HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN SPIRITUAL DENGAN STRES BELAJAR ONLINE PADA MAHASISWA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

DISUSUN OLEH:

HELMITHA KHAIRUNISA AFRILITA

168110250

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

PEKANBARU

2021

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Helmitha Khairunisa Afrilita

NPM : 168110250

Judul Skripssi : Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Stres Belajar Online Pada Mahasiswa

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis atau diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia gelar sarjana saya dicabut.

Pekanbaru, 21 Agustus 2021

Yang Menyatakan,

Helmitha Khairunisa Afrilita

168110250

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

HALAMAN PERSEMBAHAN

Berkat rahmat serta izin dari Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya. Skripsi ini penulis persembahkan untuk kedua orang tua yaitu papa dan mama penulis yang telah memberikan semangat, dukungan serta kasih sayang kedua orang tua yang tak pernah terhenti.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

MOTTO

"Siapa yang telah menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan mudahkan baginya jalan menuju surga" (HR. Muslim, no. 2699).

"Setiap kesulitan pasti ada jalan, yakinlah bahwa Allah tidak akan memberikan kesulitan diluar batas kemampuan manusia"

"Kesabaran akan menumbuhkan sebuah keberhasilan"

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Kata Pengantar

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Alhamdulillah penulis ucapkan puji syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam diucapkan kepada Nabi Muhammad Shalallahu Alaihi Wassalam (Asyhadualla Ilahailallah Wa Asyhaduanna Muhammadan Rasulullah) yang telah membimbing umat manusia dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang ini.

Penyusunan skripsi ini untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna mendapatkan gelar Sarjana Psikologi Strata Satu (S1) pada jurusan Ilmu Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Adapun judul skripsi tersebut yaitu *"Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Stres Belajar Online Pada Mahasiswa"*.

Dalam proses penyelesaian penulisan dan penyusunan skripsi ini tidak sedikit hambatan penulis menyelesaikannya. Namun berkat dukungan, bimbingan, dorongan serta semangat dari berbagai pihak. Sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Syafrinaldi., MCL selaku Rektor Universitas Islam Riau yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu pengetahuan di Universitas Islam Riau.
2. Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang sudah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelsaikan skripsi ini dengan baik.
3. Dr. Fikri, S.Psi., M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Yulia Herawaty, S.Psi., MA, selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau sekaligus dosen pembimbing skripsi penulis.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Terimakasih banyak penulis ucapkan ibu atas bimbingan, pelajaran serta arahan selama ibu menjadi pembimbing skripsi penulis. Karena beliau penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

6. Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku kepala Program Studi Fakultas psikologi Universitas Islam Riau.
7. Didik Widiantoro, M.Psi., Psikolog selaku sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
8. Syarifah Farradina, S.Psi., M.A., Ph.D, selaku dosen pembimbing akademik saya, terimakasih ibu atas bimbingan dan arahannya saya bisa menyelesaikaan proposal skripsi ini dengan sebaik mungkin.
9. Seluruh dosen fakultas psikologi Universitas Islam Riau yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Bapak dan Ibu terima kasih banyak atas ilmu dan pengajarannya yang sangat bermanfaat bagi penulis selama lima tahun ini lebih berharga.
10. Segenap pengurus tata usaha fakultas psikologi Universitas Islam Riau. Terimakasih bapak dan ibu atas bantuan untuk mengurus administrasi penulis selama ini.
11. Ucapan terimakasih yang tidak terhingga penulis ucapkan kepada Mama dan Papa. Terimakasih mama dan papa yang telah memberikan bimbingan, dukungan, pengorbanan, cinta, kasih sayang, nasihatnya serta kepercayaan kepada penulis selama ini sehingga penulisan dan penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
12. Terima kasih kepada Adik-adikku yang telah memberikan kasih dan sayang serta menjadi penyemangat selama ini bagi penulis.
13. Semua pihak yang telah berjasa membantu penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga menjadi amalan yang baik serta mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Penulis hanya bisa memberikan do'a dan rasa terima terima kasih kepada semua orang yang terlibat dalam skripsi ini. Hasil penelitian ini bisa jadi belum sepenuhnya sempurna. Untuk itu bila ada kekurangan sert kesalahaan dalam skripsi ini saya mohon maaf. Semoga penulisan skripsi ini bisa menjadi bahan pertimbangan bagi penulis-penulis lain agar menjadi sebuah karya atulis yang

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

lebih lengkap dan lebih baiak. Maka dari itu penulis juga menerima saraan-saran, masukan dan kritik guna perbaikan skripsi yang akan datang.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Pekanbaru, 21 Agustus 2021

Penulis

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN SPIRITUAL DENGAN STRES BELAJAR ONLINE PADA MAHASIWA

Helmitha Khairunisa Afrilita

168110250

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

Abstrak

Pandemi covid-19 sangat menyita perhatian publik terutama bagi dunia pendidikan di Indonesia. Pemerintah menginstruksikan institut pendidikan untuk menerapkan pembelajaran online demi mengurangi penyebaran virus covid-19. Tidak sedikit permasalahan di dunia pendidikan dalam menerapkan belajar online. Mahasiswa yang tidak mampu berdaptasi dengan belajar online akan mengalami stres. Stres belajar online merupakan sebuah tekan-tekanan dari kegiatan belajar jarak jauh dan tidak mampu dihadapi oleh mental, fisik, emosional mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa. Metode untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini menggunakan skala stres belajar online dengan jumlah 40 aitem dan skala kecerdasan spiritual dengan jumlah 36 aitem. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 278 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Yang ditentukan dengan *stratified sampling***.** Metode analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *pearson product moment* yang menunjukkan korelasi sebesar 0,510 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p<0,05$). Terdapat pula nilai korelasi antara aspek emosional dengan aspek kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan sebesar -0,009 dan nilai signifikansi sebesari 0,913 ($p>0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat arah yang negatif antara aspek emosional dengan aspek kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah yang positif antara kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Artinya semakin tinggi kecerdasan spiritual maka semakin rendah stres belajar online begitu juga sebaliknya. Sumbangan efektif variabel kecerdasan spiritual dengan variabel stres belajar online sebesar 24,6% sisanya 75,4% dipengaruhi variabel lain.

Kata kunci: Stres belajar online, kecerdasan spiritual, mahasiswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

THE CONNECTION BETWEEN SPIRITUAL INTELLIGENCE AND THE STRESS OF ONLINE LEARNING ON STUDENTS

Helmitha Khairunisa Afrilita

168110250

FACULTY OF PSYCHOLOGY

RIAU ISLAMIC UNIVERSITY

Abstract

The COVID-19 pandemic has caught the public's attention, especially in the world of education. In the world of education, the government applies online learning to prevent the spread of the covid 19 viruses. There are not a few problems in the world of education in implementing online learning. Students who are not able to adapt to online learning will experience stress. The stress of online learning is pressure from learning activities and cannot be faced by students mentally, physically, emotionally. This study aims to determine the relationship between spiritual intelligence and online learning stress in students. The data collection method used an online learning stress scale with a total of 40 items and a spiritual intelligence scale with a total of 36 items. The sample in this study amounted to 278 psychology students at the Islamic University of Riau. The sampling technique used in this research is stratified sampling. The data analysis method used is Pearson product-moment correlation analysis. The results of statistical analysis showed a correlation of 0.496 and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The results show that there is a significant relationship with a positive direction between online learning stress and spiritual intelligence in Psychology students at the Islamic University of Riau. This means that the higher the spiritual intelligence, the higher the stress of online learning and vice versa. The effective contribution of the online learning stress variable with spiritual intelligence variable is 24.6%, the remaining 75.4% is influenced by other variables.

Keywords: Stress of studying online, spiritual intelligence, student.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

الطلاب لدى الإنترنت عبر الدراسة وضغوط الروحي الذكاء بين العلاقة

Helmitha Khairunisa Afrilita

١٦٨١١٠٢٥٠

النفس علم كلية

الإسلامية رياو جامعة

الملخص

الطلاب لدى الإنترنت عبر الدراسة وضغوط الروحي الذكاء بين العلاقة

Helmitha Khairunisa Afrilita

١٦٨١١٠٢٥٠

النفس علم كلية

الإسلامية رياو جامعة

الملخص

، التعليم عالم في .إندونيسيا في للتعليم بالنسبة خاصة ، الجمهور اهتمام على COVID-19 جائحة استحوذ من قليل عدد هناك ليس .COVID-19 فيروس انتشار من للحد الإنترنت عبر التعلم الحكومة تطبق عبر التعلم مع التكيف على القادرين غير الطلاب .الإنترنت عبر التعلم تنفيذ في التعليم عالم في المشاكل ولا بعد عن التعلم أنشطة من ضغط هي الإنترنت عبر التعلم ضغوط إن .التوتر من يعانون سوف الإنترنت الروحي الذكاء بين العلاقة تحديد إلى الدراسة هذه تهدف .وعاطفيًا وجسديًا عقليًا الطلاب يواجهها أن يمكن إجهاد مقياس الدراسة هذه في البيانات جمع طريقة استخدمت .الطلاب لدى الإنترنت عبر التعلم وضغوط الدراسة عينة وبلغت .عنصرًا 36 بإجمالي روحي ذكاء ومقياس عنصرًا 40 بإجمالي الإنترنت عبر التعلم أخذ هي البحث هذا في المستخدمة العينات أخذ تقنية .الإسلامية رياو جامعة في النفس علم طلاب من 278 أظهرت .Pearson لمنتج اللحظي الارتباط تحليل هي المستخدمة البيانات تحليل طريقة .الطبقية العينات تظهر .(ع <0.05) 0.000 قدرها معنوية وقيمة 0.496 مقدارها ارتباط علاقة الإحصائي التحليل نتائج طلاب لدى الروحي والذكاء الإنترنت عبر التعلم ضغوط بين إيجابي اتجاه ذات مهمة علاقة هناك أن النتائج عبر التعلم ضغط زاد ، الروحي الذكاء زاد كلما أنه يعني هذا .الإسلامية رياو جامعة في النفس علم الروحي الذكاء متغير مع الإنترنت عبر التعلم ضغوط لمتغير الفعالة المساهمة .صحيح والعكس الإنترنت .أخرى بمتغيرات تتأثر المتبقية ٪75.4 و ، ٪24.6 هي

.الطلاب ، الروحي الذكاء ، الإنترنت عبر التعلم ضغوط :المفتاحية الكلمات

.

DAFTAR ISI

Kata Pengantar iv

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL xi
BAB I 1
1.1. Latar Belakang 1
1.2. Rumusan Masalah 6
1.3. Tujuan Penelitian 6
1.4. Manfaat Penelitian 8
BAB II 9
2.1. Stres 9
2.2. Kecerdasan Spiritual 16
BAB III 24
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian 24
3.2. Definisi Operasional 24
3.4. Metode Pengumpulan Data 27
3.5. Validitas dan Reliabilitas 30
3.6. Metode Analisis Data 31
BAB IV 33
4.1. Persiapan Penelitian 33
4.2. Pelaksanaan penelitian 36
4.3. Deskripsi Data Penelitian 36
4.4. Hasil Analisis Data 39
4.4.1. Uji Asumsi 39
4.6. Pembahasan 41
BAB V 47
5.1. Kesimpulan 47
5.2 Saran 47

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR TABEL

HALAMAN

Tabel 3.1 ***Blue Print*** **Skala Stres Belajar online Sebelum** ***Try Out*****.....28**

Tabel 3.2 ***Blue Print*** **skala Kecerdasan Spiritual Sebelum** ***Try Out*****.....29**

Tabel 4.1 ***Blueprint*** **Skala Stres Belajar Online Setelah** ***Try Out*****.....34**

Tabel 4.2 ***Blueprint*** **Skala Kecerdasan Spiritual Setelah** ***Try Out*****.....35**

Tabel 4.3 **Deskripsi Data Penelitian.....36**

Tabel 4.4 **Rumus Kategorisasi.....37**

Tabel 4.5 **Rentang Nilai dan Kategorisasi Subjek Skala Stres Belajar Online.....38**

Tabel 4.6 **Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek Skala Kecerdasan Spiritual.....38**

Tabel 4.7 **Hasil Uji Normalitas Skala Stress Belajar Online dan Kecerdasan Spiritual.....39**

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I **Skala *Try Out***

LAMPIRAN II **Skala Penelitian**

LAMPIRAN III **Output SPSS**

LAMPIRAN IV **Data Penlitian**

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pandemi covid 19 membuat semua proses pembelajaran di seluruh Universitas di Indonesia khususnya di Universitas Islam Riau dilakukan secara online atau dalam jaringan. Hal ini dikarenakan masih menyebarluasnya virus covid-19 yang mengakibatkan seluruh mahasiswa, dosen dan staff karyawan di seluruh Universitas dirumahkan.

Mengurangi penyebaran virus Covid 19 ini pemerintahan di Indonesia telah menyiapkan aturan yakni *physichal distancing* dan *work from home (WFH)*. Aturan yang telah dibuat pemerintah tersebut yakni belajar di rumah saja atau belajar online yang dibuat khusus untuk para peserta didik. Pembelajaran online merupakan salah satu metode yang diterapkan oleh pemerintah yang dilakukan melalui jejaring internet.

Belajar online sementara waktu menggantikan pembelajaran *off line* (tatap muka) selama pandemi Covid-19, untuk itu seluruh proses belajar dan mengajar tetap berlangsung. Meskipun demikian tak seluruh mahasiswa yang dapat melaksanakan belajar online. Berdasarkan kenyataan yang terjadi pada saat ini pandemi memiliki efek yang dirasakan oleh mahasiswa.

Kendala dari pembelajaran online yaitu mahasiswa dan dosen belum memiliki kesiapsiagaan dalam menghadapi belajar online. Hal ini dikarenakan mahasiswa dan dosen membutuhkan penyesuaian serta sosialisasi untuk menghadapi belajar online. Proses penyesuaian belajar online ini memunculkan berbagai rasa cemas pada mahasiswa dalam melakukan perkuliahan yaitu kecemasan terhadap gangguan jaringan yang membuat sistem perkuliahan akan terganggu (Hendrastomo, 2008).

Stres sebagai pemicu tertinggi nomor dua dari mahasiswa yang membuat tidak ikut serta dalam belajar yang dilaksanakan secara online, karenanya dosen-dosen harus memberitahu kepada mahasiswa mengenai siap atau tidaknya mahasiswa tersebut dalam belajar online yaitu siapnya kondisi psikologis, sinyal internet, waktu yang dibutuhkan fungsi dari kelompok jika ada tugas perundingan kelompok (Lawless, dkk, 2004).

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Mahasiswa banyak yang mengeluarkan keluh kesahnya mengenai tugas yang terlalu banyak yang tidak disertai dengan materi yang cukup mengakibatkan para mahasiswa kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran online. Tak hanya itu aplikasi dari *Whatsapp*, aplikasi *e-learning*, serta aplikasi *zoom* masih tidak di mengerti oleh sebagian mahasiswa dalam proses pembelajarannya. (Kosassy, 2020). Sejalan dengan hal itu, terdapat sebuah curahan hati yang dialami oleh mahasiswa dimana mereka merasa jenuh terhadap belajar online. Hal ini dikarenakan monotonnya proses pembelajaran yang berlangsung (Kosassy, 2020).

Model pembelajaran harus diperhatikan dan direncanakan sebaik mungkin untuk memberikan materi kepada mahasiswanya. Proses belajar tanpa adanya program pembelajaran yang bagus akan menyusahkan mahasiswa serta dosen dalam menggapai inti dari belajar online. Dari kenyataan yang ada tidak sedikit dosen yang mempunyai pengetahuan dari belajar merupakan transmisi pengetahuan pada mahasiswa, inilah yang menjadi sebab mahasiswa berubah menjadi tidak aktif, tidak imajinatif serta kurang memanfaatkan dirinya dalam meningkatkan potensi yang dimiliki mereka (Kosassy, 2020)

Mahasiswa yang mengalami stres di era pandemi ini dikarenakan sulitnya dalam memahami materi yang diberikan oleh dosen. Kesulitan tersebut muncul dikarenakan tidak hanya pada kepandaian dalam menggunakan teknologi, tapi berkaitan erat juga dengan kewajiban pekerjaan yang besar karena banyaknya mata pelajaran yang wajib dilalui mahasiswa di masa pandemi covid 19 ini (Rahardjo, Qomariyah, Mulyani & Andirani, 2020).

Mahasiswa yang sudah biasa terhadap belajar *off line* atau tatap muka secara langsung, sedangkan *online* atau jarak jauh sebelumnya dikerjakan diwaktu tertentu. Karenanya banyak pergantian pada pola belajar online ini menimbulkan masalah-masalah bagi mahasiswa (Rahardjo, Qomariyah, Mulyani & Andirani, 2020).

Berdasarkan berita yang didapatkan dari media online pada hari Sabtu tanggal 27 Maret 2021 mengenai stres belajar online yaitu: a) Mahasiswa membutuhkan paket data yang banyak untuk belajar online, b) Kurangnya kesiapan dalam dalam penguasaan teknologi (Caesaria,2021), c) Kurangnya

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

kekreativitasan dalam sistem pembelajaran (Syafi'i, 2020), d) Mahasiswa mengalami stres dikarenakan paket habis ketika berlangsungnya belajar online sehingga mahasiswa tidak mendapatikan ilmu (Caesaria,2021), f) Penyampaian materi oleh dosen agak terganggu akibat jaringan internet yang kurang memadai (Caesaria,2021), g) Tugas yang terlalu banyak berdampak kepada kesehatan tubuh (Profesi UNM, 2020). .....

Berdasarkan survey yang dilakukan kepada sepuluh orang mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau melalui kuesioner terbuka pada hari Sabtu tanggal 13 Maret 2021 dan hari Minggu tanggal 14 Maret 2021 ditemukan bahwa mahasiswa yang mengalami stres dalam belajar online. Permasalahan yang dialami oleh mahasiswa adalah : a) Gangguan jaringan membuat mahasiswa tidak aktif dan tidak hadir saat proses perkuliahan berlangsung dikarenakan mahasiswa sulit mengakses aplikasi *Zoom,* aplikasi *Google Meeting,* aplikasi *Google Class* dan aplikasi *E-learning,* b) Banyaknya tugas yang diberikan oleh dosen serta pengumpulan tugas yang terlalu cepat membuat mahasiswa bingung, panik dan cemas, pada hal mahasiswa tidak hanya tergantung pada satu mata kuliah saja melainkan ada delapan mata kuliah yang harus di jalani.

Informasi lainnya yang didapatkan pada mahasiswa yaitu: a) Belajar online sangat menyita waktu mahasiswa karena beberapa dosen yang tidak bisa hadir sesuai jadwal digantikan dengan malam hari yang membuat mahasiswa tidak bisa mengerjakan tugas-tugas mereka, b) Materi yang diberikan oleh dosen terlalu sedikit yang mengakibatkan mahasiswa kesulitan melihat tanggapan dari banyaknya tugas yang diberi oleh dosen dan tidak sejalannya materi yang disampaikan dengan ujian akhir semester, c) Kuota internet yang cepat habis dikarenakan mencari jawaban, mengunggah tugas video ke *You Tube*, serta kuliah dengan aplikasi *Zoom Meeting*, d) Mahasiswa yang tidak memiliki laptop merasa kesulitan saat belajar online, karena banyaknya tugas makalah dan harus dipresentasikan menggunakan laptop, e) Tidak adanya rekaman pembelajaran setelah dosen mengajar mengakibatkan mahasiwa tidak mengerti materi yang dijelaskan karena gangguan jaringan, f) Mahasiswa merasa jika belajar online tidak efektif dikarenakan kurangnya interaksi antara mahasiswa dan dosen meskipun tidak ada lagi satu-satunya jalan pembelajaran yang digunakan saat

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

pandemi ini, g) Dosen terlalu cuek dengan kondisi yang dialami oleh mahasiswa. Berdasarkan dari penjelasan di atas dapat dilihat bahwa belajar online mengakibatkan mahasiswa Psikologi UIR merasakan hambatan-hambatan dalam belajar yang menyebabkan mahasiswa merasakan stres dalam belajar online.

Berdasarkan penelitian mengenai belajar online yang dilakukan oleh Kusnayat dkk (2020) berikut hasil penelitiannya yaitu terdapat 60 % mahasiswa merasa berat ketika diberikan tugas yang yang banyak akan berakibat tingkat stress mahasiswa. Mahasiswa yang belajar online dapat berakibat stres apabila mereka tidak bertemu dengan orang-orang terdekat dan terlalu monotonnya metode belajar online. Pernyataan ini berkaitan dengan hasil yang diteliti oleh Livana, Mubin dan Basthomi (2020) yang menunjukkan hasil bahwa 55,8% mahasiswa merasakan stres pada saat pandemi covid 19 berlangsung yang disebabkan karena metode dari belajar online yang membuah mahasiswa jenuh. Hasil penelitian tersebut searah dengan hasil penelitian dari Agustin, Hidayatullah, Aminoto, dan Tau (2018) mengenai cara mengajar dosen dapat berpengaruh pada tingkat stres mahasiswa.

Hal-hal yang membuat dampak negatif dari belajar online tersebut dapat membuat mahasiswa menjadi stres. Hal ini dapat menyebabkan mahasiswa tidak mampu untuk mengerjakan tugas-tugasnya dengan baik. Jika hal ini berlangsung lama, maka mahasiswa akan memiliki kemungkinan untuk mengalami gangguan mental yang lebih serius dan harus ditangani oleh profesional (Rochimah, 2020).

Belajar online yang dinilai kurang efektif dan membuat mahasiswa mengalami tekanan psikologis yang mengkibatkan mahasiswa stres. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian Rasyid (2020) yang menunjukan hasil penelitian bahwa tidak terlalu menguasai teknologi, jaringan internet yang tidak lancar, banyaknya biaya yang keluar, dan masalah mental yang mulai bermunculan seperti stres.

Berdasarkan pemaparan diatas mengindikasikan pada stres belajar online yang dialami oleh mahasiswa. Tuntutan belajar online, lingkungan sekitarnya, serta kondisi sosial yang tidak dapat dikontrol menjadi penyebab timbulnya stres. Looker dan Gregson (2005) yang mengemukakan stress sebagai suatu keadaan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

yang dialami oleh manusia disaat ada sesuatu yang tidak sebanding antara desakan yang diperoleh dari kepandaian dalam mengatasi keadaan tersebut.

Jika stress tidak bisa dimanajemen dengan baik oleh mahasiswa dapat mendatangkan berbagai masalah. Mahasiswa yang mengalami stress dikarenakan mereka sulit untuk menyesuaikan diri dalam mengatasi masalah-masalah pada saat belajar online. Dalam mengatasi stressor yang timbul pada saat proses belajar online diperlukan penyesuaian atau adaptasi dan prosedur koping yang luwes (Fesanrey & Hasanah, 2018).

Salah satu cara untuk memecahkan permasalahan dari stres yang dirasakan ketika belajar online adalah memiliki kemampuan seseorang dalam mengatasi permasalahan, dan justru tumbuh di antara persoalan dan kesusahan. Kecerdasan spiritual yaitu kemampuan seseorang dalam mengatasi permasalahan serta menemukan arti serta nilai dari kehidupannya (Connor&Davidson, 2003).

Mereka yang sudah mempunyai kecerdasan spiritual dapat menguraikan arti kehidupan yang positif dalam setiap kejadian-kejadian yang dialami, permasalahan-permasalahan, kepedihan yang dialami oleh mereka sampai mereka dapat meningkatkan jiwa mereka, dan mengerjakan perilaku serta respon yang positif (Zohar & Marshal 2010).

Kecerdasan spiritual sangat berperan penting dalam hal ini karena kecerdasan spiritual merupakan sebuah kemampuan yang diperoleh dalam menghadapi serta menyelesaikann permasalahan dari kehidupan, seperti menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, serta menilai bahwa tindakan atau hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain (Zohar & Marshall, dalam Ludigdo dkk, 2006).

Pengalaman hidup seseorang dapat berpengaruh dalam kecerdasan spiritual pendapat ini searah dengan penelitian Susilowati, dan Febriana Diah, (2016) didapatkan hasil bahwa kebanyakan subjek penelitian mempunyai nilai tinggi pada kecerdasan spiritualnya, ada 48 orang atau sekitar 54,5% dalam hasil penelitian ini menyatakan bahwa usia dan pengalamann hidup bisa menjadikan seseorang lebih mampu menumbuhkan kecerdasan spiritual.

Penelitian lain yang terkait dengan kecerdasan spiritual yang diteliti oleh Ardan, dkk (2011) memperlihatkan hasil penelitian bahwa kecerdasan spiritual

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

memiliki hubungan yang positif dengan prestasi akademik mahasiswa. Ciri-ciri dari seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi yaitu, mempunyai tujuan, merasa adanya kehadiran Allah, melakukan zikir dan do'a, mempunyai sifat yang sabar, selalu berbuat kebaikan, memiliki tenggang rasa, mempunyai jiwa yang besar, dan bahagia (Tasmara, 2001).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fatma (2012) menunjukkan hasil penelitian yaitu dampak dari spiritual yang dimiliki oleh setiap orang mengarah kepada sebuah sistem dalam memaknai kehidupan yang dimana kedudukan dari spiritual yaitu sebagai sarana, mengontrol sekaligus sebagai pendorong untuk tiap individu dalam menggapai makna hidup. Dapat dimengerti bahwa kedudukan kecerdasan spiritual dapat berpengaruh pada jalan mencari jalan hidup bagi setiap orang.

Berdasarkan dari pemaparan-pemaparan di atas dapat dilihat bahwa Mahasiswa yang mengalami stress dikarenakan mereka sulit dalam menyesuaikan diri dalam mengatasi seluruh permasalahan yang terjadi pada saat belajar online. Dalam mengatasi stressor yang timbul pada saat proses penyusunan skripsi diperlukan penyesuaian diri dan mekanisme koping yang adaptif. Kecerdasan spiritual berperan penting dalam hal ini kecerdasan spiritual merupakan kemampuan seseorang dalam mengatasi persoalan dan mengambil hikmah dari setiap persoalan yang dia hadapi. karena sejauh ini penelitian ini belum pernah diteliti sebelumnya.

Berdasarkan uraian di atas maka perlu dilakukan penelitian tentang hubungan kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa karena sejauh ini penelitian ini belum pernah diteliti sebelumnya. Untuk itu penulis terdorong untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dari point latar belakang diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu "Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa?".

1.3. Tujuan Penelitian

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Penelitian ini memiliki sebuah tujuan yaitu untuk mengetahui Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stress belajar online pada mahasiswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat berikut beberapa manfaat dalam penelitian ini:

1. Secara Teoritis
   Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan pengembangan bagi ilmu Psikologi Pendidikan, Psikologi Perkembangan dan Psikologi Klinis. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan masukan bagi peneliti-peneliti berikutnya yang meneliti dengan obyek yang sama.
2. Secara Praktis
   Manfaat penelitian secara praktis dapat menjadi bahan informasi atau referensi bagi perguruan tinggi terkait dengan kajian kecerdasan spiritual dan stres belajar online dan masyarakat pada umumnya.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Stres

2.1.1. Pengertian Stres Belajar

Stres berasal dari bahasa latin yang berarti tegang atau genting. Secara harfiah stres dapat didefinisikan sebagai stimulus atau situasi yang memicu emosi negatif yang menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada individu dalam menghadapi sebuah ancaman (Khayat,2007). Menurut Mental Health America (2013) stres adalah perasaan ketegangan dan tekanan emosional dari seseorang.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002) stres adalah gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan oleh faktor dari luar. Rathus dan Nevid (dalam Gunawati, Hartati & Listiara, 2006) mengatakan bawa stres adalah sebuah kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diir dan lingkungannya.

Council (2003) mendefinisikan stres sebagai ketidakmampuan seseorang dalam mengatasi suatu ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suat saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut. Menurut Schafer dalam Dewi (2009) mengartikan stres sebagai sebuah gangguan dari pikiran dan tubuh dalam merespon tuntutan.

Stres disebabkan oleh naluri tubuh untuk melindungi diri dari tekanan emosi, tekanan fisik, situasi ekstrim, atau bahaya yang mengancam (Mahsun, 2004). Stres merupakan respon seseorang karena ancaman finansial, emosional, mental dan sosial terhadap suatu perubahan di lingkungannya yang dirasakan menganggu dan mengakibatkan dirinya terancam (Anoraga,2005).

Sarafino (2012) menyatakan bahwa stres adalah sebuah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan sebuah persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Stres merupakan tekanan mental dan emosional, atau tension yang terjadi akibat tuntutan kehidupan kampus (Simbolon, 2015).

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Menurut Sarafino (dalam Gintulangi & Prihastuti, 2014) mendefinisikan stres sebagai keadaan yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan yang menimbulkan adanya persepsi terhadap tuntutan dari sebuah situasi yang kemudian berdampak pada sistem biologis, psikologis, dan sosial pada diri seseorang.

Looker dan Greson (2005) mengemukakan stres merupakan suatu keadaan yang dialami manusia ketika ada sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya. Wayne Oates (Mahsun, 2004) mengatakan bahwa stres berarti apa yang dirasakan individu saat didorong ke dalam batas-batas kekuatan dan energi individu.

Menurut Handoyo (2001 dalam Fadillah, 2013) stres bisa berupa tuntutan dari eksternal yang dihadapi seseorang yang kenyataannya memang membahayakan atau menimbulkan permasalahan. Stres merupakan respon maladaptif dari seseorang karena mendapatkan stressor (Stuart, 2016). Stres ialah reaksi non spesifik seseorang secara psikologis, fisiologis maupun perilaku ketika mendapatkan stressor dalam kurun waktu tertentu dan tidak mampu mengatasi stressor tersebut dengan baik (Tarupolo,2002).

Menurut Reber dan Reber (2010) stres adalah kondisi tegangan psikologis yang dihasilkan oleh jenis-jenis daya atau tekanan yang diuraikan dari sebuah makna. Rathus dan Nevid (dalam Gunawati, Hartati, dan Listiara, 2006) mengatakan bahwa stres adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan

Menurut Cranwell-Ward (dalam Iswinarti & Rahayu Siti,1999) stres adalah fisiologis dan psikologis yang terjadi jika seseorang merasakan ketidakseimbangan antara tuntutan yang dihadapi dan kemampuan untuk menghadapi tuntutan yang dihadapi. Selye (dalam Santrock, 2006) stres adalah kerusakan yang dialami tubuh akibat berbagai tuntutan yang dialamatkan padanya.

Folkman dan Lazzarus (1984) mendefinisikan stres sebagai suatu akibat dari interaksi antara seseorang dengan lingkungannya yang dinilai membahayakan dirinya. Sarafino (2008) mengemukakan stres sebagai kondisi akibat dari interaksi

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

individu dengan lingkungan yang menimbulkan ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang bersumber pada sistem biologis, psikologis, dan sosial individu.

Stres merupakan ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut (Hardjana, 1994). Jika seseorang bisa mengatasi beban pekerjaan yang berlebihan, maka ia tidak akan mengalami stres, tapi jika sebaliknya, ia mengalami stres negatif disebut dengan distress (Seward & Luke:2004).

Ahli lain, Kendal dan Hammen (1998 dalam Safaria & Saputra, 2009) menyatakan stres dapat terjadi pada individu ketika terdapat ketidakseimbangan antara situasi yang menuntut dengan perasaan individu atas kemampuannya untuk menghadapi tuntutan-tuntutan tersebut. Situasi yang menuntut tersebut dipandang sebagai beban atau melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya.

Kehidupan yang penuh stres pada saat ini karena mereaknya virus Covid-19 yang mengakibatkan mahasiswa belajar online. Menurut Kuntarto (2017) belajar online merupakan sebuah pembelajaran yang dapat mempertemukan mahasiswa dan dosen untuk melaksanakan proses pembelajaran dengan bantuan internet. Stres belajar online dapat diartikan sebagai tekanan-tekanan yang dihadapi mahasiswa yang berkaitan dengan pelajaran dikampus, dipersepsikan secara negatif, berdampak pada kesehatan fisik, psikis dan performansi belajarnya (Campbell & Svenson, 1991; Ng, 2004).

Menurut Moore, Deane dan Galyen (2011) belajar online merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas (mudah dicapai), konektivitas (koneksi internet), fleksibilitas (dapat belajar di mana saja) serta kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi dalam proses pembelajaran berlangsung.

Stres belajar diartikan sebagai tekanan-tekanan yang dirasakan atau yang dihadapi oleh seseorang yang berkaitan dengan sekolah, dipersepsikan secara negatif dan berdampak pada kesehatan fisik, psikis, serta performansi dari belajar seseorang (Campbell & Svenson, 199 dalam Oon, 2004). Menurut Oon (2007) Stres dalam belajar merupakan sebuah perasaan yang dihadapi oleh seseorang pada saat terjadi tekanan-tekanan dalam dirinya. Tekanan-tekanan yang dimaksud

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

yaitu berhubungan dengan belajar serta kegiatan-kegiatan di sekolah, seperti batas waktu pengumpulan tugas-tugas, saat menjelang ujian dan hal lain yang berkaitan dengaan belajar.

Menurut *Cognitive Behavior Modification (CBM)* stres belajar merupakan sebuah jaringan stimulus, kognisi, respon yang terbentuk di dalam otak dan saling berkaitan yang proses koginitifnya akan menjadi faktor penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia berpikir, merasa dan bertindak (Meichenbaum, 2005).

Verma, Sharma dan Larson (2002) mendefinisikan stres belajar sebagai *school demands* (tuntutan sekolah), yaitu stres siswa (*students stress*) yang bersumber pada tuntutan sekolah atau *school demands*. Tuntutan-tuntutan yang dimaksud ialah tuntutan dari tugas-tugas sekolah dan tuntutan dari dosen-dosen di kampus.

Desmita (2010) mendefinisikan stres belajar sebagai ketegangan emosional yang muncul akibat peristiwa-peristiwa kehidupan disekolah dan perasaan-perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri seseorang, sehingga menimbulkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologis dan prestasi akademis.

Baumel dalam Wulandari (2011) menyatakan bahwa stres belajar merupakan stres yang disebabkan oleh stressor, yaitu yang bersumber pada proses dari belajar mengajar atau yang berhubungan dengan kegiatan belajar yang meliputi lamanya proses belajar, banyaknya tugas, serta kecemasan ujian dan manajemen waktu.

Alvin (2007) berpendapat mengenai stres belajar bahwa stres dalam belajar adalah suatu perasaan yang dihadapi oleh seseorang ketika ada tekanan-tekanan yang dialaminya, tekanan-tekanan yang dimaskud ialah yang berhubungan dengan belajar, kegiatan sekolah, tugas yang menumpuk, saat menjelang ujian dan lain-lain.

Berdasarkan berbagai pengertian dari para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa stres belajar online merupakan suatu keadaan yang menekan seseorang yang dirasakan melebihi kemampuan yang dimilikinya. Stres dapat menghasilkan respon yang saling terkait baik fisiologis, psikologis, maupun perilaku pada

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

individu yang mengalaminya. Jadi secara keseluruhan stres berkaitan erat dengan kendala dan tuntutan. Tuntutan yang dimaksud ialah tuntutan yang berhubungan dengan belajar online.

2.1.2. Aspek-aspek Stres

Aspek-aspek stres menurut Sarafino (2012) terbagi menjadi dua aspek, yaitu sebagai berikut :

a. Aspek Biologis

   Aspek biologis dari stres berupa sebuah gejala fisik. Gejala fisik yang dialami oleh seseorang yaitu: sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebih.

b. Aspek Psikologis

   Aspek psikologis dari stres berupa gejala psikis. Gejala psikis dari stres yaitu:

   1. Gejala Kognisi

      Kondisi stres dapat menganggu proses pikir seseorang. Seseorang yang mengalami stres cenderung akan mengalami gangguan daya ingat, perhatian serta konsentrasi yang kurang.

   2. Gejala Emosi

      Kondisi stres dapat menganggu kestabilan emosi pada seseorang. Seseorang yang mengalami stres pada gejala emosi akan menunjukkan gejala seperti, mudah marah, cemas yang terlalu berlebihan,merasa sedih, dan depresi.

   3. Gejala Tingkah Laku

      Kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku seseorang dalam kesehariannya yang cenderung negatif, sehingga menimbulkan masalah terhadap hubungan interpersonalnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek stres belajar online terbagi menjadi aspek biologis dan aspek psikologis. Aspek biologis yang berupa gejala fisik, aspek psikologis yang berupa gejalas psikis yang meliputi: gejala kognisi, gejala emosi dan gejala tingkah laku.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2.1.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres menurut Sukadiyanto (2010) adalah sebagai berikut:

a. Perasaan cemas mengenai hasil yang dicapai, sebagai contoh jika seorang guru terlalu banyak beban dalam pekerjaan di kantor dan pekerjaan itu harus selesai secara bersamaan maka akan menimbulkan stres.
b. Aktivitas yang tidak seimbang akan menimbulkan stres terutama aktivitas yang berlebihan sehingga individu tidak memiliki waktu yang cukup untuk memulihkan dirinya.
c. Tekanan dari diri sendiri, bagi individu yang selalu ingin tampil sempurna (perfectionist). Segala sesuatu yang tidak sesuai keinginan akan mendorong individu itu untuk menyempurnakannya sementara pekerjaan yang diembannya cukup banyak sehingga menyita waktu yang banyak pula.
d. Suatu kondisi ketidakpastian, hal ini akan menimbulkan stres karena ketidakpastian membuat individu tidak menentu.
e. Perasaan cemas, perasaan cemas adalah kondisi yang khawatir terhadap suatu masalah yang tidak jelas penyebabnya.
f. Perasaan bersalah, individu yang selalu merasa bersalah akan dapat mengakibatkan munculnya stres karena apa saja yang dikerjakannya tidak pernah benar.

2.1.4. Sumber Stres

Terdapat beberapa sumber stres pada mahasiswa menurut Ross, Niebling dan Heckert (2008), berikut sumber-sumber stres pada mahasiswa:

a. Interpersonal

   Interpersonal adalah stimulus yang dihasilkan dari hubungan dengan orang lain. Seperti konflik dengan teman, orang tua atau pacar.
b. Intrapersonal

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Intrapersonal adalah stimulus yang berasal dari dalam diri seseorang. Seperti kesehatan yang menurun, penurunan serta kenaikan berat badan, perubahan tidur dan makan dan lain sebagainya.

c. Akademik

Akademik adalah stimulus yang berkaitan dengan aktivitas perkuliahan dan masalah yang mengikutinya. Seperti tugas yang terlalu banyak, kesulitan memahami materi yang diberikan oleh dosen, nilai ujian yang jelek dan lain sebagainya.

d. Lingkungan

Lingkungan adalah sebuah stimulus yang berasal dari lingkungan sekitar selain akademik. Seperti kurangnya waktu liburan, lingkungan tempat tinggal yang tidak nyaman dan macet.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2.2. Kecerdasan Spiritual

2.2.1. Pengertian Kecerdasan spiritual

Kamus Besar Bahasa Indonesia (2000) mengartikan kata kecerdasan sebagai perihal cerdas (sebagai kata benda) atau kesempurnaan perkembangan akal. Spiritual, spiritualitas dan spiritualisme mengacu kepada kosa kata Latin yaitu "*spirit / spiritus*" yang berarti nafas. Adapun kerja spirare yang berarti untuk bernapas. Berdasarkan dari pengertian etimilogis ini, maka hidup adalah untuk bernapas, dan memiliki napas artinya memiliki spirit (Aliah B. Purwakania Hasan, 2006).

Elkins, dkk (Wahyunungsih, 2009) mengatakan bahwa spiritualitas berasal dari bahasa latin spiritus yang berarti nafas hidup, sehingga spiritual merupakan cara untuk memahami sesuatu yang datang melalui kesadaran pada dimensi transenden (kepercayaan terhadap Tuhan) dan ditandai oleh nilai-nilai tertentu yang dapat diidentifikasi terhadap diri sendiri, orang lain, alam, kehidupan, dan apapun yang dipersepsikan sebagai Yang Kuasa.

Zohar dan Marshall (2002) dalam Ludigdo dkk (2006) menyatakan bahwa kecerdasan spiritual adalah sebuah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas, serta menilai bahwa tindakan atau hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.

Spiritual quotient (SQ) atau kecerdasan spiritual adalah landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secraa efektif. Kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan tertinggi manusia. Kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memberi sebuah makna spiritual terhadap pemikiran, perilaku dan kegiatan, serta mampu menyinergikan IQ, EQ serta SQ secara komprehensif (Zubaedi, 2011).

Amran (Rofiah, 2012) mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kemampuan untuk menerapkan secara nyata dan mewujudkan sumber daya spiritual, nilai serta kualitas untuk meningkatkan fungsi sehari-hari dan kesejahteraan. Aziz dan Mangestuti (2006) kecerdasan spiritual adalah suatu

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

bentuk kecerdasan dalam memahami makna kehidupan yang dicirikan dengan adanya kemampuan yang bersifat internal dan eksternal.

Sinetar (2000) dalam Rachmi (2010) mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai pikiran yang mendapat inspirasi, dorongan, efektivitas yang terinspirasi dan penghayatan ketuhanan yang semua manusia menjadi bagian di dalamnya. Menurut Khavari (2000) dalam Rachmi (2010) kecerdasan spiritual sebagai fakultas dimensi non-material atau jiwa manusia.

Menurut Wahab dan Umiarso (2011) kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan yang sudah ada pada setiap manusia sejak lahir yang membuat manusia menjalani hidup mereka dengan penuh makna, selalu mendengarkan isi hati nuraninya, tak pernah merasa sia-sia, semua yang dijalaninya bernilai selalu bernilai.

Menurut king (2008) kecerdasan spiritual merupakan serangkaian kapasitas-kapasitas mental yang berkontribusi terhadap kesadaran, integrasi dan kemampuan adaptif dari aspek non materi dan transendensi seseorang, meraih makna terdalam, mengenali transendensi diri, dan menguasai keadaan spiritual yang dijalaninya.

Mitroff dan Denton (Phipps, 2012) mendefinisikan spiritualitas sebagai keinginan dasar untuk menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan seseorang dan untuk menjalani kehidupan yang reintegrasi. Mujib dan Mudzakir (2001) mengungkapkan kecerdasan spiritual sebagai konsep yang berhubungan dengan seseorang yang cerdas dalam mengelola dan mendayagunakan makna-makna, nilai-nilai, kualitas-kualitas kehidupan spiritualnya. Maksud dari kehidupan spiritual disini yaitu meliputi hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) yang dapat memotivasi kehidupan manusia untuk senantiasa mencari makna hidup (*the meaning of life*) dan mendambakan hidup bermakna (*the meaningful life*).

Sukidi (dalam Murdiwiyono, 2004) yang menyatakan bahwa kecerdasan spiritual dapat mengarahkan ke puncak kearifan spiritual dengan bersikap jujur, toleransi, terbuka penuh cinta, dan kasih sayang kepada sesama. Doe dan Walch (2001) menjelaskan dalam bahasa yang lebih sederhana, bahwa kecerdasan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

spiritual adalah dasar bagi tumbuhnya harga diri, nilai-nilai, moralitas, dan rasa memiliki.

Berdasarkan dari berbagai pendapat dari beberapa tokoh diatas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spritual adalah sebuah pikiran yang dimiliki manusia atau kemampuan manusia sejak lahir untuk menyelesaikan atau memecahkan masalah serta memaknai kehidupan dari setiap perbuatan yang dilakukan kemampuan potensial setiap manusia yang menjadikan manusia dapat menyadari setiap nilai,moral serta cinta sehingga manusia dapat menempatkan diri dan hidup lebih positif dengan kedamaian, dan kebahagiaan.

2.2.2. Aspek-aspek Kecerdasan Spiritual

Menurut Zohar dan Marshall (2007) mengungkapkan beberapa aspek-aspek dari kecerdasan spiritual. Berikut aspek-aspek kecerdasan spiritual:

a. Kemampuan bersikap fleksible yaitu mampu menyesuaikan diri secara spontan dan aktiif untuk mencapai sebuah hasil yang baik, memiliki pandangan pragmatis, serta efisien tentang relitas,
b. Tingkat kesadaran diri yang tinggi yaitu adanya kesadaran yang mendalam untuk bisa menyadari berbagai situasi yang datang dan menanggapinya,
c. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan yaitu tetap tegar dalam menghadapi musibah serta dapat mengambil hikmah dari setiap masalah-masalah yang dihadapinya.
d. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit yaitu tidak memiliki keinginan untuk menambah masalah dan kebencian terhadap sesama dan mampu menahan amarah,
e. Kualitas yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai yaitu memiliki pemahaman tentang tujuan kehidupan,
f. Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu yaitu berfikir sebelum bertindak agar tidak terjadi sesuatu yang tidak diinginkan,
g. Berfikir secara holistik yaitu melihat diri sendiri dan orang lain saling berkaitan terhadap berbagai hal,

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

h. Kecenderungan untuk bertanya mengapa dan bagaimana untuk mencari jawaban-jawaban yang mendasar,
i. Menjadi pribadi yang mandiri.

2.2.3. Faktor-faktor penghambat kecerdasan spiritual

Menurut Zohar dan Marshall (200) terdapat beberapa penghambat dalam kecerdasan spiritual dalam diri manusia diantaranya adalah:

a. Adanya ketidakseimbangan dari id, ego dan super ego.
   Id beroperasi berdasarkan prinsip kenikmatan (*pleasure principle*), yaitu berusaha memperoleh kenikmatan dan menghindari rasa sakit. Ego ytang berkembang dari id agar seseorang dapat menangani realita, sehingga ego beroperasi mengikuti prinsip realita (*reality principle*) yaitu usaha untuk memperoleh kepuasan yang dituntut Id dengan mencegah terjadinya tegangan baru atau menunda kenikmatan sampai ditemukan objek yang nyata serta dapat memuaskan kebutuhan. Super ego adalah kekuatan moral dan etik dari kepribadian, yang beroperasi memakai prinsip idealistik (*idealistic principle*)sebagai lawan dari prinsip kepuasan id dan prinsip realistik dari Ego. Id , Ego dan Super Ego merupakan elemen-elemen yang tidak terpisahkan. Ketiganya menyatu dalam mempengaruhi perilaku dan sifat seseorang. Dikatakan oleh Santrock dalam Minderop (2010), bahwa menurut pandangan Freud, keinginan-keinginan yang saling bertentangan atau tidak adanya keseimbangan dari struktur kepribadian akan menghasilkan *anxitas*.
b. Adanya orang tua yang tidak cukup menyayangi anaknya
   Salah satu faktor penghambat dari kecerdasan spiritual yaitu adanya orang tua yang tidak cukup menyayangi anaknya `
c. Terlalu berharap banyak,
d. Adanya ajaran yang mengajarkan menekan insting,
e. Adanya aturan moral yang menekan insting alamiah,
f. Adanya luka jiwa yang menggambarkan pengalaman menyangkut perasaan terbelah, terasing dan tidak berharga.

2.2.4. Ciri-ciri kecerdasan spiritual

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Berdasarkan teori Zohar dan Marshall (2001) dan Sinetar (2001), ciri-ciri kecerdasan spiritual sebagai berikut:

a. Mempunyai kesadaran diri.

   Adanya tingkat kesadaran yang tinggi dan mendalam sehingga bisa menyadari antuasi yang datang dan menanggapinya.

b. Mempunyai visi.

   Ada pemahaman tentang tujuan hidupnya, mempunyai kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai.

c. Fleksibel.

   Mampu bersikap fleksibel, menyesuaikan diri secara spontan dan aktif untuk mencapai hasil yang baik, mempunyai pandangan yang pragmatis (sesuai kegunaan) dan efisien tentang realitas.

d. Berpandangan holistik.

   Melihat bahwa diri sendiri dan orang lain saling terkait dan bisa melihat keterkaitan antara berbagai hal. Dapat memandang kehidupan yang lebih besar sehingga mampu menghadapi dan memanfaatkan serta melampaui, kesengsaraan dan rasa sehat serta memandangnya sebagai suatu visi dan mencari makna dibaliknya.

e. Melakukan perubahan.

   Terbuka terhadap perbedaan, memiliki kemudahan untuk bekerja melawan konvensi dan status quo, menjadi orang yang bebas merdeka.

f. Sumber inspirasi.

   Mampu menjadi sumber inspirasi bagi orang lain, mempunyai gagasangagasan yang segar dan aneh.

g. Refleksi diri.

   Mempunyai kecenderungan apakah yang mendasar dan pokok.

2.3. Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa

Dalam menyelesaikan studinya mahasiswa memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan pembelajaran online di masa pandemi covid-19 ini. Sistem pendidikan di Indonesia dirancang khusus untuk belajar online di masa pandemi

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

covid-19 yang dinilai tidak memiliki kesiapan dalam mengimplementasikan pembelajaran (Charismiadji, 2020).

Pembelajaran online awalnya dianggap positif oleh beberapa mahasiswa akan tetaptetapi dengan berjalannya proses pembelajaran, mahasiswa mengalami beberapa kesulitan. Kesulitan-kesulitan tersebut yaitu sinyal yang kurang mendukung, kekurangan kuota internet, banyak gangguan ketika belajar dirumah, mahasiswa merasa kurang fokus, sulitnya memahami materi yang disampaikan oleh dosen, kurangnya kesiapan dosen dalam memberikan materi (Gunadha & Rahmayunita, 2020 : Utami, 2020).

Model pembelajaran daring masih sangat jarang digunakan oleh beberapa perguruan tinggi mengingat kesipaan kampus dalam melaksanakan perkuliahan daring ini membutuhkan waktu serta proses adaptasi (Rusdiana & Nugroho, 2020). Proses adaptasi yang dialami oleh mahasiswa terkadang mampuu menimbulkan stres jika mahaisswa tidak mampu beradaptasi dengan situasi yang dialaminya (Paramythis & Reisinger, 2004).

Proses adaptasi dari pembelajaran online terkadang mampu menimbulkan stres jika seseorang tidak bisa beradaptasi dengan situasi yang dialaminya (Paramythis & Reisinger, 2004). Stres menjadi penyebab terbesar kedua mahasiswa tidak mengikuti perkuliahannya meskipun dilakukan dalam sistem pembelajaran daring (Lawless & Allan, 2004).

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) stres sangat berhubungan dengan interaksi manusia dengan lingkungan sekitarnya, oleh sebab itu stres dianggap sebagai hubungan yang erat antara individu dengan lingkungannya. Jika stres meningkat akan menyebabkan pikiran menjadi kacau dan bisa merusak tatanan kehidupan individu tersebutjika tidak bisa dikontrol dengan baik (Gamayanti, 2018).

Stres dapat dirasakan oleh semua orang dari berbagai usia, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa ataupun lanjut usia. Stres dapat membahayakan fisik maupun mental seseorang (Kupriyanov, 2004). Stres ditandai dengan gejala fisik, emosional, intelektual, dan interpersonal. Sulit tidur, mudah lelah, sering merasa letih, ketegangan otot bahkan sampai diaremerupakan gejala fisik dari stres (Nurmaliyah, 2014).

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Stres yang melebihi tahap tertentu akan dapat menimbulkan berbagai masalah bagi mahasiswa apabila tidak dikelola dengan sebaik mungkin. Pada tingkat stres yang berat mahasiswa dapat mengalami depresi, kehilangan rasa percaya diri, dan harga diri (Ferawati & Amiyakun, 2015). Melalui pengolahan stressor yang tepat maka stres dapat berdampak positif. Faktor yang berperan dalam strategi koping satu diantaranya yaitu kecerdasan spiritual (Aswandi, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Asrun, Aspin dan Silondae (2020) menunjukkan hasil bahwa mahasiswa psikologi yang menysun skripsi masih cenderung mengalami stres dengan adanya kesulitan dalam proses penyusunannya, namun keadaan tersebut bisa dinetralisir dengan adanya kecerdasan spiritual.

Menurut Aziz dan Mangestuti (2006) kecerdasan spiritual merupakan suatu bentuk kecerdasan dalam memahami makna kehidupan yang dicirikan dengan adanya kemampuan yang bersifat internal dan eksternal. Kecerdasan spiritual pada dasarnya digunakan sebagai sebuah kerangka dasar dalam melakukan sesuatu (Wahab & Umiarso, 2010).

Mujib dan Mudzakir (2001) mengungkapkan bahwa kecerdasan spiritual lebih ke konsep yang berhubungan dengan bagaimana seseorang cerdas dalam mengelola dan mendayagunakan makna-makna, nilai-nilai, dan kualitas-kualitas kehidupan spiritualnya. Kehidupan spiritual ini yaitu meliputi hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*), yang memotivasi kehidupan manusia untuk senantiasa mencari makna hidup (*the meaning of life*), dan mendambakan hidup bermakna (*the meaningful of life*).

Aziz dan Mangestuti (2006) menyatakan bahwa dengan kecerdasan spiritual yang tinggi, maka seseorang akan mengembalikan segala perbuatannya kepada Tuhan sehingga perbuatan dan perilakunya menjadi bermakna di dalam kehidupanya. Dengan demikian mahasiswa diharapkan mampu memaknai perbuatan dan dapat menurunkan stres kuliah online.

Semakin tinggi kecerdasan spiritual maka semakin rendah tingkat stresnya, begitu sebaliknya jika kecerdasan spiritual semakin rendah maka tingkat stres semakin tinggi. Hal ini disebabkan karena kecerdasan spiritual yang tinggi akan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

mengarahkan mahasiswa pada perilaku yang tidak merugikan dirinya dan mampu bertahan dalam kondisi stres (Susilowati dan Diah, 2016).

2.4. Hipotesis

Berdasarkan fenomena-fenomena diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu" terdapat hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa". Semakin tinggi nilai kecerdasan spiritual, menunjukkan semakin rendah stres belajar online pada mahasiswa. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah nilai kecerdasan spiritual, maka semakin tinggi pula stres belajar online pada mahasiswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu fenomena yang berubah-ubah dengan demikian maka bisa jadi tidak ada satu peristiwa di alam ini yang tidak dapat sibeut variabel. Variabel juga tergantung bagaimana kualitas variabel itu sendiri, yaitu bagaimana bentuk variasi fenomena tersebut. Objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan sendiri oleh peneliti untuk dipelajari, lalu ditarik sebuah kesimpulan (Sugiyono, 2009). Oleh karena itu peneliti menetapkan dua variabel dalam penelitian ini, yang terdiri dari variabel X dan Y. Berikut variabel X dan Y dalam penelitian ini:

1. Variabel bebas (X) : Kecerdasan Spiritual
2. Variabel Terikat (Y) : Stres Belajar Online

3.2. Definisi Operasional

1. Stres belajar online

Stres belajar online adalah sebuah kondisi yang tidak sesuai serta tidak seimbangnya situasi yang menuntut perasaan manusia atas kemampuannya dalam menghadapi pembelajaran online di masa pandemi covid-19 yang akan berdampak pada sistem biologis, psikologis, dan sosial pada diri seseorang. Untuk mengukur stres belajar online pada mahasiswa menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sarafino (2012), yaitu: a) gejala emosional, b) gejala kognitif atau mental, c) gejala fisiologis, d) gejala perilaku.

2. Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual adalah sebuah pemikiran atau kemampuan yang dimiliki oleh manusia sejak lahir untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna hidup untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna. Untuk mengukur kecerdasan spiritual pada mahasiswa menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Zohar dan Masrhall (2007) yaitu : a) kemampuan bersikap fleksibel, b) tingkat kesadaran diri yang tinggi, c) kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, d) kemampuan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit, e) kualitas yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai, f) keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu, g) berfikir secara holistik, h) kecenderungan untuk bertanya mengapa dan bagaimana untuk mencari jawaban-jawaban yang mendasar, i) menjadi pribadi yang mandiri.

3.3. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Azwar (2012) populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian atau kumpulan-kumpulan individu yang sejenis pada daerah tertentu atau kelompok dari subjek yang mempunyai ciri-ciri serta karakteristik-karakteristik yang berbeda dengan kelompok lain. Populasi juga merupakan bagian dari komunikasi. Adapun beberapa populasi akan membentuk komunitas.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi yaitu mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau dengan jumlah keseluruhan 912 orang. Penelitian ini memfokuskan pengambilan subjek pada mahasiswa-mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau yang memiliki ciri-ciri:

a. Mahasiswa aktif Psikologi Universitas Islam Riau
b. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan

2. Sampel Penelitian

Menurut Azwar (2012) sampel adalah sebagian dari populasi yang harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi atau satu bagian dari populasi yang dipilih mewakili populasi tersebut. Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2014). Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan rumus perhitungan besaran sampel yang dikemukakan oleh (dalam Sugiyono, 2012), yaitu sebagai berikut:

$$\eta = \frac{N}{N(d)^2+1}$$

$$\eta = \frac{N}{N\,(d)^2+1}$$

$$\eta = \frac{N}{N\,(d)+1}$$

$$\eta = \frac{N}{d}$$

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

ŋ= Dibulatkan menjadi

Keterangan:

ŋ= Jumlah sampel yang dicari

N= Jumlah populasi

d= Nilai presisi (ditentukan α= 0,5)

Pengambilan data sampel dalam penelitian ini, maka hasil yang diperoleh melalui perhitungan besaran sampel adalah sebagai berikut:

$$ŋ = \frac{N}{N(d)^2+1}$$

$$ŋ = \frac{912}{912(0{,}05)^2+1}$$

$$ŋ = \frac{912}{912(0{,}0025)+1}$$

$$ŋ = \frac{912}{2{,}28+1}$$

ŋ= 278,04

ŋ= 278

Berdasarkan hasil diatas ditentukan jumlah sampel minimal yang harus diambil yaitu sebanyak 278 orang dengan tingkat kesalahan pengambilan sampel sebesar 5%.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu *Stratified Random Sampling*. Menurut Arikunto (2006) *stratified sampling* atau sampling bertingkat, digunakan oleh peneliti apabila di dalam populasi terdapat kelompok-kelompok subjek dan antara satu kelompok dengan kelompok yang lain tampak adanya strata atau tingkatan. Sampel penelitian ini diambil dari mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau yang terdiri dari semester II, IV, dan VI sehingga keseluruhan ada 3 angkatan dengan total subjek 100 mahasiswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

3.4. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Metode kuantitaif ini dipilih karena peneliti dapat menjelaskan secara rinci mengenai hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa, yaitu dengan menggunakan skala. skala adalah suatu alat pengumpulan data kuantitatif yang berisi beberapa pertanyaan.

Menurut Azwar (2012) skala psikologi adalah deskripsi mengenai aspek kepribadian individu. Istilah skala lebih banyak digunakan untuk menamakan alat ukur atribut non-kognitif khususnya yang disajikan melalui format tulis. Untuk memperoleh data yang relevan dan akurat dalam penelitian ini digunakan dua skala pengukuran untuk variabel stres dan kecerdasan spiritual pada mahasiswa.

1. Skala Stres Belajar Online

Skala stres belajar online dalam penelitian ini disusun dari aspek dari stres menurut Sarafino (2012) yang terdiri dari 5 aspek stres belajar dalam beberapa pernyataan yang mendukung atau *favorable* dan tidak mendukung *unfavorable* dengan 5 alternatif jawaban. Alternatif ini diberikan untuk menghindari subjek pada kecenderungan tidak memberi jawaban.

Skala ini meminta partisipan untuk dapat memilih jawaban alternatif *favorable* yang sesuai dan tepat pada skala likert yakni Sangat Setuju (SS) diberi nilai 5, Setuju (S) diberi nilai 4, Netral (N) diberi nilai 3 Tidak Setuju (TS) diberi nilai 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 1, sedangkan untuk pertanyaan *unfavorable* dalam alternatif jawaban sebagai berikut: Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, Setuju (S) diberi nilai 2, Netral (N) diberi nilai 3, Tidak Setuju (TS) diberi nilai 4, Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 5.

Semakin tinggi skor yang diperoleh dari subjek berarti semakin tinggi pula stres belajar online yang diperoleh subjek, begitu sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek maka semakin rendah pula stres belajar online pada mahasiswa. Berikut dibawah ini tabel blue print skala stres belajar online sebelum *try out*:

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Tabel 3.1.

Blue Print Skala Stres Belajar online Sebelum *Try Out*

No	Aspek	Indikator	No Aitem		Jumlah
			Favo	Unfavo	
1	Aspek Fisik	Pusing atau sakit kepala	1	21	2
		Tidur tidak teratur	2	22	2
		Bangun tidur terlalu awal	3	23	2
		Sering ke toilet	4	24	2
		Keringat yang berlebihan	5	25	2
2	Aspek Kognitif	Ketidakmampuan dalam berfikir	6	26	2
		Mudah lupa	7	27	2
		Pikiran kacau	8	28	2
		Produktivitas atau prestasi belajar menurun	9	29	2
		Sering melakukan kesalahan dalam belajar	10	30	2
3	Aspek Emosional	Mudah marah	11	31	2
		Merasa takut	12	32	2
		Mudah tersinggung	13	33	2
		Khawatir	14	34	2
		Jatung berdebar	15	35	2
4	Aspek Intrapersonal	Menarik diri dari pergaulan	16	36	2
		Merusak dan menganggu	17	37	2
		Berbohong	18	38	2
		Bolos saat belajar online	19	39	2
		Mencari-cari kesalahan orang lain	20	40	2
	Total		20	20	40

2. Skala Kecerdasan Spiritual

Skala kecerdasan spiritual disusun dari aspek kecerdasan spiritual menurut Zohar dan Marshall (2007) yang terdiri dari 4 aspek, dalam penelitian ini disusun dalam pernyataan yang mendukung atau *favorable* dan tidak mendukung *unfavorable* dengan 5 alternatif jawaban. Alternatif ini diberikan untuk menghindari subjek pada kecenderungan tidak memberi jawaban.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Skala ini meminta partisipan untuk dapat memilih jawaban alternatif *favorable* yang sesuai dan tepat pada skala likert yakni Sangat Setuju (SS) diberi nilai 5, Setuju (S) diberi nilai 4, Netral (N) diberi nilai 3 Tidak Setuju (TS) diberi nilai 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 1, sedangkan untuk pertanyaan *unfavorable* dalam alternatif jawaban sebagai berikut: Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, Setuju (S) diberi nilai 2, Netral (N) diberi nilai 3, Tidak Setuju (TS) diberi nilai 4, Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 5.

Semakin tinggi skor yang diperoleh dari subjek berarti semakin tinggi pula stres belajar online yang diperoleh subjek, begitu sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek maka semakin rendah pula stres belajar online pada mahasiswa. Berikut tabel blue print skala kecerdasan spiritual sebelum *try out*:

Tabel 3.2

Blue Print* skala Kecerdasan Spiritual Sebelum *Try Out

No	Aspek	Indikator	No Aitem		Jumlah
			Favo	Unfavo	
1	Kemampuan Bersikap Fleksible	Mampu Berkomunikasi Dengan Baik	1	21	2
		Mampu Menyesuaikan Diri	2	22	2
		Memiliki Pandangan Pragmatis	3	23	2
2	Tingkat Kesadaran Diri Yang Tinggi	Dapat Menerima Diri Sendiri Apa Adanya	4	24	2
		Memiliki Kesadaran Terhadap Berbagai Situasi	5,6	25,26	4
3	Kemampuan Untuk Menghadapi Dan Memanfaatkan Penderitaan	Dapat Menghadapi Masalah Hidup	7	27	2
		Tetap Tegar Dalam Menghadapi Setiap Masalah	8	28	2
4	Kemampuan Untuk Menghadapi Dan Melampaui Rasa Sakit	Mampu Menahan Amarah	9	29	2
		Mampu Mengatasi Permasalahan	10	30	2
5	Kualitas Yang Diilhami Oleh Visi Dan Nilai-nilai	Memiliki Pemahaman Tentang Tujuan Hidup	11	31	2
		Mempunyai Tujuan Hidup	12	32	2
		Memiliki Cita-cita	13	33	2
6	Keengganan Untuk Menyebabkan Kerugian Yang Tidak Perlu	Berpikir Sebelum Bertindak	14	34	2
		Tidak Terlibat Dalam Perkelahian	15	35	2
7	Berpikir Secara Holistik	Melihat Diri Sendiri Dan Orang Lain Berkaitan	16	36	4
8	Kecenderungan Bertanya Mengapa Dan Bagaimana	Berpikir Mengapa Sesuatu Dapat Terjadi	17	37	2
		Mencari Tahu Tentang Apa Yang Membuat Pertanyaan Tersebut Muncul	18	38	2
9	Menjadi Pribadi Yang Mandiri	Bisa Menerima Kritikan Orang Lain	19	39	2

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

	Bertanggung Jawab Atas Urusan Sendiri	20	40	2
Total		20	20	40

3.5. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Menurut Azwar (2014) untuk mengetahui apakah skala mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurannya, diperlukan suatu proses pengujian validitas atau validasi. Substansi yang terpenting dalam validasi skala psikologi adalah membuktikan bahwa struktur seluruh aspek keperilakuan, indikator keperilakuan dan aitem-aitemnya memang membentuk suatu konstrak yang akurat bagi atribut yang diukur. Tujuannya untuk membangun konstrak teoritik yang tepat, maka skala yang disusun berdasarkan kawasan ukur yang teridentifikasi dengan baik dan telah dibatasi dengan jelas, secara teoritik ataupun akan valid. Dalam estimasi validasi tidak dapat dituntut suatu koefisien yang sangat tinggi, koefisien validitas berada disekitar angka 0,50 lebih tepat dianggap memuaskan. Namun apabila koefisien validitas itu kurang dari pada 0,30 dianggap tidak memadai.

Pada penelitian ini validitas yang digunakan adalah validitas isi, yaitu relevansi aitem dengan indikator keperluan dan dengan tujuan ukur sebenarnya sudah dapat dievaluasi lewat nalar dan akal sehat (*con non sense*) yang dapat menilai apakah isi skala mendukung kontrak teoritik yang diukur (Azwar, 2012).

2. Reliabilitas

Salah satu ciri instrumen ukur yang berkualitas baik adalah reliable, yaitu mampu menghasilkan skor yang cermat dengan eror pengukuran kecil. Menurut Azwar (2012) reliabilitas mengacu kepada kepercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Pengukuran dikatakan tidak normal bila eror pengukurannya terjadi secara random. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1,00 berarti pengukuran semakin reliable. Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan formulasi *alpha-cronbach* dan dengan menggunakan program *SPSS 22,0 for window*.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

3.6. Metode Analisis Data

Metode analisis data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan korelasi *product moment*, dengan bantuan program komputer SPSS versi 22,0 *for windows*. Teknik korelasi *product moment* adalah teknik korelasi tunggal yang digunakan untuk mencari koefisien korelasi antara data interval dan data interval lainnya. Teknik korelasi ini dapat digunakan dengan beberapa rumus, yaitu: 1) rumus asli, 2) rumus singkat, 3) rumus mentah (Bungin, 2005).

1. Uji Normalitas

Tujuan dilakukannya uji normalitas adalah untuk menguji apakah dalam model regresi ada variabel penganggu atau residual memiliki distribusi normal (Ghozali, 2018). Menurut Hadi (2002), ada anggapan bahwa skor variabel yang dianalisis mengikuti hukum sebaran normal baku (*kurva*) dari Gauss. Jika sebaran normal, artinya tidak ada perbedaan signifikan antara frekuensi yang diamati dengan frekuensi teoritis kurva. Kaidah yang dipakai, bila *p* dari nilai Z (*Kolmogorof-Smirnov*) > 0,05maka sebaran normal, sebaliknya jika *p* < 0,05 maka sebaran tidak normal.

2. Uji Linieritas Hubungan

Uji linieritas ini dilakukan untuk mengetahui bentuk arah dari hubungan antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Dalam hal ini pelaksanaan, uji linieritas menggunakan pendekatan analisis varians uji linieritas juga dapat mengetahui taraf keberartian penyimpangan dari linieritas hubungan tersebut. Apabila penyimpangan tersebut tidak berarti, maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dianggap linier. Menurut Azwar (2012), kaidah yang digunakan adalah p< 0,05 dari nilai F *Linierity*, maka hubungan antara kedua variabel adalah linier.

3. Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi atau uji prasyarat analisis yang terdiri dari uji normalitas data dan uji linieritas dilakukan, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis sebagaimana telah dikemukakan sebelumnya bahwa penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Teknik statistik yang digunakan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji *korelasi product moment* dari *pearson* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan kedua variabel tersebut dan menguji taraf signifikansi. Penyelesaian analisis dibantu dengan program SPSS versi 22.0 *for windows*.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Persiapan Penelitian

4.1.1. Persiapan Alat Ukur

Tahapan yang dilakukan peneliti sebelum melakukan penelitian adalah mempersiapkan alat ukur yang digunakan penelitian.

a. Skala Stres Belajar Online

Ada beberapa tahapan yang dilakukan oleh peneliti dalam mempersiapkan alat ukur stres belajar online, yaitu : uji coba skala (*try out*), analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala.

1. Uji Coba (*Try Out*)

Pelaksanaan uji coba dalam penelitian dilakukan pada mahasiswa dan mahasiswi Psikologi Universitas Islam Riau yang berjumlah 100 orang. Uji coba skala dilakukan selama 8 hari, yaitu pada hari senin tanggal 12-19 Juli 2021. Skala penelitian ini dimuat dalam bentuk *Google Form* dan dikirimkan melalui aplikasi *whatsapp* dan *line* kepada mahasiswa dan mahasiswi Psikologi Universitas Islam Riau, diambil kembali melalui *Google Form*

2. Analisis Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas Skala

Analisis daya beda aitem ini dilakukan untuk melihat kemampuan aitem yang membedakan subjek dengan trait tinggi serta rendah. Aitem yang baik koefisien daya beda ≤ 0,25 (Azwar, 2012). Daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur (Skala) diketahui dengan menggunakan rumus dari *alpha cronbach's* dengan bantuan perangkat lunak SPSS 22.0 *for windows.*

Reliabilitas skala stres belajar online yaitu 0,962. Peneliti tidak menggugurkan beberapa aitem, karena tiap aitem dari skala stres belajar online memiliki nilai ≥ 0,25.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Tabel 4.1

Blueprint* Skala Stres Belajar Online Setelah *Try Out

Aspek	Indikator	Favo	Unfavo
Aspek Fisik	Pusing atau sakit kepala	1	21
	Tidur tidak teratur	2	22
	Bangun tidur terlalu awal	3	23
	Sering ke toilet	4	24
	Keringat yang berlebihan	5	25
Aspek Kognitif	Ketidakmampuan dalam berfikir	6	26
	Mudah lupa	7	27
	Pikiran kacau	8	28
	Produktivitas atau prestasi belajar menurun	9	29
	Sering melakukan kesalahan dalam belajar	10	30
Aspek Emosional	Mudah marah	11	31
	Merasa takut	12	32
	Mudah tersinggung	13	33
	Khawatir	14	34
	Jatung berdebar	15	35
Aspek Intrapersonal	Menarik diri dari pergaulan	16	36
	Merusak dan menganggu	17	37
	Berbohong	18	38
	Bolos saat belajar online	19	39
	Mencari-cari kesalahan orang lain	20	40
	Total	20	20

b. Skala Kecerdasan Spiritual

Ada beberapa tahapan yang dilakukan oleh peneliti dalam mempersiapkan alat ukur stres belajar online, yaitu : uji coba skala (*try out*), analisis daya beda aitem dan reliabilitas skala

1. Uji Coba (Try Out)

Pelaksanaan uji coba dalam penelitian dilakukan pada mahasiswa dan mahasiswi Psikologi Universitas Islam Riau yang berjumlah 100 orang. Uji coba skala dilakukan selama 8 hari, yaitu pada hari senin tanggal 12-19 Juli 2021. Skala penelitian ini dimuat dalam bentuk *Google Form* dan dikirimkan melalui aplikasi *whatsapp* dan *line* kepada mahasiswa dan mahasiswi Psikologi Universitas Islam Riau.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2. Analisis Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas Skala

Analisis daya beda aitem ini dilakukan untuk melihat kemampuan aitem yang membedakan subjek dengan trait tinggi serta rendah. Aitem yang baik koefisien daya beda ≤ 0,25 (Azwar, 2012). Daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur (Skala) diketahui dengan menggunakan rumus dari alpha cronbach's dengan bantuan perangkat lunak SPSS 22.0 for windows.

Hasil dari analisa skala kecerdasan spiritual, sebelum dilakukan analisa daya beda aitem, reliabilitas skala yaitu 0,920. Setelah dilakukan analisis daya beda aitem terdapat 4 butir aitem yang dibuang dari 40 butir aitem. Berikut beberapa aitem yang dibuang yaitu 7,9,10 dan 23. Setelah peneliti membuang beberapa butir aitem yang gugur, indeks koefisien reliabilitas naik menjadi 0,942. Sehingga aitem yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 36 butir aitem. Distribusi penyebaran aitem dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.2

Blueprint* Skala Kecerdasan Spiritual Setelah *Try Out

Aspek	Indikator	Aitem Favorable	Aitem Unfavorable
Kemampuan bersikap fleksible	Mampu berkomunikasi dengan baik	1	21
	mampu menyesuaikan diri	2	22
	Memiliki Pandangan Pragmatis	3	23
Tingkat kesadaran diri yang tinggi	Dapat menerima diri sendiri apa adanya	4	24
	Memiliki kesadaran terhadap berbagai situasi	5,6	25,26
Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan	Dapat menghadapi masalah hidup	7	27
	Tetap tegar dalam menghadapi setiap masalah	8	28
Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit	Mampu menahan amarah	9	29
	Mampu mengatasi permasalahan	10	30
Kualitas yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai	Memiliki pemahaman tentang tujuan hidup	11	31
	Mempunyai tujuan hidup	12	32
	Memiliki cita-cita	13	33
Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu	Berpikir sebelum bertindak	14	34
	Tidak terlibat dalam perkelahian	15	35
Berpikir secara holistik	Melihat diri sendiri dan orang lain berkaitan	16	36
Kecenderungan bertanya mengapa dan bagaimana	Berpikir mengapa sesuatu dapat terjadi	17	37

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

	Mencari tahu tentang apa yang membuat pertanyaan tersebut muncul	18	38
Menjadi pribadi yang mandiri	Bisa menerima kritikan orang lain	19	39
	Bertanggung jawab atas urusan sendiri	20	40
	Total	20	20

Keterangan: tanda yang digaris bawahi merupakan aitem yang gugur

4.2. Pelaksanaan penelitian

Penelitian ini dilakukan pada hari Selasa tanggal 27 Juli 2021 sampai hari senin tanggal 02 Agustus 2021dengan jumlah sampel 278 mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau yang tersebar di berbagai kelas. Sebelum mengirimkan skala penelitian, peneliti terlebih dahulu menjelasakan maksud serta tujuan peneliti memberikan skala tersebut dan memberikan penjelasan tentang bagaimana cara mengisi skala kepada subjek penelitian. Skala dikirimkan melalui google form via whatsapp dan line.

4.3. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian yang penulis buat yaitu mengenai hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa. Hasil dari daa di lapangan tentang kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau setelah memasukkan data ke tabel excel, peneliti menggunakan bantuan dari program SPSS 22.0 for windows diperoleh gambaran seperti yang ditulis dibawah ini:

Tabel 4.3

Deskripsi Data Penelitian

Variabel Penelitian	Skor x yang diperoleh (Empirik)				Skor x yang dimungkinkan(Hipotetik)			
	XMin	XMax	Mean	SD	XMin	XMax	Mean	SD
Stres Belajar Online	155	171	162,79	3,338	40	200	120	26,6
Kecerdasan Spiritual	141	159	150,57	3,999	36	180	108	24

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai *mean* (rata-rata) untuk stres belajar online yaitu 120 dengan standar deviasi sebesar 26,6. Sedangkan nilai *mean* (rata-rata) untuk kecerdasan spiritual yaitu 108 standar deviasi sebesar 24. Jika dilihat dari data empirik untuk stres belajar online yang diperoleh dari bantuan program SPSS versi 22.0 *for windows* yaitu 162,79 dengan standar deviasi sebesar 3,338. Sedangkan untuk kecerdasan spiritual nilai *mean* (rata-rata) pada nilai mean yaitu 150,57 dengan nilai standar deviasi sebesar 3,999.

Berdasarkan tabel diatas, skor stres belajar online dengan kecerdasan spiritual dibuat kategorisasi. Kategorisasi ini dilakukan dengan tujuan untuk mengelompokkan kelompok-kelompok terpisah secara berjenjang menggunakan aspek yang akan diukur. Pengelompokkan dilakukan berdasarkan data empirik dari tabel 4.3. rumus kategorisasi pada penelitian ini dapat dilihat dari tabel 4.4 dibawah ini:

Tabel 4.4

Rumus Kategorisasi

Kategori	Rumus
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1{,}5\ SD$
Tinggi	$M + 0{,}5\ SD \leq X < M + 1{,}5\ SD$
Sedang	$M - 0{,}5\ SD \leq X < M + 0{,}5\ SD$
Rendah	$M - 1{,}5\ SD \leq X < M - 0{,}5\ SD$
Sangat Rendah	$X < M - 1{,}5\ SD$

Keterangan:

M : Data Empirik

SD : Standar Deviasi

Dilihat dari tabel diatas, maka untuk variabel stres belajar online dalam penelitian ini terbagi atas 5 bagian yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Kategori skor stres belajar online. kategorisasi dapat dilihat pada tabel 4.5 dibawah ini:

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Tabel 4.5

Rentang Nilai dan Kategorisasi Subjek Skala Stres Belajar Online

Kategorisasi	Rentang Nilai	*f*	%
Sangat Rendah	X < 158	11	7
Rendah	158 < X ≤ 161	43	27
Sedang	161 < X ≤ 164	55	35
Tinggi	164 < X ≤ 168	38	24
Sangat Tinggi	X> 168	12	7
	Jumlah	159	100

Berdasarkan kategorisasi variabel stres belajar online pada tabel 2.6 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian ini memiliki skor stres belajar online pada kategori sedang dari 159 orang yang menjadi subjek dalam penelitian ini, dengan presentase 35 persen. Selanjutnya, kategorisasi skor kecerdasan spiritual dapat dilihat pada tabel 4.6 dibawah ini:

Tabel 4.6

Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek Skala Kecerdasan Spiritual

Kategorisasi	Rentang Nilai	*f*	%
Sangat Rendah	X < 145	8	5
Rendah	158 < X ≤ 149	52	33
Sedang	149 < X ≤ 153	37	23
Tinggi	153 < X ≤ 157	52	33
Sangat Tinggi	X> 157	10	6
	Jumlah	159	100

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel kecerdasan spiritual pada tabel 2.7 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian ini, memiliki skor kecerdasan spiritual pada kategori rendah dan tinggi sebanyak 52 dari 159 orang yang menjadi subjek penelitian, dengan presentase sebesar 33 persen.

Berdasarkan dari hasil yang didapatkan, dapat diambil kesimpulan bahwa mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau secara keseluruhan memiliki skor sedang pada variabel stres belajar online dan memiliki skor rendah pada variabel kecerdasan spiritual.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

4.4. Hasil Analisis Data

4.4.1. Uji Asumsi

Sebelum dilakukan uji hipotesis telah dilakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diteliti telah mengikuti distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan pada kedua varibel yaitu variabel stres belajar online dan kecerdasan spiritual dengan bantuan program SPSS 22.0 for windows. Jika data penelitian didapatkan normal, artinya tidak ada perbadaan yang signifikan antara jumlah subjek yang diamati dengan jumlah subjek menggunakan teoritis kurva. Seharusnya, bila p dari nilai Z (kolmogorof smirnov) p > 0,05 maka sebaran normal, sebaliknya bila p dari nilai Z (kolmogorof smirnov) p <0,05 maka sebaran dapat dikatakan tidak normal (Hadi, 2000).

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dengan one sampel kolmogorof smirnov test maka didapatkan hasil seperti tabel 4.7 berikut:

Tabel 4.7

Hasil Uji Normalitas Skala Stress Belajar Online dan Kecerdasan Spiritual

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Stres Belajar Online	0,93 (p>0,05)	Berdistribusi Normal
Kecerdasan Spiritual	0,01 (p<0,05)	Tidak Normal

Hasil dari uji normalitas diatas menunjukkan variabel stres belajar online memiliki nilai signifikansi sebesar 0,93 (p>0,05) dan variabel kecerdasan spiritual sebesar 0,01 (p<0,05). Artinya, dapat dilihat bahwa kedua data dari kedua variabel yaitu stres belajar online dan kecerdasan spiritual yaitu berdistribusi normal

b. Uji Linieritas

Dalam penelitian ini uji linieritas dilakukan untuk melihat apakah ada hubungan diantara variabel stres belajar online dan variabel kecerdasan spiritual. Menurut Hadi, 2000 variabel bebas akan cenderung diikuti oleh variabel terikat, apabila memiliki nilai p <0,05 maka kedua variabel dikatakan linier (memiliki hubungan), sebaliknya jika nilai p >0,05 maka kedua variabel tidak dikatakan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

linier (tidak memiliki hubungan). Berdasarkan hasil uji linieritas yang telah dilakukan, nilai perhitungan from linierity untuk stres belajar online dan kecerdasan spiritual menghasilkan F *Linierity* = 5,256 (p<0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa stres belajar online dan kecerdasan spiritual adalah linier.

4.4.2. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diberikan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan yang positif antara stres belajar online dengan kecerdasan spiritual pada mahasiswa. analisis yang dilakukan menggunakan teknik korelasi pearson product moment. Berdasarkan hasil uji korelasi antara stres belajar online dengan kecerdasan spiritual, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) =0,510 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 (p<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara stres belajar online dengan kecerdasan spiritual pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Berdasarkan hasil uji korelasi antara aspek emosional dari stres belajar online dan aspek kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan dari kecerdasan spiritual diperoleh nilai koefisien korelasi (r) = -0,009 dan nilai signifikansi sebesari 0,913 (p>0,05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara stres belajar online dengan kecerdasan spiritual pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi stres belajar online yang dialami oleh mahasiswa maka semakin rendah pula kecerdasan spiritual pada mahasiswa. Begitu juga sebaliknya jika semakin rendah stres belajar online yang dialami oleh mahasiswa, maka semakin t pula kecerdasan spiritual yang dialami oleh mahasiswa. Dengan demikiian hasil uji analisis data ini menyatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Berdasarkan hasil uji determinan nilai koefisien (r squared) dalam penelitian ini sebesar 24,6. Artinya kecerdasan spiritual memberikan sumbangan efektif sebesar 24,6% terhadap stres belajar online, sedangkan sisanya yang sebesar 75,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

4.6. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan teknik korelasi *pearson product moment* diketahui terdapat hubungan positif antara stres belajar online dengan kecerdasan spiritual pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Hal ini ditunjukkan dengan nilai korelasi sebesar 0,510 dan nilai signifikansinya sebesar 0,000 (p>0,05). Artinya semakin tinggi nilai stres belajar online maka semakin tinggi kecerdasan spiritual yang dimiliki oleh mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Berdasarkan hasil uji korelasi antara aspek emosional dari stres belajar online dan aspek kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan dari kecerdasan spiritual diperoleh nilai koefisien korelasi (r) = -0,009 dan nilai signifikansi sebesari 0,913 (p>0,05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara stres belajar online dengan kecerdasan spiritual pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Semakin tinggi stres belajar online yang dialami oleh mahasiswa maka semakin rendah pula kecerdasan spiritual pada mahasiswa. Begitu juga sebaliknya jika semakin rendah stres belajar online yang dialami oleh mahasiswa, maka semakin t pula kecerdasan spiritual yang dialami oleh mahasiswa.

Uji korelasi antara aspek emosional dari stres belajar online dan aspek kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan dari kecerdasan spiritual terdapat hubungan yang negatif. Aspek emosional dari stres belajar online terdiri dari indikator sebagai berikut: mudah marah, merasa takut, mudah tersinggung, khawatir dan jantung berdebar. Aspek kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan dari kecerdasan spiritual terdiri dari indikator sebagai berikut: mampu menahan amarah dan mampu mengatasi permasalahan. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Fallah pada tahun 2015 yaitu kecerdasan spiritual yang tinggi akan memberikan kontribusi pada seorang individu dalam menghadapi stres, dimana orang dengan kecerdasan spiritual yang tinggi dapat memanajemen stres dengan baik. Oleh karena itu, kecerdasan spiritual adalah anugerah pribadi yang penting yang memungkinkan seseorang untuk memelihara kedamaian internal dan eksternal dan menunjukkan cinta terlepas dari keadaan apakah stres atau ketidak konsistenan akut. Karena itu, dapat membantu dalam manajemen konflik dan menenangkan koeksistensi dalam

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

masyarakat (Fallah, Khosroabadi & Usefi, 2015).Jika seseorang tidak mempunyai kecerdasan spiritual yang baik maka dapat menimbulkan kesulitan untuk mengendalikan diri, dan sulit memotivasi diri, sedangkan yang mempunyai kecerdasan spiritual tinggi dapat mengendalikan setiap tindakan, sehingga akan menghindarkan dirinya dari kerugian (Aswandi, 2017). Hal ini juga berlaku bagi seorang mahasiswa, mahasiswa yang mempunyai kecerdasan spiritual yang baik, akan mampu mengendalikan stresnya. Kecerdasan spiritual membantu mahasiswa melawan masalah hidup dan asal mula kepedihan dan keputusasaan manusia yang paling dalam. Menurut ahli teori terkemuka, spiritual quotient dapat membantu seorang individu dalam penyesuaian dan pemecahan masalah (Khosravi & Nikmanesh, 2014).

Menyelesaikan suatu permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan yaitu dengan meningkatkan spiritualitas di dalam diri. Hal ini sejalan dengan penelitian Baldacchino dan Drapper serta Kim dan Seidlitz (Tuck, Alleyne & Thinganjana, 2006) yang sudah menjelaskan bahwa spiritualitas merupakan cara yang efektif untuk mengelola stres.

Stres adalah sebuah kondisi situasi lingkungan yang dirasakan sangat menekan oleh seseorang (Bartlett, 1998) dan orang tersebut hanya dapat menerima respon stres tanpa adanya proses penilaian (Staal, 2004). Maksudnya ialah stres terjadi akibat tekanan-tekanan yang berasal dari situasi-situasi lingkungan yang dapat mengganggu kesehatan apabila terjadi secara terus menerus dapat membahayakan seseorang (Bartlett, 1998). Situasi-situasi yang dapat menjadi pemicu stres yaitu kerja yang begitu berat, kepanasan, kedinginan, kebisingan, bau yang menyengat, cahaya yang sangat terang, tempat yang kotor, ventilasi udara yang tidak cukup dan lain-lain (Staal, 2004; Hariharan & Rath, 2008).

Penelitian yang peneliti lakukan yaitu tentang stres belajar online. Stres belajar online dapat diartikan sebagai sebuah tekanan-tekanan yang dirasakan oleh seseorang kemudian dipersepsikan secara negatif dan hal ini berdampak pada kesehatan fisik (seluruh tubuh dan bagian-bagiannya), psikis (mental) serta semangat dalam belajar (Campbell & Svenson, 1992; Oon, 2004).

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Stres dalam belajar online dapat menimbulkan berbagai masalah salah satunya yaitu kurangnya interaksi antara dosen dan mahasiswa sehingga mahasiswa sering tidak hadir dalam mengikuit pembelajaran online. Mahasiswa yag sering kesulitan dalam mengakses tugas akibat gangguan jaringan. Permasalahan ini diketahui dari data yang didapatkan dari mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau setelah disebarkannya kuesioner penelitian.

Stres belajar online berkaitan dengan tekanan-tekanan yang dialami oleh seseorang, berikut tekanan-tekanan dalam stres belajar online: a). tekanan akademik yang bersumber pada pengajar, metode pembelajaran dan lain sebagainya, b). Tekanan sosial yang bersumber pada teman-teman, dan lain sebagainya. Stres belajar yang dialami oleh seseorang akan berpengaruh pada kesehatan fisik serta kesehatan mental mereka yang akan menimbulkan permasalahan dalam belajarnya (Goldman dkk, 1997).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu mengenai stres belajar online yang dilakukan oleh Yanti dan Nurwulan (2021) dengan judul "Pengaruh pembelajaran daring terhadap depresi, stres, dan kecemasan mahasiswa" menunjukkan hasil analisis regresi berganda ($p<0,05$) bahwa sulitnya mahasiswa melakukan waktu luang yang menjadi faktor utama dari timbulnya penyebab depresi, stres dan kecemasan pada mahasiswa.

Pembelajaran daring yang dilakukan di masa pandemi ini sangat menyita perhatian di dunia pendidikan hal ini dapat menimbulkan stres pada mahasiswa hal ini sejalan dengan penelitian mengenai stres belajar online dengan judul "Tingkat stres mahasiswa mengikuti pembelajaran daring pada masa pandemi covid 19" yang dilakukan oleh Jannah (2021) menunjukkan hasil penelitian yaitu tugas pembelajaran merupakan faktor utama dari stres pada mahasiswa, secara rata-rata penelitian ini termasuk dalam kategori sedang.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Aswandi (2017) dengan judul penelitian "Hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak" menunjukkan hasil penelitian dalam kategori stres sedang dengan p 0,001 ($p<0,05$) yaitu terdapat hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stres pada mahasiswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Stres yang tidak dikondisikan dengan baik maka akan menimbulkan berbagai masalah. Faktor yang dapat berperan dalam mengendalikan stres yaitu kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya atau kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang agar lebih bermakna dibanding yang lain (Zohar & Marshall, dalam Suyanto, 2006).

Menurut Munandir (2001) kecerdasan spiritual terbagi menjadi dua kata yaitu kecerdasan dan spiritual. Kecerdasan merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk memecahkan sebuah permasalahan yang dihadapinya. Zohar dan Marshall (2002) dalam Ludigdo dkk (2006) menyatakan bahwa kecerdasan spiritual adalah sebuah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu menempatkan sebuah perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas, serta menilai bahwa tindakan atau hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.

Kecerdasan spiritual dapat memberikan dampak positif dalam memaknai kehidupannya serta dapat memecahkan persoalan yang dialami oleh seseorang hal ini sejalan dengan definisi kecerdasan spiritual Zohar dan Marshall (2007) yaitu kecerdasan spiritual digunakan untuk mengahadapi serta memecahkan permasalahan-permasalahan seperti nilai serta makna dan untuk menempatkan perilaku dan hidup seseorang dalam situasi makna yang lebih luas lagi.

Penelitian yang dilakukan oleh Asrun, Aspin dan Silondae (2020) dengan judul penelitian "Hubungan antara tingkat kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada mahasiswa psikologi yang menyusun skripsi di Universitas Halu Oleo tahun akademik 2018/2019" menunjukkan hasil penelitian yaitu tingkat stres dan tingkat kecerdasan spiritual termasuk dalam kategori rendah, dan mahasiswa Psikologi Universitas Halu Oleo cenderung mengalami stres dan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada mahsiswa Psikiologi Universitas Halu Oleo.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aswandi (2017) dengan judul penelitian "Hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak" yang memperoleh hasil

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

penelitian dengan nilai signifikan atau p value hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak sebesar 0,001 ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara kecerdasan spiritual dengan tingkat stres pada mahasiswa keperawatan Universitas 9 Tanjungpura Pontianak. Dimana Satu diantara faktor yang dianggap mampu mengendalikan stres adalah kecerdasan spiritual.

Kecerdasan Spiritual membuat seseorang mempunyai pengetahuan tentang siapa, apa arti segala sesuatu untuk dirinya serta orang lain termasuk pada keyakinan adanya kekuatan yang lebih besar dari diri mereka yang dapat menolong yaitu Allah. Dengan adanya kecerdasan spiritual yang tinggi, maka stres dapat disaring karena dengan kecerdasan spiritual pada mahasiswa dapat membuat mahasiswa mempunyai kemampuan untuk berpikir kritis mempertimbangkan makna dan tujuan hidup mereka, dapat merasakan apa itu kenikmatan hidup, serta dapat mengambil pelajaran dari segala sesuatu yang sudah terjadi (Basuki, 2020).

Penjelasan diatas memberikan pandangan berupa kecerdasan spiritual dapat menjadi salah satu hal dalam menghadapi stres. Dalam penelitian ini dari data yang diperoleh dari hubungan kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa terdapat hubungan hal ini dikarenakan nilai menghasilkan F *Linierity* = 5,256 dengan p 0,00 ($p<0,05$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa stres belajar online dan kecerdasan spiritual adalah linier atau memiliki hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual dengan stres belajar online. Penelitian ini memiliki hubungan yang positif dan memiliki hubungan yang negatif dari aspek emosional dengan aspek kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, dapat dilihat dari hasil uji korelasi antara stres belajar online dengan kecerdasan spiritual, diperoleh nilai korelasi (r) =0,510 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p<0,05$) dan nilai korelasi nilai koefisien korelasi (r) = -0,009 dan nilai signifikansi sebesari 0,913 ($p>0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara stres belajar online pada aspek emosional dengan kecerdasan spiritual pada aspek kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau.. Data ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

antara stres belajar online dengan kecerdasan spiritual pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau.

Semakin tinggi stres belajar online yang dialami oleh mahasiswa maka semakin rendah pula kecerdasan spiritual pada mahasiswa, begitu juga sebaliknya jika semakin rendah stres belajar online yang dialami oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula kecerdasan spiritual yang dialami oleh mahasiswa.

Kelemahan penelitian ini adalah sampel dalam penelitian ini hanya dilakukan pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Sehingga besar kemungkinan terdapat perbedaan yang dialami oleh peneliti yang lainnya, metode yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini hanya menggunakan kuesioner, Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu minimnya literatur yang digunakan oleh peneliti dalam memahami konsep dari kecerdasan spiritual dengan konsep stres belajar online. Jurnal-jurnal yang digunakan dalam penelitian ini juga terbatas. Walaupun demikian, penelitian ini dianggap penting untuk dapat memahami kecerdasan spiritual dengan stres belajar online di masa pandemi covid 19 ini dan penelitian berjudul hubungan kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa masih sangat jarang diteliti.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dengan judul "Hubungan kecerdasan spiritual dengan stres belajar online pada mahasiswa" maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres belajar online dengan kecerdasan spiritual pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Riau. Adapun arah yang ditunjukkan dalam penelitian ini yaitu stres belajar online memiliki hubungan yang positif dengan kecerdasan spiritual dan memiliki arah hubungan yang negatif pada aspek emosional dengan aspek kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan. Semakin tinggi stres belajar online yang dialami oleh mahasiswa maka semakin rendah pula kecerdasan spiritual pada mahasiswa. begitu juga sebaliknya jika semakin rendah stres belajar online yang dialami oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula kecerdasan spiritual yang dialami oleh mahasiswa.

5.2. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, ada beberapa saran yang diberikan berikut dibawah ini:

1. Kepada Mahasiswa

Disaat stres belajar online melanda mahasiswa hendaknya bersikap tenang serta sabar dalam menghadapi segala sesuatu agar tidak terjadinya permasalahan-permasalahan yang lebih lanjut. Seperti terlalu memikirkan tugas yang menumpuk sehingga tidak dapat mengerjakan tugas, tidak fokus dalam belajar online dan lain sebagainya.mengkaji lebih dalam mengenai kecerdasan spiritual dapat menjadi sebuah strategi koping dalam menangani stres belajar online.

2. Intansi Terkait

Instansi terkait agar memberikan pemahaman belajar online dan memberikan semangat kepada mahasiswa agar mahasiswa dapat mengerti tentang seperti apa pembelajaran online dan bagaimana cara menghadapinya.

3. Kepada Peneliti Selanjutnya

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan variabel lain yang mempengaruhi stres belajar online dan variabel kecerdasan spiritual serta dapat melakukan penelitian dengan subjek penelitian yang berbeda dan jumlah subjek yang berbeda, hal ini bertujuan agar data yang telah diperoleh memiliki persebaran yang merata, sehingga bisa menggambarkan populasi yang ada.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR PUSTAKA

A. Sugiarti. Musabiq. Karimah, Isqi. (2018). "Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa". Volume 2. No 2. Kampus Universitas Indonesia.

Aditama, Damar. (2017). "Hubungan Antara Spiritualitas Dan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi". Jurnal El-Tarbawi. Volume x No 2.

Aliah B. Purwakania Hasan, Aliah B. (2008). "Psikologi Perkembangan Islami". Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Andiama, Funsu., Kusumawati, Estri. (2020). "Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Stress Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19".

Anoraga Pandji. (2001). "Psikologi Kerja". Jakarta : Adi Mahasatya.

Arikunto, S., (2006). "Prosedur Penelitian: Suatu Pengantar Praktik", Jakarta: Rineka Cipta.

Aryani, Farida. (2016). "Stres Belajar Suatu Pendekatan Dan Intervensi Konseling". Cetakan November 2016.

Asrun, M., Aspin dan Priatmosilondae, Dodi. (2020). "Hubungan Antara Tingkat Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Psikologi yang Menyusun Skripsi Di Universitas Halu Oleo Tahun Akademik 2018/2019". Vol 1 No 1.

Aswandi F. 2017. Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak (online). Dapat diakses melalui http://jurnal.untan.ac.id/ [Diakses pada tanggal 1 Agustus 2019].

Aswandi, Fri. (2017). " Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak". Skripsi.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Aswandi, Fri. (2017). “Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak”. Skripsi

Aziz, Rahmat, dan Retno, Mangestuti. (2006). “Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional, dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Agresivitas Pada Mahasiswa UIN Malang”. Jurnal Penelitian Integrasi Sains Dan Islam. Vol 1. (hlm 70-84).

Aziz, Rahmat., Retno, Mangeastuti. (2006). “Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Agresivitas Pada Mahasiswa UIN Malang”. El-Qudwah: Jurnal Penelitian Integrasi Sains Dan Islam. (hlm 70-84).

Azwar, Sai Fuddin. (2012). “Reliabilitas dan Validitas”. Cetakan II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, Sai Fuddin. (2014). “Penyusunan Skala Psikologi”. Cetakan V. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Barseli, Mufdhal., Ifdil dan Nikmarijal. (2017). “Konsep Stress Akademik Siswa”. Jurnal Konseling dan Pendidikan. Vol 5 No 3. (hlm143-148).

Bungin, Burhan. (2011). “Metodologi Penelitian Kuantitatif (Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-ilmu Sosial Lainnya”.. Jakarta: Kencana.

Caesaria, Sandra Desi. (2021). “Belajar Daring Bikin Stress? Ini 3 Cara Mengatasinya”,https://edukasi.kompas.com/read/2021/01/15/092430971/belajar-daring-bikin-stres-ini-tiga-cara-mengatasinya?page=all. Diakses 26 Maret 2021 pukul 15:00.

Cao., dkk. (2020). “The Psychological Impact Of The Covid-19 Epidemic On College Students In China. Dalam jurnal: Psychiatry Research.

Council, N.S. (2003). “Manajemen Stres”. Jakarta EGC.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Dwi, Meilla.,Nurmala., Syarif, Tubagus Umar., Wibowo, Hadi., Astri., Rachmayanti. (2020). "Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Bimbingan dan Konseling. Vol 5.

Fadillah, A. E. R. (2013). "Stres dan motivasi belajar pada mahasiswa psikologi Universitas Mulawarman yang sedang menyusun skripsi". Ejournal Psikologi Universitas Mulawarman. Vol 1 No 3.

Fallah V, Khosroabadi S, Usefi H. 2015. Development of Emotional Quotient and Spiritual Quotient: The Strategy of Ethics Development. International Letters of Social Humanist Sciences [online]. DOI: 10.18052/www.scipress.com/ilshs.49.43. 2015; 49: 44-6 [cited 2019 August 1].

Fesanrey, Rian Andito., Hasanah, Uswatun. (2018). "Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Reguler S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta Tahun 2018".

Fitri, Yani. (2011). "Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional, Kecerdasan Spiritual Terhadap Pemahaman Akuntansi". Dalam Sirok Bastra : Jurnal Akuntansi Pendidikan. Universitas Riau.

Gamayanti, Witrin., Mahardianisa., Syafei Isop. (2018). "Self Disclosure dan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi". Jurnal Ilmiah Psikologi. Vol 5 No 1.

Gintulangi, I., & Prihastuti. (2014). "Hubungan persepsi mahasiswa terhadap harapan orangtua dalam penyelesaian studi s1 dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi". Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Vol 3 ,(hlm 134-139).

Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. (2010). "Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro". Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro.Vol 3(2). (hlm 93-115).

Hadi, A. dan Haryono. (2005), "Metodologi Penelitian Pendidikan". Bandung: Pustaka Setia.

Handoyo, S. (2001). "Stres pada masyarakat Surabaya". Jurnal Insan Media Psikologi, Vol 3 ,(hlm 61-74).

Hardjana,. Agus , M. (1994). "Stres Tanpa Distres: Seni Mengelola Stres. Yogyakarta.

Hasanah, Uswatun.Ludiana., Immawati., Livana. (2020). "Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19". Jurnal Keperawatan Jiwa. Vol 8 No3. (hlm 299-306).

Hendrastomo, G. (2008). Dilema dan Tantangan Pembelajaran E-learning 1 (The Dilemma and the Challenge of. Majalah Ilmiah Pembelajaran.

Husin. (2017). "Id, Ego dan Super Ego Dalam Pendidikan Islam". Jurnal Ilmiah Al-qalam. Vol 11 No 23.

Isniwiarti., Rahayu Siti. (1999). "Stres dan Prestasi Belajar Anak Usia Sekolah Yang Memperoleh Pengayaan. Jurnal Psikodinamik. Volume 1. Nomor 3.

Iswinarti dan Rahayu, Siti. (1999). "Tingkat Stres dan Prestasi Belajar Anak Usia Sekolah Memperoleh Pengayaan". Jurnal Psikodinamik. Vol 1 No 3.

Jannah, Riazul., Santoso, Harri. (2021). "Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid 19". Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat. Vol 1. (hlm 130-146).

Khayat. (2007). "Landasan Psikologi Proses Pendidikan". Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Khosravi M, Nikmanesh Z. 2014. "Relationship of spiritual intelligence with resilience and perceived stress" dalam Iran J psychiatry Behav Sci

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

[online]; Vol. 8: Page 54. Avaible from www.ijpbs.mazums.ac.ir [cited 2020 march 2].

King, S.M. (2007). "Religion, spirituality, and the workplace: challenges for public administration". Public Administration Review.

Kosassy SO. (2020). "Model Pembelajaran Kobeko Berbasis Web Blog (Balada Pendidikan Tinggi di Tengah Kepungan Wabah COVID-19". Vol 1. (hlm 36-41).

Kuriawati, Fitria. (2015). "Perbedaan Stres Belajar Siswa Dengan Pembelajaran Kurikulum 2006 dan kurikulum 2012 Di SMA Kabupaten Klatem". Skripsi

Kusanayat, dkk. (2020). "Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online di Era Covid-19 dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa".

Lawless, Naomi and Allan, John (2004). "Understanding and reducing stress in collaborative e-learning". Electronic Journal of E-Learning.

Lazarus, R. S, dan Folkman, S. (1984). Stres, Appraisal, and Coping. New York: Springer.

Loker, T dan Gregson, O. (2005). "Managing Stres Mengatasi Stres Secara Mandiri.

Mahsun. (2004). "Bersahabat dengan Stres". Yogyakarta: Prima Media.

Meichenbaum, D. (2005). "Principles and practice of stress management". 3rd Edition. Canada: Guilford Press.

Mental Health America. (2013). "Mental Health Action Plan". https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/89966/9789241506021_eng.pdf. Diakses 27 Maret 2021 pukul 11:00.

Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). "E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same? Internet and Higher Education".

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). ”E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same? Internet and Higher Educatio”.

Mufadhal., Barseli., Ifdil., Fitria, Linda. (2020). “Stress Akademik Akibat Covid-19”. Vol 5. No 2

Murtana, Agus. (2014). “Hubungan Antara Harga Diri Dan Interaksi Teman Sebaya Dengan Stres Belajar”. Skripsi

Ng Lai On, A. (2004). “Teaching children handling study stress”. Malaysia: TC Publishing SDN BHD.

Phipps, K.A. (2012). “Spirituality and strategic leadership: The influence of spiritual beliefs on strategic decision making”.

Pojok, UNM. (2020). “Tugas Matakuliah Menumpuk, Mahasiswa Keluhkan Bisa Jadi Gila”, https://profesi-unm.com/2020/03/30/tugas-mata-kuliah-menumpuk-mahasiswa-keluhkan-bisa-jadi-gila/. Diakses 26 Maret 2021 pukul 17:00.

Prima, Novita Rosa., Indrawati, Endang Sri. (2018). “Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Sains Dan Matematika Universitas Diponogoro”. Jurnal Empati. Vol 7 No 3. (hlm 259-264).

Rahardjo., Qomariyah., Mulyani & Andirani. (2020). “Tanggapan Terhadap Covid-19)”. Jurnal Psikologi Sosial.

Rasyida, Hikmah. (20200. “Efektivitas Kuliah Daring Di tengah Pandemi”. Jurnal Edukasi. Vol 1 No 1.

Reber, S.A., & Reber, S.E. (2010). “Kamus Psikologi”. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Rian Andito Fesanrey., Uswatul Khasanah (2018). “Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Tingkat Stres Dalam Mengerjakan Skripsi Pada

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Mahasiswa Reguler S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta Tahun 2018".

Rofiah, S. (2012). "Dzikir dan Kecerdasan Spiritual Pada Warga Dusun Karangasem, Patalan, Jetis, Bantul, Yogyakarta". Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Rofiah, S. (2012). "Dzikir dan Kecerdasan Spiritual Pada Warga Dusun Karangasem, Patalan, Jetis, Bantul, Yogyakarta". Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Ross., Nielbling., Heckert. (2008). "Sources Of Stress Among College Student" dalam jurnal College Student Journal. (hlm 312-317).

Safaria, T,. Saputra, N.E. (2009). "Manajemen Emosi". Jakarta: Bumi Aksara.

Sarafino, E.P. (2012). "Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. International Student Version". Singapore: John Wiley & Sons, Inc.

Seaward, Brian Luke. (2013). "Managing Stress: Principles and Strategies for Health and Well-Being". Burlington: Jones and Bartlett Learning.

Sefiani, Nur Ayu., Herlena., Benny. (2018). "Kecerdasan Spiritual Sebagai Prediktor Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa". Jurnal Psikologi Integrati. Vol 6. No 1. (hlm 101-115).

Simbolon, Idauli. (2015). "Gejala Stress Akademis Mahasiswa Keperawatan Akibat Sistem Belajar Blok Di Fakultas Ilmu Keperawatan X Bandung". Jurnal Skolastik Keperawatan. Vol 1 No 1.

Sugiyono. (2009). "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D". Bandung : Alfabeta.

Sugiyono. (2014). "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D". Bandung: Alfabeta.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Sukadiyanto. (2010). “Stress dan cara menguranginya”. Jurnal Pendidikan, 1, 55-59.

Sukidi. (2004). “Kecerdasan Spiritual Mengapa SQ Lebih Penting Dari Pada IQ dan EQ”. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.

Sukidi. (2004). “Kecerdasan Spiritual Mengapa SQ Lebih Penting Dari Pada IQ dan EQ”. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama

Syafi’i, Moh. (2020). “Sistem belajar Online Membosankan Dan Bikin Stress”, https://regional.kompas.com/read/2020/04/16/15230481/survei-sistem-belajar-online-membosankan-dan-bikin-stres?page=all. Diakses 26 Maret 2021 pukul 14:22.

Wahyuningsih, H. (2009). “Validitas konstruk alat ukur spirituality orientation inventory (soi)”. Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Vol 2, (hlm116-129).

Wahyuningsih, H. (2009). “Validitas konstruk alat ukur spirituality orientation inventory (soi)”. Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, (hlm 116-129).

Wulandari, Lita Hadiarti. (2011). “Gambaran Stres Dibidang Akademik Pada Pelajar Sindrom Hurried Child Di Sekolah Candra Kusuma”.

Yanti, Maya Primeradama. (2021). “Pengaruh Pembelajaran DaringTerhadap Depresi, Stres, Dan Kecemasan Mahasiswa”. Jurnal Muara Pendidikan. Vol 6 No 1.

Yosyad, Rafi Sabila. (2019). “Tingkat Stress Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta Dalam Menyusun Skripsi Tahun Akademik 2018/2019”. Vol 5 No 1. (hlm 56-64).

Zohar, D dan I. Marshall. (2002). “SQ: Memanfaatkan SQ dalam Berpikir Holistik untuk Memaknai Kehidupan”. Cetakan Kelima. Diterjemahkan oleh Rahmani Astuti, Nadjib Burhani dan Ahmad

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Baiquni dari SQ: Spiritual Intellegence-The Ultimate Intelle-gence. (2000). Bandung: Mizan

Zohar., Danah., Marshall., Ian. (2007). “Kecerdasan Spiritual (SQ) Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berfikir Integralistik & Holistik Untuk Memaknai Kehidupan. Bandung.

Zubaidi. (2012). “Desain pendidikan karakter”. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :