjadi sumber tekanan atau stress kuliah pada mahasiswa seperti adanya perubahan lingkungan, kehilangan jaringan, dukungan sosial, tekanan akademik, perkembangan hubungan dengan teman sebaya, dan juga masalah keuangan.

Tujuan penelitian ini untuk menemukan pengaruh resiliensi terhadap *distress* psikologis mahasiswa. Metode analisis data yang dilakukan dengan menggunakan penelitian kuantitatif asosiatif kausal antara dua variabel dan diolah dengan metode penghitungan statistik

SPPS 23 sehingga dapat diketahui apakah ada atau tidak ada pengaruh antara kedua variabel tersebut. Penelitian ini menggunakan metode pemilihan sampel *sampling* kuata. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi memberikan pengaruh negatif sebesar 3,6% artinya semakin tinggi reliensi maka semakin rendah distress psikologis, dan semakin rendah reliensi maka semakin tinggi distress psikologis.

Persamaa penelitian ini dengan penulis adalah menggunakan 2 variabel dan sama-sama menggunakan variabel *psychological distress* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Perbedaan penelitian ini dengan penulis adalah lokasi subjek yang digunakan, dan salah satu variabel yang digunakan berbeda. Penulis menggunakan variabel *religiusitas*, sedangkan penelitian ini menggunakan variabel resiliensi.

2. Devi Pramesty Satiti, judul penelitian adalah **Hubungan *Self Compassion* Dengan *Psychological Distress* Pada Narapidana Perempuan Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Semarang**, Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, 2019.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah kejahatan yang dilakukan oleh perempuan umumnya bukanlah kejahatan yang bersifat agresif dan kekerasan, perempuan cenderung melakukan tindak kriminal ringan yang tidak menggunakan kekuatan otot atau fisik. Terbatasnya ruangan di penjara dan hilangnya kemerdekaan selama menjalani hukuman pidana dianggap sebagai kondisi yang tidak menyenangkan, dimana hal tersebut dapat menyebabkan perubahan emosi dan perilaku kearah yang negatif. Seseorang yang masuk dan mengalami kehidupan sebagai seorang narapidana dapat mengalami perubahan psikologis akibat perubahan lingkungan dan sosial serta mengalami berbagai kehilangan, diantaranya kehilangan kebebasan dan pembatasan komunikasi.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan *self-compassion* dengan *psychological distress* pada narapidana perempuan di lembaga permasyarakatan kelas IIA Semarang. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian ini dilaksanakan di lembaga permasyarakatan kelas IIA Semarang. Sampel penelitian berjumlah 195 orang. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Data penelitian ini diambil menggunakan skala *psychological distress* dan skala *self-compassion*. Dengan hasil korelasi menunjukkan tanda negatif sehingga arah korelasi keduanya negatif. Artinya semakin tinggi *self-compassion* maka semakin rendah *psychological distress*. Hasil analisis data dan pengolahan data menunjukkan bahwa *psychological distress* pada responden penelitian tergolong kedalam kategori sedang ke arah rendah.

Persamaan penelitian ini dengan penulis adalah menggunakan 2 variabel dan sama-sama menggunakan variabel *psychological distress* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang berjenis korelasi. Perbedaan penelitian ini dengan penulis adalah lokasi subjek yang digunakan dan salah satu variabel yang digunakan berbeda. Penulis menggunakan variabel *religiusitas*, sedangkan penelitian ini menggunakan variabel *self-compassion*.

3. Devi Jatmika, judul penelitiannya adalah **Hubungan Antara *Psychological Distress* Dan *Problematic Internet Use* Pada Mahasiswa**, Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora, Universitas Bunda Mulia, 2020.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah mahasiswa berada dalam kategori usia remaja termasuk rentan mengalami *problematic internet use*. Dimasa ini mereka mempersiapkan diri menuju masa dewasa yang diikuti dengan perubahan fisik, kognitif, psikososial, bertambahnya kemampuan keterampilan. Remaja menjadi lebih mudah goyah karena munculnya kekecewaan dan penderitaan, meningkatnya konflik dan

krisis penyesuaian, impian dan kenyataan serta keterasingan dari kehidupan dewasa dan norma kebudayaan.

Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan *psychological distress* terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa. Metode analisa yang dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *convenience sampling* yaitu pengambilan data berdasarkan kesediaan partisipan untuk menjadi partisipan penelitian. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan *psychological distress* dapat menjadi faktor resiko *problematic internet use*.

Persamaan penelitian ini dengan penulis adalah menggunakan 2 variabel dan sama-sama menggunakan variabel *psychological distress* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang berjenis korelasi. Perbedaan penelitian ini dengan penulis adalah lokasi subjek yang digunakan, dan salah satu variabel yang digunakan berbeda. Penulis menggunakan variabel *religiusitas*, sedangkan penelitian ini menggunakan variabel *problematic internet use*

4. Arini Haq, judul penelitian ini adalah **Hubungan Antara Religiusitas Dan Tekana Psikologis Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pelaku Pernikahan Dini**, Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023.

Permasalahan dalam penelitian ini kepuasan pernikahan yang rendah tidak dapat menjamin keberhasilan hubungan pernikahan. Disisi lain angka pernikahan dini semakin meningkat memiliki berbagai dampak yang dialami pada pelaku pernikahan dini.

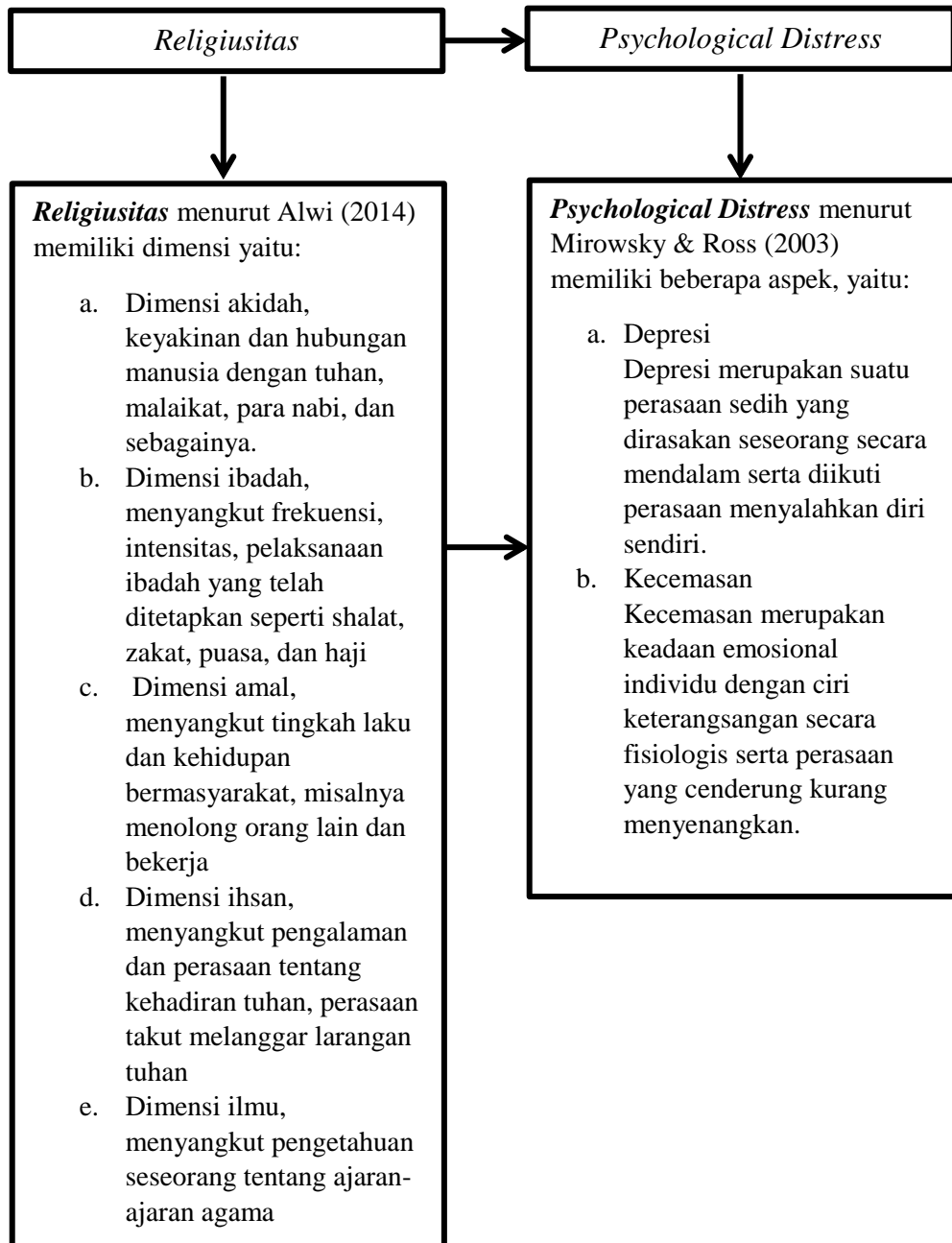
Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tekanan psikologis dan *religiusitas* dengan kepuasan pernikahan pada pelaku pernikahan dini. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *systematic random sampling*. Teknik analisis data yang digunakan

dalam penelitian ini adalah analisis model regresi linear berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara tekanan psikologis dan *religiusitas* dengan kepuasan pernikahan pada pelaku pernikahan dini yang signifikan.

Persamaan penelitian ini dengan penulis adalah sama-sama menggunakan variabel *psychological distress* (tekanan psikologis) dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang berjenis korelasi. Perbedaan penelitian ini dengan penulis adalah lokasi subjek yang digunakan dan jumlah variabel yang berbeda.

### C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan penjelasan tentang *religiusitas* dan *psychological distress*, maka kerangka berpikir yang digunakan adalah:



#### D. Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

$H_0$  : “Tidak ada hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah Datar

$H_a$  : “Ada hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah Datar

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan angka-angka dan analisis menggunakan statistik (Sugiyono, 2018). Sedangkan korelasi yaitu penelitian yang mengidentifikasi adanya hubungan prediktif antara variabel. Jadi, dalam penelitian ini penulis akan menguji ada atau tidak ada korelasi antar variabel penelitian serta akan menganalisis data yang berupa angka-angka.

Pendekatan yang digunakan pada penelitian adalah kuantitatif, dengan jenis penelitian korelasional. Penelitian korelasional dilakukan untuk menguji perbedaan karakteristik dari dua atau lebih variabel atau entitas, selain itu juga untuk menguji hubungan antara variabel-variabel dalam satu kelompok tertentu (Abdullah et al., 2012). Didalam penelitian ini untuk melihat hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah Datar.

#### B. Tempat dan Waktu Penelitian

##### 1. Tempat Penelitian

Penelitian tentang hubungan antara religiusitas dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah Datar. Penulis menetapkan penelitian di MTSN 8 Tanah Datar, karena MTSN 8 Tanah Datar merupakan sekolah yang berakreditasi tinggi dengan tetap mempertahankan nilai-nilai moral keagamaan dan terletak di wilayah bencana terjadi. Hal ini menjadi pertimbangan penulis untuk dapat melihat bagaimana *religiusitas* dan *psychological distress* pada siswa.

## 2. Waktu Penelitian

Adapun penelitian ini dilaksanakan mulai dari bulan Juli 2024 hingga bulan Desember 2024.

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang meliputi kuantitas dan karakteristik tertentu yang dilepaskan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sinaga, 2014). Sejalan dengan pendapat Riduwan & Lestari dalam Sinaga (2014) populasi adalah keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengukuran yang menjadi objek penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah siswa di MTSN 8 Tanah Datar yang berjumlah 299 orang.

**Tabel 3.1 Data Populasi**

NO	Kelas	Jumlah
1	X	106
2	XI	100
3	XII	93
Total		299

### 2. Sampel

Menurut Somantri dalam Sinaga (2014) merupakan bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya. Menurut Syahrums & Salim (2012) sampel adalah bagian dari populasi yang dijadikan subjek penelitian. Untuk menentukan atau mengambil sampel dari suatu populasi ada aturannya, yaitu sampel tersebut mewakili populasi. Sampel merupakan bagian jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (sugiyono, 2018). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan metode

*random sampling*. Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa teknik *random sampling* adalah teknik yang sederhana karena pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa melihat dan memperhatikan kesamaan atau setara yang ada dalam populasi. Cara ini digunakan apabila anggota populasi dianggap homogen. Sampel dalam penelitian ini adalah para siswa MTSN yang rumahnya rentan terhadap bencana alam .

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n : Besaran sampel

N : Besaran populasi

e : Nilai kritis (batas ketelitian) yang diinginkan (persen kelonggaran ketidak telitian karena kesalahan penarikan sampel

**Tabel 3.2 Penetapan Sampel**

Jumlah Populasi	Perhitungan	Sampel
299	$\frac{299}{1 + 299 \times (0,10)^2}$	75

#### **D. Pengembangan Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

Langkah-langkah dalam mengembangkan instrumen yaitu:1)  
Mengembangkan defenisi konseptual mengenai *religiusitas* dan

*psychological distress*, 2) Mengembangkan defenisi operasinal mengenai *religiusitas* dan *psychological distress*, 3) Memilih teknik pemberian skala yaitu skala likert, 4) Melakukan review justifikasi butir, 5) Mengurutkan petunjuk untuk respondens, 6) Menyiapkan draf instrumen, 7) Menguji validasi instrumen. Penulis melakukan uji validasi dan reabilitas. Validasi atau valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur, 8) revisi instrumen, dilakukan revisi instrumen sesuai dengan masukan dari parah ahli, tahap terakhir adalah menyiapkan manual instrumen (Gable dalam Firdaos, 2017).

Validasi yang diuji adalah validasi konstruk dan validasi isi. Selanjutnya reabilitas diartikan dengan keterlindungan, artinya suatu instrumen keterlindungan apabila instrumen tersebut dipakai berulang-ulang, maka hasilnya sama. Validitas ini di uji tiga orang ahli yang memiliki bidang relevan untuk mendapatkan penilaian terhadap validitas konstruk dan validitas isi (Sugiyono, 2018).

#### 1. Blueprint Instrumen Religiusitas

Kisi-kisi instrumen disajikan untuk mengukur variabel *religiusitas* pada siswa MTSN 8 Tanah Datar. Adapun skala yang digunakan untuk mengukur *religiusitas* disusun berdasarkan dimensi yang telah ditemukan oleh (Alwi, 2014).

**Tabel 3.3 *Blueprint Religiusitas* Sebelum Uji Coba**

No	Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
1.	Akidah	Individu percaya kepada Allah	1, 2, 3, 4	5, 6, 7, 8	8
		Individu percaya kepada nabi dan rasul	9, 10	11, 12	4
		Individu percaya kepada hari kiamat	13, 14	15, 16	4

		Individu percaya kepada takdir	17, 18	19, 20	4
2.	Ibadah	Sholat	21, 22, 23, 24, 25	26, 27, 28, 29, 30	10
		Membaca al-qur'an	31, 32, 33	34, 35, 36	6
		Dzikir	37, 38	39	3
		Berdoa kepada allah SWT	40	41	2
3.	Amal	Menjaga tingkah laku agar sesuai dengan norma agama	42, 43	44, 45	4
		berperan aktif dalam kegiatan sosial masyarakat	, 46, 47, 48, 49	50, 51, 52, 53,	8
4.	Ihsan	Individu merasa dekat dengan allah	54, 55	57, 58,59	5
		Merasa ketenangan dalam hidup	56, 61, 62	60, 64, 65,	6
5.	Ilmu	Individu memiliki pengetahuan tentang ajaran agama	66, 67,	63, 68, 69	5
		Memahami ajaran agama dengan baik	70, 71	72, 73	4
Total					73

## 2. Psychological Distess

Kisi-kisi instrumen disajikan untuk mengukur variabel psychological distress pada siswa MTSN 8 Tanah Datar. Instrumen yang digunakan adalah skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh (Mirowsky & Ross, 2003)

**Tabel 3.4 *Blueprint Psychological Distress* Sebelum Uji coba**

No	Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
----	-------	-----------	---	----	--------

1.	Depresi	Sedih yang mendalam	1, 2, 3, 4, 5, 6,10	7, 8, 9,	10
		Tidak bersemangat	, 12, 13, 14, 15	11, 16, 17, 18, 19, 20	10
		Putus asa	21, 22, 23, 24, 25,26	, 27, 28, 29, 30	10
2.	Kecemasan	Perasaan tegang	31, 32, 33	34, 35, 36	6
		Khawatir	37, 38	39, 40	4
		Takut	41, 42	43, 44	4
Total					44

### 3. Validitas

Menurut (Budiastuti & Bandur, 2018) validitas adalah untuk melihat sejauh mana seseorang peneliti mengukur apa yang hendak diteliti. Ketepatan dalam mengukur konstruk dinilai oleh orang yang ahli di dalam bidang tersebut. Instrumen dinyatakan valid apabila ahli atau pihak yang menilai sudah tidak memberikan saran/masukan dan menerima format dan konstruk dari instrumen yang diberikan. Ketepatan kriteria diperhatikan kelayakannya dengan membandingkan instrumen dengan kriterianya.

Seorang penilai atau *panel expert* dari dosen yang ahli akan diminta untuk memberikan penilaiannya terhadap item-item yang telah dibuat oleh peneliti hal ini dilakukan untuk melihat kelayakan item-item dan relevansi isi item sebagai jbaran dari indikator berperilaku yang hendak diukur. Di dalam penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan angka 5 untuk item yang sangat relevan, angka 4 untuk item relevan, angka 3 untuk item yang cukup relevan, angka 2 untuk

item tidak relevan, dan angka 1 untuk item yang sangat tidak relevan. Hasil dari penelitian *panel expert* ini kemudian dianalisis dengan menggunakan formula Aiken's V.

Nilai Aiken's V berkisar pada 0 sampai 1. Item yang layak digunakan yaitu item yang memiliki nilai Aiken's V diatas 0,5, hal ini berarti nilai item-item yang berada dibawah 0,5 tidak layak digunakan atau dengan kata lain tidak relevan terhadap konstruk. Apabila hal tersebut terjadi maka yang harus dilakukan oleh seorang peneliti yaitu memperbaiki item yang tidak valid atau menghapusnya dan mengganti dengan item baru yang lebih relevan dengan konstruk yang hendak diukur.

Berdasarkan hasil uji validitas *religiusitas* yang telah dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 3.5 Hasil Validitas *Religiusitas***

No Item	V	Ket	No Item	V	Ket
1	0,583	Valid	8	0,5	Valid
2	0,666	valid	9	0,5	Valid
3	0,833	Valid	10	0,666	Valid
4	0,833	Valid	11	0,5	Valid
5	0,75	Valid	12	0,5	Valid
6	0,5	Valid	13	0,75	Vallid
7	0,5	valid	14	0,666	Valid

No Item	V	Ket	No	V	Ket
15	0,5	Valid	22	0,833	Valid
16	0,5	Valid	23	0,833	Valid
17	0,833	Valid	24	0,583	Valid

18	0,833	Valid	25	0,75	Valid
19	0,5	Valid	26	0,833	Valid
20	0,5	Valid	27	0,5	Valid
21	0,5	Valid	28	0,5	Valid

29	0,5	Valid	37	0,833	Valid
30	0,5	Valid	38	0,833	Valid
31	0,666	Valid	39	0,75	Valid
32	0,833	Valid	40	0,833	Valid
33	0,75	Valid	41	0,75	Valid
34	0,5	Valid	42	0,583	Valid
35	0,5	Valid	43	0,583	Valid
36	0,833	valid	44	0,5	Valid

45	0,5	Valid	53	0,5	Valid
46	0,833	Valid	54	0,833	Valid
47	0,833	Valid	55	0,833	Valid
48	0,833	Valid	56	0,75	Valid
49	0,833	Valid	57	0,5	Valid
50	0,5	Valid	58	0,5	Valid
51	0,5	Valid	59	0,5	Valid
52	1	Valid	60	0,833	Valid

61	0,75	Valid	68	0,583	Valid
62	0,833	valid	69	0,5	Valid
63	0,5	Valid	70	0,75	Valid
64	0,5	Valid	71	0,833	Valid

65	0,5	Valid	72	0,5	Valid
66	0,833	Valid	73	0,5	Valid
67	0,5	Valid			Valid

Berdasarkan tabel, setelah dilakukan perhitungan validasi menggunakan Aiken V, sebanyak 73 aitem dikatakan valid karena nilai Aiken V pada keseluruhan item  $>0,5$ . Berikut ini adalah tabel hasil uji validitas setelah uji coba:

**Tabel 3.6 Tabel Hasil Validitas Uji Coba**

No	No Item	r- hitung	r- kriteria	Ket
1	A 1	-0,15038	0,25	Tidak Valid
2	A 2	0,136867	0,25	Tidak Valid
3	A 3	0,130571	0,25	Tidak Valid
4	A 4	0,376674	0,25	Valid
5	A 5	0,222257	0,25	Tidak Valid
6	A 6	0,545919	0,25	Valid
7	A 7	-0,03285	0,25	Tidak Valid
8	A 8	0,244354	0,25	Tidak Valid
9	A 9	0,229982	0,25	Tidak Valid
10	A 10	0,492163	0,25	Valid
11	A 11	0,476796	0,25	Valid
12	A 12	0,655757	0,25	Valid
13	A 13	0,13856	0,25	Tidak Valid
14	A 14	0,564266	0,25	Valid
15	A 15	0,315309	0,25	Valid
16	A 16	0,385959	0,25	Valid
17	A 17	0,338595	0,25	Valid
18	A 18	0,220967	0,25	Tidak Valid

19	A 19	0,619473	0,25	Valid
20	A 20	0,371213	0,25	Valid
21	A 21	0,211565	0,25	Tidak Valid
22	A 22	0,203942	0,25	Tidak Valid
23	A 23	0,261011	0,25	Tidak Valid
24	A 24	0,448815	0,25	Valid
25	A 25	0,494559	0,25	Valid
26	A 26	0,666154	0,25	Valid
27	A 27	0,261631	0,25	Tidak Valid
28	A 28	0,231589	0,25	Tidak Valid
29	A 29	0,628747	0,25	Valid
30	A 30	0,473416	0,25	Valid
31	A 31	0,380976	0,25	Valid
32	A 32	0,538448	0,25	Valid
33	A 33	0,720208	0,25	Valid
34	A 34	0,68601	0,25	Valid
35	A 35	0,607356	0,25	Valid
36	A 36	0,40156	0,25	Valid
37	A 37	0,538235	0,25	Valid
38	A 38	0,775477	0,25	Valid
39	A 39	0,681637	0,25	Valid
40	A 40	0,559586	0,25	Valid
41	A 41	0,497823	0,25	Valid
42	A 42	0,415207	0,25	Valid
43	A 43	0,381483	0,25	Valid
44	A 44	0,428215	0,25	Valid
45	A 45	0,381562	0,25	Valid

46	A 46	0,396843	0,25	Valid
47	A 47	0,554864	0,25	Valid
48	A 48	0,095886	0,25	Tidak Valid
49	A 49	0,275655	0,25	Tidak Valid
50	A 50	0,466781	0,25	Valid
51	A 51	0,627966	0,25	Valid
52	A 52	0,62888	0,25	Valid
53	A 53	0,523081	0,25	Valid
54	A 54	0,311133	0,25	Valid
55	A 55	0,596523	0,25	Valid
56	A 56	0,391722	0,25	Valid
57	A 57	0,337719	0,25	Valid
58	A 58	0,232236	0,25	Tidak Valid
59	A 59	0,588152	0,25	Valid
60	A 60	0,606923	0,25	Valid
61	A 61	0,650687	0,25	Valid
62	A 62	0,644968	0,25	Valid
63	A 63	0,728464	0,25	Valid
64	A 64	0,716711	0,25	Valid
65	A 64	0,577669	0,25	Valid
66	A 66	0,102667	0,25	Tidak Valid
67	A 67	0,473108	0,25	Valid
68	A 68	0,333738	0,25	Valid
69	A 69	0,39099	0,25	Valid
70	A 70	0,185023	0,25	Tidak Valid
71	A 71	0,23869	0,25	Tidak Valid
72	A 72	0,210633	0,25	Tidak Valid

73	A 73	0,428163	0,25	Valid
----	------	----------	------	-------

Berdasarkan tabel sebanyak 21 item memiliki nilai koefisien di bawah 0,5 yang demikian item tersebut tidak valid digunakan untuk penelitian. Sehingga dari 73 aitem *religiusitas* sebanyak 52 item yang digunakan dalam penelitian.

Berikut ini adalah *blueprint* akhir *religiusitas* setelah dilakukan uji coba dan setelah uji validasi

**Tabel 3.7 *Blueprint Akhir Religiusitas***

No	Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
1.	Akidah	Individu percaya kepada Allah	1	10	2
		Individu percaya kepada nabi dan rasul	2	13, 16	3
		Individu percaya kepada hari kiamat	3	11, 15	3
		Individu percaya kepada takdir	9	12, 20	3
2.	Ibadah	Sholat	14, 17	4, 6, 18	5
		Membaca al-qur'an	5, 19, 21	7, 22, 25	6
		Dzikir	8, 23	24	3
		Berdoa kepada allah SWT	30	35	2
3.	Amal	Menjaga tingkah laku agar sesuai dengan norma agama	27, 32	33, 36	4
		berperan aktif dalam kegiatan sosial masyarakat	26, 29	31, 34, 39, 28	6
4.	Ihsan	Individu merasa dekat dengan allah	37, 41	42, 45	4

		Merasa ketenangan dalam hidup	38, 43, 50	40, 44 48	6
5.	Ilmu	Individu memiliki pengetahuan tentang ajaran agama	46	51, 47 49	4
		Memahami ajaran agama dengan baik	-	52	1
Total					52

Di bawah ini merupakan tabel hasil uji validitas skala psychological distress.

**Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Skala *Psychological Distress***

No Item	V	Ket	No Item	V	Ket
1	0,75	Valid	8	0,833	Valid
2	0,75	Valid	9	0,5	Valid
3	0,75	Valid	10	0,5	Valid
4	0,833	Valid	11	0,833	Valid
5	0,833	Valid	12	0,833	Valid
6	0,5	Valid	13	0,833	Valid
7	0,5	Valid	14	0,833	Valid

15	0,833	Vallid	23	0,833	Valid
16	0,5	Valid	24	0,833	Valid
17	0,75	Valid	25	0,75	Valid
18	0,833	Valid	26	0,833	Valid
19	0,5	Valid	27	0,833	Valid
20	0,5	Valid	28	0,5	Valid
21	0,833	Valid	29	0,5	Valid

22	0,833	Valid	30	0,5	Valid
----	-------	-------	----	-----	-------

31	0,833	Valid	38	0,833	Valid
32	0,75	Valid	39	0,5	Valid
33	0,833	Valid	40	0,5	Valid
34	0,75	Valid	41	0,833	Valid
35	0,666	Valid	42	0,833	Valid
36	0,666	Valid	43	0,5	Valid
37	0,833	Valid	44	0,5	Valid

Berdasarkan tabel, setelah dilakukan perhitungan validasi menggunakan aiken V, sebanyak 44 item dikatakan valid karena nilai aiken V pada keseluruhan item  $>0,5$ . Berikut ini adalah tabel hasil uji validitas setelah uji coba.

**Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas *Psychological Distress***

No	No Item	r- hitung	r- kriteria	Ket
1	A 1	0,147423	0,25	Tidak Valid
2	A 2	0,182856	0,25	Tidak Valid
3	A 3	0,369582	0,25	Valid
4	A 4	0,386831	0,25	Valid
5	A 5	0,372054	0,25	Valid
6	A 6	0,39986	0,25	Valid
7	A 7	0,656829	0,25	Valid
8	A 8	0,723612	0,25	Valid
9	A 9	0,555756	0,25	Valid
10	A 10	0,379006	0,25	Valid
11	A 11	-0,23109	0,25	Tidak Valid

12	A 12	0,616631	0,25	Valid
13	A 13	0,689332	0,25	Tidak Valid
14	A 14	0,536072	0,25	Tidak Valid
15	A 15	0,739316	0,25	Tidak Valid
16	A 16	0,436406	0,25	Valid
17	A 17	-0,11418	0,25	Tidak Valid
18	A 18	0,101262	0,25	Tidak Valid
19	A 19	0,688608	0,25	Valid
20	A 20	0,665738	0,25	Valid
21	A 21	0,56041	0,25	Tidak Valid
22	A 22	0,436392	0,25	Valid
23	A 23	0,010278	0,25	Tidak Valid
24	A 24	0,23403	0,25	Tidak Valid
25	A 25	0,204957	0,25	Tidak Valid
26	A 26	0,35162	0,25	Valid
27	A 27	0,325895	0,25	Valid
28	A 28	0,224543	0,25	Tidak Valid
29	A 29	0,469653	0,25	Valid
30	A 30	0,445425	0,25	Valid
31	A 31	0,559697	0,25	Tidak Valid
32	A 32	0,089024	0,25	Tidak Valid
33	A 33	0,214204	0,25	Tidak Valid
34	A 34	0,130278	0,25	Valid
35	A 35	0,611159	0,25	Valid
36	A 36	0,622129	0,25	Valid
37	A 37	0,237886	0,25	Tidak Valid
38	A 38	0,431858	0,25	Valid

39	A 39	0,699743	0,25	Valid
40	A 40	0,569298	0,25	Valid
41	A 41	0,43733	0,25	Valid
42	A 42	0,156848	0,25	Tidak Valid
43	A 43	0,499611	0,25	Valid
44	A 44	0,46054	0,25	Valid

Berdasarkan tabel sebanyak 18 item memiliki koefisien di bawah 0,5 yang demikian item tersebut tidak valid digunakan untuk penelitian. Sehingga dari 44 item *psychological distress* sebanyak 30 item yang digunakan dalam penelitian.

Berikut ini adalah *blueprint* akhir *psychological distress* setelah dilakukan uji coba dan setelah uji validitas

**Tabel 3.10 *Blueprint Akhir Psychological Distress***

No	Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah
1.	Depresi	Sedih yang mendalam	1, 5, 8 12,15	2, 6, 9,	8
		Tidak bersemangat	19, 23, 27, 30	3, 7, 10	7
		Putus asa	11, 16, 22	4, 14, 17	6
2.	Kecemasan	Perasaan tegang	13	18, 25	3
		Khawatir	20	24, 28	3
		Takut	26	21, 29	3
Total					30

#### 4. Reliabilitas

Reliabilitas adalah konsistensi dari serangkaian pengukuran atau serangkaian alat ukur (Sanaky et al., 2021). Reliabilitas juga diartikan sebagai langkah pengolahan data dan tingkat konsistensi antara dua skor hasil pengukuran pada objek yang sama, meskipun menggunakan alat ukur yang berbeda dengan skala yang berbeda. Instrumen yang dikatakan reliabel apabila dapat digunakan berkali-kali dengan hasil yang sama.

Pengujian reliabilitas pada konstruk dengan terlebih dahulu melakukan uji validitas, apabila pada satu uji validitas sudah dapat dikatakan valid dengan nilai minimal Aiken's  $V$  0,5 maka selanjutnya dilakukan pengujian reliabilitas. Teknik yang dipakai untuk menentukan reliabilitas skala didalam penelitian ini adalah teknik analisis dari *Alpha Cronbach* alasan digunakan formula *Alpha Cronbach* adalah karena hasil reliabilitas yang diperoleh dapat lebih cermat dan mendekati hasil sebenarnya. Sedangkan pengolahan data yang digunakan adalah program SPSS (*Statistical Package For Social Science*) versi 20.0 *for windows*. Koefisien *Alpha Cronbach* yang diharapkan dalam skala penelitian ini minimal 0,7.

Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 3.11 Hasil Pengujian Reliabilitas**

Variabel	Item	Cronbach's Alpha	Kesimpulan
Religiousitas	52	0,885	Reliabel
Psychological Distress	30	0,773	Reliabel
Total	82	-	-

Berdasarkan tabel, dapat diketahui bahwa setiap item menghasilkan nilai *alpha cronbach* diatas 0,7, yaitu 0,885 untuk skala *religiusitas* dan 0,773 untuk *skala psychological distress*. Oleh karena itu, maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel reliabel

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengumpulkan data mengenai pendapat, sikap, dan persepsi individu atau kelompok individu mengenai fenomena sosial (Sugiyono, 2018). Pertanyaan item pada instrumen berbentuk positif dan negatif. Penulis menggunakan skala likert ini agar mampu untuk mengungkapkan religiusitas dan *psychological distress* siswa.

#### **F. Teknik Anallisis Data**

Analisis dalam penelitian kuantitatif melibatkan analisis data dari semua responden atau sumber data. Kegiatan dalam analisis data meliputi pengelompokan data menurut variabel dan jenis responden, serta penyajian data untuk setiap variabel yang diteliti (Sugiyono, 2018). Kemudian akan dilakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan untuk menguji hipotesis yang diajukan.

##### **1. Deskriptif data**

Pada tahap ini data yang telah diperoleh dari penelitian dideskripsikan menurut masing-masing variabel dengan menggunakan bantuan SPSS 20 untuk mendapatkan mean/rerata (M), standar deviasi (SD), modus (Md), dan median (Me).

##### **2. Persyaratan analisis**

Tujuan dari pengujian persyaratan analisis adalah untuk mengetahui apakah data yang dikumpulkan memenuhi persyaratan untuk dianalisis dengan teknik analisis yang direncanakan. Hal tersebut dapat dilakukan melalui uji normalitas dan linearitas.

a. Normalitas

uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui data yang terkumpul dan data yang akan dianalisis harus berdistribusi normal. Jika data berdistribusi normal maka hasil perhitungan statistik dapat digeneralisasikan untuk populasi penelitian. Oleh karena itu sebelum pengujian hipotesis dilakukan, maka terlebih dahulu akan dilakukan pengujian normalitas data (Sugiyono, 2018). Analisis normalitas data menggunakan rumus *kolmogorov- Smirnof* SPSS For Windows dalam pengujian normalitas dengan standar pengambilan keputusan.

- 1) Data dapat dikatakan terdistribusi normal apabila nilai signifikannya  $(p) > 0,05$
- 2) Data dapat dinyatakan tidak terdistribusi normal apabila nilai signifikannya  $(p) < 0,05$

b. Linearitas, uji linearitas digunakan untuk memilih model regresi yang akan digunakan. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan secara linear antara variabel dependent terhadap setiap variabel independent yang hendak diuji. Jika suatu model tidak memenuhi syarat linearitas suatu model dapat digunakan uji linearitas dengan melakukan regresi terhadap model yang ingin diuji. Aturan untuk keputusan linearitas dapat dengan membandingkan nilai signifikan dari *deviation from linearity* yang dihasilkan dari uji linearitas (menggunakan batuan SPSS) dengan nilai *alpha* yang digunakan. Jika nilai signifikan dari *Deviation from Linearity*  $> alpha$  (0,05) maka nilai tersebut linear (Sudarmanto, 2005).

3. Uji Hipotesis

a. Regresi sederhana

teknis analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah regresi linear sederhana. Karena regresi linear sederhana merupakan suatu metode untuk mengetahui kontribusi

pengaruh kolektif dari variabel bebas terhadap variabel terikat (Hartono, 2016). Penelitian ini menempatkan variabel religiusitas (X) sebagai variabel bebas, dan variabel psychological distress (Y) sebagai variabel terikat. Persamaan regresinya adalah:

$$Y = a + bX$$

Y: Variabel dependen (variabel terikat/dipengaruhi)

X: Variabel independen (variabel bebas/mempengaruhi)

a : Konstanta regresi

b : Intersep atau kemiringan garis regresi.

b. Koefisien determinan (R Square)

koefisien determinan adalah suatu analisis untuk menguji seberapa besar hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress*.

c. Uji korelasi

uji korelasi adalah pengujian signifikan untuk mengetahui hubungan X dengan Y dengan menggunakan analisis korelasi *pearson product moment*. Rumusnya sebagai berikut

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

Keterangan

$r_{xy}$  : Koefisien korelasi X dan Y

X : Variabel *religiusitas*

Y : Variabel *psychological distress*

XY : Product moment dan X dan Y

$\sum XY$  : Jumlah hasil perkalian antara skor X dan skor Y

$\sum X$  : Jumlah seluruh skor X

$\sum Y$  : Jumlah seluruh skor Y

Koefisien korelasi adalah hasil dari analisis korelasi. Nilai korelasi berkisar antara 1 dan -1, dan semakin tinggi nilainya berarti hubungan antara dua variabel semakin kuat. Sebaliknya, semakin rendah nilainya berarti hubungan antara dua variabel tergolong lemah

**Tabel 3.12 Koefisien Korelasi**

<b>Besar Koefisien korelasi (Positif / Negatif)</b>	<b>Interpretasi Koefisien Korelasi</b>
0,00-0,20	Tidak Ada Korelasi
0,21-0,40	Korelasi rendah
0,41-0,60	Korelasi Sedang
0,61-0,80	Korelasi Tinggi
0,81-1,00	Korelasi Sempurna

d. Uji Signifikan

Uji signifika korelasi Pearson Product Moment (PPM) secara praktis yang tidak dihitung, tetapi langsung dilihat pada tabel r Pearson Product Moment (PMM) dengan ketentuan apabila  $r$  hitung lebih kecil dari pada  $r$  tabel, maka  $H_0$  diterima. Tetapi apabila  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  tabel maka  $H_0$  diterima dan  $H_0$  di tolak.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada siswa dan siswi aktif di MTSN 8 Tanah Datar kelas VII, VIII, IX. Populasi dari penelitian ini berjumlah 299 orang siswa, pengambilan sampel diambil dengan menggunakan rumus Slovin dengan taraf kepercayaan 90%. Penggunaan taraf kepercayaan 90% dan toleransi kesalahan (*error*) 10% adalah karena adanya keterbatasan waktu, biaya dan juga tenaga dalam penelitian yang dilakukan.

MTSN 8 Tanah Datar adalah sebuah lembaga sekolah Madrasah Tsanawiyah Negeri yang berlokasi di jalan Babusalam Pasir Lawas, Kab. Tanah Datar. MTSN 8 Tanah Datar mendapatkan status akreditasi grade A. Para siswa dan siswi terbaik di Tanah Datar berlomba-lomba untuk masuk kedalam sekolah ini, karena letaknya yang strategis didekat kaki gunung merapi. Alasan tersebut membuat peneliti tertarik meneliti tentang *religiusitas* dan *psychological distress* yang dimiliki oleh siswa dan siswi di MTSN 8 Tanah Datar.

#### B. Deskripsi Data

Pada bagian ini peneliti akan memberikan gambaran penyebaran data yang diperoleh di lapangan secara umum. Peneliti akan menyajikan hasil penelitian yang meneliti tentang hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah Datar yang di dapatkan dari proses penyebaran skala kepada subjek atau responden penelitian.

Data religiusitas dan *psychological distress* pada siswa/i MTSN 8 Tanah Datar didapatkan dengan memberikan instrumen berupa skala likert kepada siswa/i yang terpilih sebagai subjek penelitian. Siswa/i yang telah terpilih sebagai subjek, diminta untuk mengisi skala dan memberikan jawaban pada item pernyataan yang telah peneliti berikan. Hasil dan

deskripsi penelitian dapat dikategorisasikan menjadi tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

1. Deskripsi Data Religiusitas Siswa/i Kelas VII VII IX Di MTSN 8 Tanah Datar

Analisis data deskriptif digunakan untuk melihat hasil data hipotetik dan empirik variabel *religiusitas*.

**Tabel 4.1 Deskripsi Data Penelitian Skala *Religiusitas***

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Mi n	Ma x	Mea n	S D	Min	Max	Mean	SD
<i>Religiusitas</i>	52	208	130	26	127,0 0	202,0 0	174,6 9	14,3 1

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan skor minimal pada data *religiusitas* sebesar 52, skor maksimal sebesar 208, dengan rata-rata atau mean sebesar 130, dan standar deviasi sebesar 26. Sedangkan analisis deskriptif secara empirik pada data religiusitas menunjukkan skor minimal 127,00, skor maksimal sebesar 202,00, dengan rata-rata atau mean sebesar 174,69, dan standar deviasi 14,31. Pada deskripsi tersebut menunjukkan mean pada skor empirik lebih tinggi dari pada mean skor hipotetik, hal tersebut memperlihatkan bahwa rata-rata pada saat penelitian lebih tinggi dari pada yang diperkirakan oleh alat ukur.

**Tabel 4.2 Persentase Kategorisasi Skor Variabel *Religiusitas***

<b>Rumus</b>	<b>Skor</b>	<b>Kategorisasi</b>
$X < M - 1SD$	$X < 104$	Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$104 \leq X < 156$	sedang
$M + 1SD \leq X$	$156 \leq X$	Tinggi

Data *religiusitas* siswa/i MTSN 8 Tanah Datar diperoleh dengan memberikan skala kepada siswa yang telah terpilih menjadi sampel penelitian. Siswa yang telah terpilih tersebut mengisi skala dan memberikan jawaban atas beberapa pernyataan yang telah peneliti siapkan. Kategori skor untuk melihat *religiusitas* pada siswa/i kelas VII VII IX di MTSN 8 Tanah Datar sebagai berikut:

**Tabel 4.3 Kategorisasi Skor religiusitas Siswa/i SMA Negeri 1 Sungai Tarab**

<b>No</b>	<b>Subjek</b>	<b>Skor</b>	<b>Kategori</b>
1	SNP	169	Tinggi
2	RF	127	Sedang
3	SN	196	Tinggi
4	ZF	202	Tinggi
5	NPK	183	Tinggi
6	NF	168	Tinggi
7	N	169	Tinggi
8	NL	193	Tinggi
9	SA	190	Tinggi

10	EY	128	Sedang
11	APA	159	Tinggi
12	HW	160	Tinggi
13	FA	177	Tinggi
14	NAF	174	Tinggi
15	IRS	179	Tinggi
16	SY	173	Tinggi
17	UH	190	Tinggi
18	NS	183	Tinggi
19	ZA	189	Tinggi
20	LH	168	Tinggi
21	R	184	Tinggi
22	DE	178	Tinggi
23	D	186	Tinggi
24	NF	176	Tinggi
25	R	157	Tinggi
26	ND	173	Tinggi
27	SRD	180	Tinggi
28	SA	173	Tinggi
29	MR	136	Sedang
30	LJ	171	Tinggi
31	RA	179	Tinggi

32	BIF	173	Tinggi
33	QAM	175	Tinggi
34	NA	176	Tinggi
35	RZ	172	Tinggi
36	A	177	Tinggi
37	MA	190	Tinggi
38	AS	177	Tinggi
39	NH	164	Tinggi
40	Y	166	Tinggi
41	R	156	Tinggi
42	MNF	154	Sedang
43	FAP	154	Sedang
44	AA	167	Tinggi
45	MH	187	Tinggi
46	F	170	Tinggi
47	CP	183	Tinggi
48	NHM	185	Tinggi
49	MA	178	Tinggi
50	WW	170	Tinggi
51	SRD	183	Tinggi
52	Z	178	Tinggi
53	E	188	Tinggi

54	VQ	191	Tinggi
55	JSS	188	Tinggi
56	RJF	162	Tinggi
57	SAP	194	Tinggi
58	B	162	Tinggi
59	ADA	187	Tinggi
60	RF	176	Tinggi
61	D	186	Tinggi
62	RAR	172	Tinggi
63	MR	157	Tinggi
64	C	173	Tinggi
65	DRP	153	Sedang
66	Z	192	Tinggi
67	AL	181	Tinggi
68	H	171	Tinggi
69	MD	163	Tinggi
70	AF	182	Tinggi
71	F	178	Tinggi
72	WYA	185	Tinggi
73	WA	180	Tinggi
74	CM	186	Tinggi
75	AG	190	Tinggi

Jumlah Skor	13102
Rata-rata	174,6933

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa jumlah skor total penelitian variabel *religiusitas* dari 75 subjek adalah 13102 dengan rata-rata skor 174,6933. Kemudian dalam tabel juga tidak didapatkan siswa yang memiliki *religiusitas* rendah. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *religiusitas* siswa/i kelas VII VIII IX di MTSN 8 Tanah Datar masuk dalam kategori tinggi. Selanjutnya mencari persentase variabel *religiusitas* dari hasil penyebaran skala kepada 75 siswa/i MTSN 8 Tanah Datar, yang memiliki jumlah pernyataan sebanyak 52 item dengan 4 pilihan jawaban, maka dapat disimpulkan presentasi skor dari masing-masing indikator sebagai berikut:

**Tabel 4. 4 Persentase Skor Per Indikator *Religiusitas***

No	Indikator	Jumlah Skor	Persentase
1	Individu percaya kepada allah	543	90,5%
2	Individu percaya kepada nabi dan rasul	822	91,33%
3	Individu percaya kepada hari kiamat	734	81,55556%
4	Individu percaya kepada takdir	769	85,44444%
5	Sholat	1261	84,06667%
6	Membaca al-quran	1394	77,44444%
7	Dzikir	721	80,11111%

8	Berdoa kepada allah swt	569	94,83333%
9	Menjaga perilaku agar sesuai dengan norma agama	1027	85,58333%
10	Berperan aktif dalam kegiatan masyarakat	1488	82,66667%
11	Individu merasa dekat dengan allah	1096	91,33333%
12	merasa ketenangan alam hidup	1580	87,77778%
13	Individ memiliki pengetahuan tentang agama	854	71,16667%
14	Memahami ajaran agama dengan baik	244	81,33333%
Jumlah		13102	86,165%

Berdasarkan hasil pengumpulan data tersebut dapat diketahui bahwa rata-rata perolehan skor hasil sebaran skala *religiusitas* adalah 86,165% dengan skor indikator tertinggi sebesar 94,83333% yaitu indikator berdoa kepada allah swt dan skor terendah sebesar 71,16667% yaitu indikator individu memiliki pengetahuan tentang ajaran agama. Data tersebut memberikan gambaran bahwa siswa/i MTSN 8 Tanah Datar pada semua indikator termasuk kedalam kategori tinggi, sesuai dengan tabel interval. Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa religiusitas pada siswa/i MTSN 8 Tanah Datar pada semua indikator termasuk kedalam kategori tinggi. Kategori persentase penilaian tersebut dapat dilihat dari tabel berikut:

**Tabel 4.5 Kategorikan Interval Persentase Skor**

Interval	Kategori
0% - 20%	Sangat Rendah
21% - 40%	Rendah
41% - 60%	Cukup
61% - 80%	Tinggi
81% - 100%	Sangat Tinggi

## 2. Deskripsi Data Psychological Distress Pada Siswa/i Kelas VII VII IX MTSN 8 Tanah Datar

Untuk melihat hasil deskriptif data hipotetik dan empirik dari variabel *psychological distress* digunakan analisis data deskriptif. Deskriptif data hasil dari penelitian ini dapat dilihat dari tabel berikut:

**Tabel 4.6 Deskripsi Data Penelitian Skala *Psychological Distress***

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Psychological distress	30	120	75	15	67,00	119,00	98,20	8,62

Berdasarkan tabel, dapat dilihat bahwa hasil dari analisis deskripsi secara hipotetik menunjukkan skor minimal pada data skala *psychological distress* sebesar 30, skor maksimal sebesar 120, skor rata-rata atau mean sebesar 75, dan standar deviasi sebesar 15. Sedangkan analisis deskriptif empirik menunjukkan skor minimal pada skala *psychological distress* 67,00, skor maksimal sebesar 119,00, skor rata-rata atau mean sebesar 98,20, dan standar deviasi sebesar 8,62. Pada deskripsi data tersebut menunjukkan mean pada skor empirik lebih tinggi dari pada skor

hipotetik. Deskripsi data pada penelitian ini dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

**Tabel 4.7 Persentase Kategori Skor Variabel Psychological Distress**

Rumus	Skor	Kategorisasi
$X < M - 1SD$	$X < 50$	Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$50 \leq X < 90$	Sedang
$M + 1SD \leq X$	$90 \leq X$	Tinggi

Data *psychological distress* siswa kelas VII VIII IX MTSN 8 Tanah Datar diperoleh dengan memberikan skala kepada siswa yang telah terpilih menjadi subjek penelitian. Siswa/i yang telah dipilih akan mengisikala dan memberikan jawaban atas beberapa pernyataan yang telah peneliti siapkan. Kategori skor untuk melihat *psychological distress* siswa/i kelas VII VIII IX MTSN 8 Tanah Datar adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Psychological Distress Siswa/i MTSN 8 Tanah Datar**

No	Subjek	Skor	Kategori
1	SNP	117	Tinggi
2	RF	119	Tinggi
3	SN	99	Tinggi
4	ZF	114	Tinggi
5	NPK	110	Tinggi
6	NF	107	Tinggi
7	N	103	Tinggi

8	NL	101	Tinggi
9	SA	107	Tinggi
10	EY	91	Tinggi
11	APA	93	Tinggi
12	HW	89	Sedang
13	FA	98	Tinggi
14	NAF	96	Tinggi
15	IRS	101	Tinggi
16	SY	102	Tinggi
17	UH	95	Tinggi
18	NS	95	Tinggi
19	ZA	105	Tinggi
20	LH	103	Tinggi
21	R	98	Tinggi
22	DE	100	Tinggi
23	D	97	Tinggi
24	NF	99	Tinggi
25	R	83	Sedang
26	ND	97	Tinggi
27	SRD	88	Sedang
28	SA	99	Tinggi
29	MR	67	Sedang

30	LJ	98	Tinggi
31	RA	99	Tinggi
32	BIF	94	Tinggi
33	QAM	103	Tinggi
34	NA	109	Tinggi
35	RZ	101	Tinggi
36	A	99	Tinggi
37	MA	108	Tinggi
38	AS	107	Tinggi
39	NH	99	Tinggi
40	Y	83	Sedang
41	R	90	Tinggi
42	MNF	96	Tinggi
43	FAP	93	Tinggi
44	AA	89	Sedang
45	MH	98	Tinggi
46	F	97	Tinggi
47	CP	92	Tinggi
48	NHM	96	Tinggi
49	MA	106	Tinggi
50	WW	102	Tinggi
51	SRD	107	Tinggi

52	Z	110	Tinggi
53	E	94	Tinggi
54	VQ	92	Tinggi
55	JSS	104	Tinggi
56	RJF	100	Tinggi
57	SAP	106	Tinggi
58	B	97	Tinggi
59	ADA	100	Tinggi
60	RF	92	Tinggi
61	D	98	Tinggi
62	RAR	104	Tinggi
63	MR	102	Tinggi
64	C	91	Tinggi
65	DRP	77	Sedang
66	Z	100	Tinggi
67	AL	98	Tinggi
68	H	87	Sedang
69	MD	83	Sedang
70	AF	94	Tinggi
71	F	86	Sedang
72	WYA	95	Tinggi
73	WA	102	Tinggi

74	CM	107	Tinggi
75	AG	107	Tinggi
Jumlah Skor			7365
Rata-Rata			98,2

Berdasarkan tabel skor *psychological distress* di atas, menggambarkan bahwa siswa/i MTSN 8 Tanah Datar dari 75 orang siswa menjadi subjek penelitian diperoleh jumlah 7357 dengan skor rata-rata 98,2. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *psychological distress* siswa/i MTSN 8 Tanah Datar berada pada kategori tinggi

Selanjutnya untuk menentukan persentase dari data variabel *psychological distress* dari hasil penyebaran skala pada 75 siswa, dengan jumlah pernyataan sebanyak 30 item dengan 4 pilihan jawaban, maka dapat disimpulkan persentase skor dari masing-masing indikator sebagai berikut:

**Tabel persentase Skor Indikator Skala *Psychological Distress***

No	Indikator	Jumlah Skor	Persentasi
1	Sedih yang mendalam	209	87,16667%
2	Tidak bersemngat	1616	76,95238%
3	Putus asa	1301	72,27778%
4	Perasaan tegang	759	84,33333%
5	Khawatir	821	91,22222%
6	Takut	776	86,22222%
Jumlah		7365	68,50132%

Berdasarkan hasil pengumpulan data tersebut dapat diketahui bahwa rata-rata perolehan skor hasil sebaran skala *psychological distress* adalah 68,50132% dengan skor indikator tertinggi sebesar 91,22222% yaitu indikator khawatir dan skor indikator terendah sebesar 72,27778% yaitu indikator putus asa. Berdasarkan pada data tersebut siswa/i MTSN 8 Tanah Datar berada pada kategori tinggi pada tabel indikator interval. Hal ini dapat disimpulkan bahwa *psychological distress* pada siswa/i MTSN 8 Tanah Datar pada semua indikator termasuk kedalam kategori tinggi. Kategori penilaian persentase skor tersebut dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.10 Kategori Interval Persentase Skor**

<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>
0% - 20%	Sangat Rendah
21% - 40%	Rendah
41% - 60%	Cukup
61% - 80%	Tinggi
81% - 100%	Sangat Tinggi

### C. Uji Prasyarat Analisis

#### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah pengujian data yang bertujuan untuk menentukan apakah data yang diteliti memiliki distribusi normal atau sebaliknya. Pada penelitian ini digunakan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS Windows versi 20. Data diketahui berdistribusi normal apabila memiliki nilai signifikansi  $>0,05$  dan begitupun sebaliknya, data dikatakan tidak berdistribusi normal apabila nilai signifikansi  $<0,05$ . Hasil uji normalitas variabel *religiusitas* dan *psychological* dapat dilihat dalam tabel berikut :

**Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas****One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		75
Normal Parameters <sup>a</sup> b	Mean	0E-7
	Std. Deviation	6,64825407
Most Extreme Differences	Absolute	,075
	Positive	,059
	Negative	-,075
Kolmogorov-Smirnov Z		,646
Asymp. Sig. (2-tailed)		,798

Berdasarkan tabel *output* SPSS tersebut, diketahui bahwa nilai signifikansi Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,798 lebih besar dari 0,05. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* di atas, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi dan prasyarat normalitas dalam model regresi sudah terpenuhi.

## 2. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan uji yang dilakukan untuk mengamati bentuk hubungan yang terjadi antara variabel yang diteliti, apakah berhubungan secara linear yang signifikan atau tidak. Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan batuan aplikasi SPSS Windows versi 20 melalui perangkat uji anova. Data hasil uji linearitas dapat dikatakan berpola secara linear apabila signifikansi *deviation from linearity* >0,05.

**Tabel 4.12 Hasil Uji Linearitas**

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological distress * Religiusitas	Between Groups	(Combined)	3833,897	42	91,283	1,990	,023
		Linearity	2030,933	1	2030,933	44,278	,000
		Deviation from Linearity	1802,964	41	43,975	,959	,555
	Within Groups		1467,783	32	45,868		
	Total		5301,680	74			

Berdasarkan tabel diatas, hasil analisis pengujian linearitas variabel independen (*religiusitas*) dan variabel dependen (*psychological distress*) dapat diketahui bahwa nilai signifikansi *deviation from linearity* nya sebesar 0,555. Dengan demikian nilai signifikansi dari penelitian ini  $0,555 > 0,05$  yang menunjukkan bahwa variabel *religiusitas* memiliki pola hubungan yang linear dengan variabel *psychological distress*.

#### D. Uji Hipotesis

Setelah uji prasyarat di atas yaitu uji normalitas dan uji linearitas terpenuhi, maka selanjutnya akan dilakukan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antara kedua variabel yang sedang diteliti. Uji hipotesis dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *product moment pearson* dengan bantuan aplikasi SPSS Windows versi 20 karena variabel *religiusitas* dengan *psychological distress* berdistribusi normal dan hubungan linear.

Untuk mengetahui apakah ada korelasi antara dua variabel dalam penelitian ini, digunakan dasar pengambilan keputusannya apabila kedua

variabel memiliki nilai signifikansi  $<0,05$  maka dianggap berkorelasi berikut adalah hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini:

$H_0$  : “Tidak ada hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah Datar

$H_a$  : “Ada hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa yang terdampak bencana alam di MTSN 8 Tanah Datar

Berikut ini merupakan hasil uji korelasi antara *religiusitas* dengan *psychological distress*

**Tabel 4.13 Hasil Uji Hipotesis**

<b>Correlations</b>			
		Religiusitas	Psychological_distress
Religiusitas	Pearson Correlation	1	,619**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	75	75
Psychological_distress	Pearson Correlation	,619**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	75	75

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Pada tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada variabel *religiusitas* dan *psychological distress* memiliki nilai sig (2-tailed) sebesar 0,000. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa nilai signifikansi pada kedua variabel memiliki nilai  $<0,05$  yang artinya variabel *religiusitas* dan *psychological distress* dapat dinyatakan memiliki hubungan korelasi atau hubungan yang signifikansi. Pada tabel tersebut juga dapat dilihat bahwa koefisien

korelasi (*Corelation pearson*) untuk kedua variabel bernilai positif (1) dan (0,619). Maka diambil kesimpulan bahwa kedua variabel memiliki hubungan positif yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa *kereligiuitasan* siswa/i sebanding dengan *psychological distress* mereka, semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin tinggi tingkat *psychological distress* mereka, dan begitupun sebaliknya semakin rendah tingkat *religiuitas* maka semakin rendah tingkat *psychological distress* pada siswa/i kelas VII VIII IX di MTSN 8 Tanah Datar.

Berikut pedoman yang dapat digunakan untuk mengukur derajat keterkaitan antara kedua variabel:

**Tabel 4.14 Interpretasi Koefisien Korelasi**

<b>Interval Koefisien</b>	<b>Tingkat Hubungan</b>
0,00-0,20	Tidak Ada Hubungan
0,21-0,40	Rendah
0,41-0,60	Sedang
0,61-0,80	Tinggi
0,81-100	Sangat Tinggi

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa nilai koefisien korelasi variabel *religiuitas* dan *psychological distress* sebesar 0,619 memiliki tingkat hubungan kuat. Jadi dapat disimpulkan bahwa variabel *religiuitas* memiliki tingkat yang tinggi dengan *psychological distress*.

## **E. Pembahasan**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel X dengan variabel Y dalam penelitian ini. Dimana variabel X atau variabel independen dalam penelitian ini adalah

*religiusitas* dan variabel Y atau variabel dependen dalam penelitian ini adalah *psychological distress*.

Subjek yang digunakan dalam penelitian adalah siswa/i kelas VII VIII IX MTSN 8 Tanah Datar dengan jumlah subjek 75 orang siswa/i. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *religiusitas* dengan *psychological distress* dengan nilai korelasi sebesar 0,619 dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  dengan menggunakan *two-tailed test*. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa/i MTSN 8 Tanah Datar diterima.

*psychological distress* merupakan pengalaman tidak menyenangkan yang dialami individu, ditampilkan melalui gejala depresi dan kecemasan, yang dimanifestasikan dalam bentuk emosi ataupun fisiologis individu tersebut. Adapun depresi biasanya ditandai dengan munculnya perasaan sedih, tidak bersemangat, kesepian, putus asa, tidak berharga, kesulitan tidur dan menangis. Sedangkan kecemasan ditandai dengan munculnya perasaan tegang, gelisah, khawatir, mudah marah dan takut.

Berdasarkan analisis perbandingan antara skor data empirik dengan hipotetik dapat diketahui bahwa mean untuk data empirik variabel *psychological distress* 98,20 dengan mean data hipotetik 75. Hasil tersebut menunjukkan mean data empirik lebih tinggi dibandingkan mean dari data hipotetik sehingga data disimpulkan bahwa jika dilihat dari rata-rata siswa/i diukur pada saat penelitian memiliki *psychological distress* lebih dari yang diperkirakan alat ukur, artinya *psychological distress* yang dimiliki oleh siswa/i VII VIII IX MTSN 8 Tanah Datar lebih tinggi dari pada yang diperkirakan oleh alat ukur.

Terdapat tiga kategori dalam pengelompokan tingkat *psychological distress* yaitu rendah, sedang, dan tinggi, sesuai dengan hasil perolehan data temuan mengenai tingkat *psychological distress* pada

siswa/i MTSN 8 Tanah Datar. Hasil dari penelitian yang dilakukan kepada 75 orang siswa/i menunjukkan tidak ada yang berada pada tingkat kategori rendah, kemudian sebanyak 10 siswa dengan tingkat *psychological distress* sedang, dan sebanyak 20 siswa dengan tingkat *psychological distress* tinggi. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa penelitian ini menunjukkan mayoritas siswa/i MTSN 8 Tanah Datar memiliki tingkat *psychological distress* dengan kategori tinggi.

*Religiusitas* adalah persepsi dan perasaan percaya kepada tuhan, keyakinan agama, sikap dan perilaku yang diselenggarakan dari sistem spiritual dan manusia. Keyakinan yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi kemampuannya untuk berfikir positif tentang pengaturan diri yang realistis dan harapan positif (Ardimen, 2024).

Berdasarkan analisis perbandingan antara skor empirik dengan hipotetik dapat diketahui bahwa mean untuk data empirik variabel *religiusitas* sebesar 174,6 sedangkan pada data hipotetik nilai mean sebesar 130. Dengan demikian secara rata-rata siswa yang diukur pada saat penelitian lebih tinggi dari yang diperkirakan alat ukur, karena skor empirik lebih tinggi dibandingkan skor data hipotetik. Siswa/i MTSN 8 Tanah Datar dikategorikan ke dalam tiga kategori *religiusitas*, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Hasil penelitian dari 75 siswa/i menunjukkan bahwa tidak ada siswa yang berada dalam kategori rendah, 6 siswa berada pada kategori sedang dan 46 siswa berada pada kategori tinggi. Kesimpulannya, penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa/i MTSN 8 Tanah Datar berada pada kategori tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *religiusitas* siswa memiliki korelasi positif antara *religiusitas* dengan *psychological distress*. Hasil ini didapatkan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000 yang kurang dari 0,05. Oleh karena itu, variabel *religiusitas* yang merupakan variabel bebas, memiliki hubungan dengan variabel *psychological distress* yang merupakan variabel terikat. Selanjutnya, dapat dilihat bahwa kedua variabel memiliki derajat keterhubungan, seperti yang ditunjukkan oleh

nilai korelasi pearson yang menunjukkan 0,619 atau lebih dari 0,05. Jika nilainya positif, maka dapat dikatakan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang positif satu sama lain. Hal ini menunjukkan *psychological distress* siswa/i MTSN 8 Tanah Datar sebanding dengan *religiusitas* dan sebaliknya, semakain rendah religiusitas, maka siswa/i MTSN 8 Tanah Datar memiliki tingkat *psychological distress* yang lebih rendah.

Berdasarkan pemaparan yang diatas, dapat diambil kesimpulan pada religiusitas dengan *psychological distress* akan berhubungan secara positif apabila siswa mampu mengidentifikasi, mengolah rasa cemas dan rasa takut atas ketentuan yang terjadi dari Allah SWT dan menjalin hubungan yang hangat dengan orang lain juga akan membantu dalam menghadapi tantangan yang ada dalam kehidupan.

Kejadian bencana alam telah menyebabkan banyaknya korban jiwa dan kerusakan. Hal ini menyebabkan terjadinya goncangan jiwa bagi para korban yang selamat dari bencana tersebut. Dalam waktu singkat keadaan ini akan menyebabkan rasa takut, cemas, sedih, dan rasa putus asa. Kemudian dalam jangka panjang kondisi ini akan terus berlanjut sehingga menghambat keefektifan hidup dalam keseharian yang disebut dengan sindrom *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD).

Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) adalah gangguan yang terjadi pada orang setelah bencana. Secara umum, PTSD dapat diobati jika diketahui lebih awal, sehingga pengobatan dapat diberikan pada saat itu juga. Namun, jika tidak teragnosis dan dibiarkan dalam waktu lama tanpa pengobatan khusus, hal itu menyebabkan komplikasi medis atau psikologis yang cukup parah dan akhirnya menjadi permanen, dan dapat menyebabkan gangguan dalam sosial dan pekerjaan. Secara umum, PTSD Dapat ditangani dengan membantu para korban bencana untuk mengembalikan keadaan dan perilakunya seperti semula. Untuk mencegah PTSD terjadi pada korban bencana, maka penting diberikan therapy berupa trauma Healing (Ardimen et, al 2022).

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa/i MTSN 8 Tanah Datar, maka dapat disimpulkan bahwa religiusitas (X) dan *psychological distress* (Y) pada siswa memiliki hubungan yang signifikan. Hasil dapat dari nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,0000 yang kurang dari 0,05. Dalam penelitian ini juga diketahui bahwa terdapat hubungan antara *religiusitas* dengan *psychological distress* pada siswa, hal ini dilihat dari nilai korelasi koefisien korelasi (*corelation pearson*) yang hasilnya sebesar 0,619 atau lebih dari 0,05. Berdasarkan hasil dari uji korelasi yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara kedua variabel. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat *religiusitas* pada siswa maka semakin tinggi pula *psychological distress*nya, begitu pula yang terjadi sebaliknya, semakin rendah tingkat *religiusitas* siswa, maka semakin rendah juga tingkat *psychologi distress* siswa

#### B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti dapatkan, maka hasil penelitian ini menjadi sumber informasi terkait gambaran religiusitas dan *psychological* yang dimiliki oleh siswa/i MTSN 8 Tanah Datar, penelitian ini juga dapat dikembangkan untuk menunjang ilmu pengetahuan khususnya bidang psikologi dan pendidikan. Hasil dari penelitian ini bisa dijadikan bahan bacaan atau referensi mengenai *religiusitas* dan *psychological distress* oleh pembaca.

### C. Saran

#### 1. Bagi Siswa

Untuk seluruh siswa dan siswi MTSN 8 Tanah Datar dapat dilihat memiliki tingkat religiusitas berada pada kategori tinggi dan psychological distress berada pada kategori tinggi. Oleh karena itu, penulis mengharapkan agar seluruh siswa dan siswi untuk selalu mempertahankan dan meningkatkan rasa *religiusitas* dan dapat mengontrol rasa *psychological distressnya*.

#### 2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk tidak melakukan kesalahan yang penulis lakukan selama melakukan penelitian. Bagi penelitian selanjutnya agar meningkatkan kualitas penelitian khususnya yang berkaitan dengan *religiusitas* dan *psychological distress* pada siswa dengan cara melibatkan variabel-variabel lain.

#### 3. Bagi Sekolah

Penulis menyarankan kepada pihak sekolah yaitu MTSN 8 Tanah Datar untuk mengintegrasikan program religiusitas di sekolah seperti membaca al-quran sebelum melakukan kegiatan pembelajaran. Selain itu pihak sekolah juga dapat menyelenggarakan kegiatan yang dapat membantu siswa dalam mengontrol psychological distress seperti memberikan siswa waktu bercerita dengan guru bk.

## **DAFTAR KEPUSTAKAAN**

Abdullah, K., Jannah, M., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, Masita, Ardiawan, K. N., & Sari, Meilida E. 2012. Metode penelitian kuantitatif. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, Aceh