

## Hubungan antara Tingkat Religiositas dan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa yang Beragama Katolik

Stanley Evans Susanto  
evansstanley26@gmail.com  
Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya

Dicky Susilo  
susilo\_dicky@ukwms.ac.id  
Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya

**Abstrak**—Menjalani pendidikan di perguruan tinggi menjadi suatu hal yang didambakan. Meskipun demikian, pada mahasiswa, dapat terjadi gangguan pola pemikiran dan perilaku, sebagai bentuk dari kecemasan akademik. Religiositas mungkin berperan sebagai *coping mechanism* terhadap kecemasan akademik ini sehingga tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara religiositas dengan kecemasan akademik. Dengan metode kuantitatif, peneliti membuat alat ukur untuk kedua variabel yakni skala religiositas dan skala kecemasan akademik. Jumlah total responden adalah sebanyak 205 orang dengan kriteria subjek yakni mahasiswa yang beragama Katolik di berbagai perguruan tinggi di Indonesia. Berdasarkan hasil analisis data, didapatkan nilai  $r = -0,156$  dan  $p = 0,001$  yang berarti terdapat hubungan yang signifikan di antara kedua variabel dengan arah hubungan negatif, yang dapat diinterpretasikan jika semakin tinggi tingkat religiositas, maka semakin rendah tingkat kecemasan akademik. Demikian pula sebaliknya, jika semakin rendah tingkat religiositas, maka semakin tinggi tingkat kecemasan akademik.

**Kata kunci:** pendidikan; mahasiswa; religiositas; kecemasan akademik

**Abstract**—*The process of having education in college can be something that is coveted. However, in undergraduate students, there can be disturbances in thought and behavior patterns, as a form of academic anxiety. Religiosity may act as a coping mechanism for this academic anxiety. Thus, the purpose of this study is to examine the relationship between religiosity and academic anxiety. Using the quantitative method, the researcher makes a measuring instrument for both variables which includes religiosity scale and academic anxiety scale. The total number of respondents was 205 people with subject criteria namely Catholic students at various universities in Indonesia. Based on the results of data analysis, the value of  $r = -0.156$  and  $p = 0.001$  means that there is a significant relationship between the two variables with a negative relationship direction, which can be interpreted as the higher the level of religiosity, the lower the level of academic anxiety. Vice versa, the lower the level of religiosity, the higher the level of academic anxiety.*

**Keywords:** education; students; religiosity; academic anxiety

### Pendahuluan

Pendidikan saat ini dapat dianggap sebagai suatu hal yang fundamental dari hidup seseorang yang biasanya dikaitkan dengan pengembangan diri dan juga kualitas hidup. Hal ini sejalan dengan

pengertian pendidikan dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003, di mana tertulis bahwa “pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar

peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.” Hal tersebut kemudian dapat membentuk keinginan seseorang untuk menjalani tingkat pendidikan yang lebih tinggi seperti universitas/ perguruan tinggi. Atas dasar keinginan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki yang memicu keinginan seseorang untuk menjalani tingkat pendidikan yang lebih tinggi seperti universitas/ perguruan tinggi. Menurut Badan Pusat Statistik pada tahun 2021 tercatat sebanyak 7.665.516 orang yang memiliki status sebagai mahasiswa yang tersebar di seluruh perguruan tinggi yang ada di Indonesia.

Meskipun jumlah mahasiswa di Indonesia cukup tinggi, tidak dapat dipungkiri bahwa ketika mereka menjalani proses perkuliahan seperti mengikuti perkuliahan, mengerjakan tugas, dan menjalani ujian, menyebabkan beberapa di antara mahasiswa mengalami kecemasan akademik. Kecemasan akademik adalah suatu gangguan pola pemikiran, perilaku, dan respons tertentu sebagai suatu akibat dari kekhawatiran pada tugas-tugas akademik (Ottens, 1991). Kecemasan akademik juga berbicara tentang perasaan tegang dan ketakutan dalam bidang

akademik tentang hal-hal yang dapat terjadi, dan perasaan tersebut dapat mengganggu pelaksanaan tugas dan aktivitas akademik (Valiante & Pajares, 1999). Ketika seseorang mengalami kegagalan, peristiwa tersebut kemudian membentuk suatu pikiran-pikiran yang tidak rasional dalam dirinya yang kemudian mengarah kepada pola kecemasan yang terjadi berulang-ulang (Hooda & Saini, 2017).

Adapun Aspek-aspek dari kecemasan akademik dari menurut Ottens (1991) antara lain sebagai berikut: *Pattern of anxiety-engendering mental activity*, aspek yang berbicara tentang individu kemudian menunjukkan persepsi, pikiran dan pandangan yang terarah kepada kendala atau kesulitan akademik yang dihadapi, sehingga menyebabkan rasa kekhawatiran dan kecemasan yang berulang-ulang. *Misdirected attention*, aspek yang berbicara tentang terjadinya penurunan perhatian dan fokus yang dapat terlihat ketika individu berhadapan dengan tugas-tugas akademik. *Physiological distress*, aspek yang berbicara tentang perubahan-perubahan fisiologis yang hadir bersama dengan kecemasan dan berupa manifestasi dari gabungan aspek-aspek emosional dan fisik yang dapat mengganggu kesehatan. *Inappropriate behaviours*, aspek yang menunjukkan timbulnya perilaku-perilaku

yang kurang berkenan ketika individu berada dalam situasi akademik yang sulit.

Jika kondisi kecemasan akademik ini dibiarkan terjadi begitu saja tanpa adanya strategi *coping* atau penanganan, maka dapat terjadi beberapa dampak negatif yang memengaruhi proses akademis. Suatu hal yang paling umum terjadi dalam proses akademis adalah kecemasan yang dapat memengaruhi konsentrasi, motivasi, dan interaksi sosial (Son, Hegde, Smith, Wang, & Sasangohar, 2020). Penelitian lain oleh Hosseini dan Salmanpour (2015) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kecemasan tinggi lebih terganggu dibandingkan mereka yang memiliki tingkat kecemasan rendah, dan mereka tidak puas dengan diri mereka sendiri dan merasa tertekan, yang kemudian dapat menurunkan performa akademik. Alasan utama penurunan kinerja ini adalah bahwa mereka tidak dapat fokus pada tugas dan mereka tunduk pada pemikiran yang tidak relevan yang menghalangi mereka dari kemajuan.

Adapun faktor-faktor yang diduga dapat memunculkan kecemasan pada individu menurut Ghufron dan Risnawita (2017) terdiri dari 2 faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berfokus kepada kondisi dalam diri seseorang seperti rendahnya tingkat religiositas, perasaan pesimis, pengalaman buruk pada masa lampau, takut akan

kegagalan, dan pikiran yang tidak rasional. Sedangkan untuk faktor eksternal, berbicara terkait lingkungan individu contohnya seperti dukungan sosial yang minim. Berdasarkan penjelasan di atas, penelitian ini berfokus pada religiositas.

Penelitian oleh Abdel-Khalek, Nuño, Gómez-Benito, dan Lester (2019) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara religiositas dan kecemasan, yang berarti bahwa jika semakin tinggi skor religiositas maka semakin rendah pula skor kecemasan dan begitu pula sebaliknya. Berdasarkan penelitian tersebut, disinyalir bahwa religiositas seseorang memiliki hubungan terhadap kecemasan akademik. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tloczynski dan Fritzsich (2002) yang menunjukkan bahwa secara spesifik skor kecemasan mahasiswa berkurang sesuai dengan waktu mereka didoakan.

Istilah religiositas dan agama tentu tidak dapat terpisahkan, mengingat hubungan antara keduanya yang sangat terikat. Menurut Stark dan Glock (1970), religiositas adalah tingkat komitmen dan konsepsi seseorang dalam terhadap agama yang dianutnya. Secara spesifik, fokus kajian religiositas dalam penelitian ini adalah salah satu ajaran agama yakni agama Katolik. Konsep *Christianity* atau kekristenan juga kerap mewakili kehadiran agama Katolik, secara teoretis Kristen

berasal dari kata "*Christian*" yang berarti mereka percaya kepada Kristus dan beriman untuk menjalani kehidupannya berdasarkan arahan nasihat Injil (Dopo, 1992).

Menurut Stark dan Glock (1970) terdapat lima dimensi dalam religiositas, yang kemudian menjadi aspek bagi variabel ini, antara lain dimensi keyakinan, dimensi peribadatan atau praktik agama, dimensi pengalaman, dimensi pengetahuan agama, dan dimensi pengamalan atau konsekuensi. Dimensi keyakinan berbicara tentang seberapa kuat individu berpegang teguh dan menerima suatu prinsip dari pandangan-pandangan spiritual yang dapat terkait dengan pendalaman doktrin-doktrin agama, keyakinan individu akan ajaran Kristus di sini yang disebut sebagai konsep iman seperti berdoa melalui perantara orang kudus (Bunda Maria dan Santo-Santa Pelindung/Baptis). Dimensi peribadatan atau praktik agama, berbicara tentang pelaksanaan praktis seseorang dalam menunaikan kewajiban-kewajiban ritus agama dan kepercayaan tertentu, dapat berupa seperti ketaatan sebagai bentuk komitmen untuk ajaran agama yang dianut seperti mengikuti misa setiap hari minggu dan melakukan pengakuan dosa minimal dua kali dalam satu tahun. Dimensi pengalaman, berbicara tentang pengalaman, perasaan, dan persepsi pribadi seseorang terhadap suatu wujud penghayatan

keagamaan atau pengalaman perjumpaan dengan Tuhan, dan bagaimana individu dapat merasakan hadirat Tuhan dan merasa dekat dengan Tuhan seperti merasakan kehadiran Tuhan setiap saat dalam kehidupan kita. Dimensi pengetahuan agama, berbicara tentang seberapa jauh individu memiliki pengetahuan dasar, dan wawasan atas keyakinan yang dianutnya, termasuk pengetahuan akan kitab suci, tradisi-tradisi, ajaran pokok, dan sejarahnya di mana hal ini mengacu pada Alkitab yang menjadi kitab suci agama Katolik. Dimensi pengamalan atau konsekuensi, berbicara tentang konsekuensi akibat-akibat dari keyakinan, praktik, pengalaman, dan pengetahuan spiritualitas seseorang selama proses perjalanan hidupnya, yang kemudian diberikan kepada sesama umat manusia dalam bentuk kebajikan sebagai bentuk nyata dari pelaksanaan iman seperti tertib dalam berlalu-lintas dan menjaga kebersihan lingkungan.

Pada hakikatnya, agama secara umum memiliki tujuan untuk menciptakan suatu rasa aman dan damai bagi para penganutnya, serta berfungsi mentransformasi diri seseorang untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Idealnya, seorang mahasiswa yang sudah bertumbuh dalam lingkungan yang sangat membuka peluang untuk kegiatan religius, dapat semakin meningkatkan pemahaman akan konsep iman dalam agama Katolik. Salah

satu konsep iman dalam Katolik adalah menaruh pengharapan kepada Tuhan sehingga ketika mengalami suatu persoalan, mahasiswa tidak kehilangan harapan dan mampu mengelola emosinya sehingga mampu untuk mereduksi kecemasan yang timbul. Pengelolaan emosi merupakan salah satu strategi *coping* dan faktor protektif yang dimiliki mahasiswa terhadap kecemasan akademik. Harapannya dengan memiliki konsep iman, dan tingkat religiositas yang tinggi, hal tersebut dapat membantu mahasiswa untuk mengatur pikiran sehingga tidak terfokus dan terpacu pada hal-hal negatif yang dapat menumbuhkan rasa cemas dalam segala proses akademik yang dijalani.

### Metode Penelitian

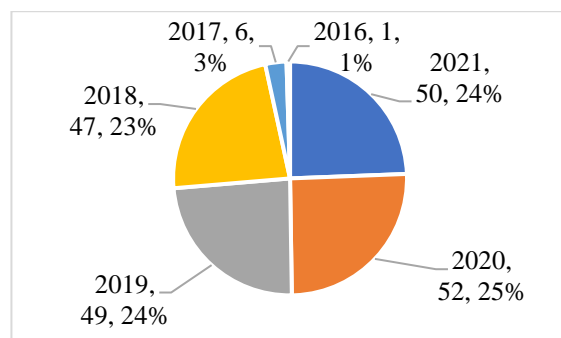
**Partisipan.** Penelitian ini menggunakan metode *non-random sampling*, yakni teknik *purposive sampling* yang merupakan sebuah metode pengambilan sampel yang melibatkan pertimbangan peneliti terlebih dahulu dalam menentukan batasan/kriteria sampel yang diinginkan. Peneliti kemudian akan memilah lagi sampel berdasarkan ketentuan kriteria sampel (Sugiyono, 2013).

Adapun kriteria responden dalam penelitian ini, yakni partisipan adalah mahasiswa aktif yang saat ini terdaftar secara resmi pada suatu institusi atau perguruan tinggi, serta meyakini dan

mengakui agama Katolik sebagai agama yang dianut. Pada penelitian ini, terdapat jumlah total 205 responden mahasiswa yang beragama Katolik di Indonesia yang terlibat dalam penelitian ini. Dengan perincian jenis kelamin wanita sebanyak 119 responden (58%), di sisi lain responden yang tergolong kepada kategori dan jenis kelamin pria berjumlah 86 responden (42%). Dalam penelitian ini, universitas swasta masih lebih mendominasi dengan total jumlah 155 responden dengan bobot sekitar (76%,) sedangkan responden yang berasal dari universitas negeri memiliki jumlah sebanyak 50 responden (24%). Sedangkan untuk penjabaran angkatan tahun masuk perkuliahan dapat dilihat di gambar 1.

### Gambar 1

Sebaran Responden Berdasarkan Angkatan



### Alat ukur penelitian.

Pengumpulan data dalam penelitian ini kemudian akan dilaksanakan menggunakan kedua alat ukur yang dibuat oleh peneliti sendiri dengan model skala Likert, dengan lima pilihan jawaban. Skala religiositas dibuat berdasarkan aspek-aspek dari Stark

dan Glock dengan nilai reliabilitas sebesar 0,913 dan nilai *corrected item-total correlation* berkisar antara 0,317 - 0,669. Sedangkan skala kecemasan akademik dibuat berdasarkan aspek-aspek dari Ottens dengan nilai reliabilitas sebesar 0,875 dan nilai *corrected item-total correlation* berkisar antara 0,304 – 0,609.

### Hasil Penelitian

Untuk kategorisasi tingkat kecemasan akademik, mayoritas responden berada pada kategori sedang dengan total jumlah responden sebanyak 117 responden (57,1%), kemudian disusul oleh kategori rendah sebanyak 51 responden (24,9%), untuk kategori tinggi sebanyak 29 responden (14,1%) untuk sebaran data selengkapnya bisa di lihat di Tabel 1.

**Tabel 1. Kategorisasi Variabel Kecemasan Akademik**

Kategorisasi	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	3	1,5
Tinggi	29	14,1
Sedang	117	57,1
Rendah	51	24,9
Sangat Rendah	5	2,4
<b>Total</b>	<b>205</b>	<b>100,0</b>

Untuk kategorisasi tingkat religiositas, mayoritas responden berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 115 responden (56,1%), kemudian disusul pada kategori sangat tinggi sebanyak 63 responden (30,7%), untuk sebaran data selengkapnya bisa dilihat di Tabel 2.

**Tabel 2. Kategorisasi Variabel Religiositas**

Kategorisasi	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	63	30,7
Tinggi	115	56,1
Sedang	23	11,2
Rendah	2	1
Sangat Rendah	2	1
<b>Total</b>	<b>205</b>	<b>100,0</b>

Adapun hasil dari tabulasi silang dengan data sebagian besar responden terkumpul dalam taraf religiositas yang tinggi dan mengalami kecemasan akademik dengan taraf sedang dengan total jumlah responden sebanyak 68 orang (33,2%). Kategori terbanyak kedua terlihat pada tingkat religiositas yang sangat tinggi mengalami kecemasan akademik dengan tingkat sedang sebanyak 31 orang (15,1%). Terbanyak ketiga pada tingkat religiositas yang tinggi, dengan kecemasan akademik yang rendah sebanyak 26 orang (12,7%). Terbanyak keempat pada tingkat religiositas yang sangat tinggi, dengan kecemasan akademik yang rendah sebanyak 23 orang (11,2%), 17 orang (8,3%) pada tingkat religiositas sedang dengan taraf kecemasan akademik yang sedang, lima orang (2,4%) dengan religiositas sangat tinggi dengan taraf kecemasan akademik yang tinggi, empat orang (2%) dengan religiositas sangat tinggi dengan taraf kecemasan akademik yang sangat rendah, dan sisanya bervariasi. (Lihat Tabel 3)

**Tabel 3. Tabulasi Silang Religiositas dan Kecemasan Akademik**

Religiositas	Kecemasan Akademik										Total	
	Sangat Tinggi		Tinggi		Sedang		Rendah		Sangat Rendah			
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Sangat Tinggi	0	0	5	2,4	31	15,1	23	11,2	4	2	<b>63</b>	<b>30,7</b>
Tinggi	3	1,5	18	8,8	68	33,2	26	12,7	0	0	<b>115</b>	<b>56,1</b>
Sedang	0	0	4	2	17	8,3	1	0,5	1	0,5	<b>23</b>	<b>11,2</b>
Rendah	0	0	0	0	1	0,5	1	0,5	0	0	<b>2</b>	<b>1</b>
Sangat Rendah	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>29</b>	<b>14,1</b>	<b>117</b>	<b>57,1</b>	<b>51</b>	<b>24,9</b>	<b>5</b>	<b>2,4</b>	<b>205</b>	<b>100</b>

Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi normalitas dan linearitas. Hasil uji normalitas untuk variabel religiositas memperoleh nilai  $p = 0,00$  yang berarti lebih kecil dari  $0,05$  sehingga tidak lolos uji asumsi normalitas. Sedangkan uji normalitas untuk variabel kecemasan akademik memperoleh nilai  $p = 0,2$  yang berarti lebih besar dari  $0,05$  sehingga dapat dinyatakan lolos uji asumsi normalitas. Hasil uji linearitas memperoleh nilai  $p = 0,001$  yang berarti lebih kecil dari  $0,05$  dan dapat dinyatakan lolos uji linearitas.

Dikarenakan salah satu variabel dalam penelitian ini tidak memenuhi uji asumsi normalitas, maka teknik perhitungan uji hipotesis dilakukan dengan statistik non-parametrik, dan untuk uji korelasi maka uji hipotesis yang akan digunakan adalah uji *Kendall's Tau-B*, dan didapatkan nilai  $r = -0,156$ ,  $p = 0,001$ . Karena nilai  $p < 0,05$  maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel penelitian, dengan demikian hipotesis yang diajukan

sebelumnya dapat diterima dalam penelitian ini.

Nilai koefisien korelasi juga menunjukkan angka negatif yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kedua variabel, sehingga ketika nilai salah satu variabel meningkat, maka variabel yang kedua akan menurun, dan begitu pula sebaliknya. Berdasarkan nilai koefisien korelasi tersebut, didapatkan nilai sumbangan efektif dengan perhitungan  $r^2 \times 100\%$  sehingga didapatkan nilai sebesar  $2,43\%$ , yang berarti variabel kecemasan akademik dapat dijelaskan sebesar  $2,43\%$  oleh variabel religiositas, dengan kata lain masih terdapat faktor-faktor lain yang dapat berhubungan terhadap kecemasan akademik yang mungkin dapat membuka peluang untuk penelitian lain.

### Diskusi

Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh hasil adanya hubungan negative yang signifikan antara Religiositas dan kecemasan akademik. Hubungan yang

memiliki arah negatif menandakan bahwa semakin tinggi nilai religiositas maka semakin rendah nilai kecemasan akademik, dan begitu pula sebaliknya. Berdasarkan nilai sumbangan efektif yang diperoleh yaitu sebesar 2,43%. Hal ini menandakan bahwa meskipun variabel religiositas dapat menyumbangkan peran dalam keterkaitannya terhadap kecemasan akademik, tetap masih ada ruang kepada faktor-faktor lain yang dapat terkait dengan kecemasan akademik. Serta, tidak menutup kemungkinan juga, untuk mereka dengan tingkat religiositas tinggi masih dapat mengalami kecemasan akademik.

Faktor-faktor lainnya dapat beracu pada penjelasan Ghufron dan Risnawita (2017) bahwa terdapat faktor internal dan faktor eksternal sebagai faktor risiko terjadinya kecemasan. Faktor internal berfokus kepada kondisi dalam diri seseorang seperti rendahnya tingkat religiositas, perasaan pesimis, pengalaman buruk pada masa lampau, takut akan kegagalan, dan pikiran yang tidak rasional. Sedangkan untuk faktor eksternal, berbicara terkait lingkungan individu contohnya seperti dukungan sosial yang minim. Jika religiositas sendiri termasuk dalam faktor internal, maka faktor eksternal seperti dukungan sosial juga dapat dipertimbangkan.

Perbedaan yang ditinjau dari kedua jenis kelamin juga menunjukkan bahwa

jenis kelamin perempuan cenderung memiliki nilai religiositas yang sedikit lebih tinggi dibandingkan jenis kelamin laki-laki, tetapi keduanya sama-sama tetap memiliki nilai religiositas yang cukup tinggi. Sedangkan untuk nilai kecemasan akademik jenis kelamin perempuan lebih rentan terkena kecemasan akademik, dengan ditunjukkannya skor kecemasan akademik yang lebih tinggi dibandingkan jenis kelamin laki-laki. Hal ini kemudian dapat membuka peluang juga untuk penelitian selanjutnya terkait dengan uji perbedaan kecemasan akademik jika ditinjau dari jenis kelamin.

Berdasarkan hasil kategorisasi untuk masing-masing aspek dari kedua variabel, dapat terlihat untuk religiositas sendiri memiliki skor yang tinggi untuk aspek dimensi keyakinan dan dimensi pengalaman. Artinya individu dengan tingkat religiositas yang tinggi cenderung akan memiliki keyakinan yang teguh akan ajaran-ajaran agama yang dianutnya sebagai contoh konsep iman, dan dapat diperkuat melalui pengalaman-pengalaman ketika individu tersebut merasa mengalami perjumpaan dengan Tuhan dan ditolong oleh otoritas kuasa yang lebih tinggi. Sehingga hal tersebut dapat memberikan pedoman bagi individu untuk memiliki harapan akan hari esok yang lebih baik, tanpa harus terfokus dan terpacu kepada pemikiran-pemikiran negatif akan sesuatu



hal buruk yang dapat terjadi. Hal ini sejalan dengan hasil kategorisasi untuk aspek-aspek kecemasan akademik, yang di mana aspek *pattern of anxiety-engendering mental activity* menjadi aspek yang lebih berperan muncul ketika individu mengalami kecemasan akademik, dalam hal ini untuk menjelaskan seseorang yang sedang mengalami kecemasan akademik, pemusatan pikiran pada peristiwa-peristiwa yang tidak mengenakkan ataupun kendala-kendala yang dialami dalam proses akademik, cenderung dapat menjadi ciri utama. Dengan demikian cara religiositas bekerja terhadap kecemasan akademik adalah dengan mengalihkan pikiran-pikiran yang muncul tersebut terhadap pemikiran akan asa dan janji Tuhan. Sejalan dengan hasil temuan dari penelitian ini, ada beberapa penelitian yang menunjukkan hasil serupa dengan penelitian ini, seperti penelitian yang dilakukan oleh Abdel-Khalek, Nuño, Gómez-Benito, dan Lester (2019) terhadap menunjukkan hasil hubungan negatif yang signifikan antara religiositas dan kecemasan pada mahasiswa. Beserta penelitian oleh Tloczynski dan Fritsch (2002) yang menunjukkan peranan religiositas untuk mengurangi kecemasan mahasiswa, khususnya ketika mereka didoakan.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini khususnya mengingat bahwa data religiositas tidak terdistribusi secara

normal, yang diduga karena peneliti dominan menyebarkan kuesioner terhadap mahasiswa-mahasiswi yang terlibat dalam suatu komunitas rohani, yang di mana hal tersebut mengindikasikan bahwa mereka yang tergabung dalam komunitas rohani cenderung memiliki kesadaran yang lebih tinggi akan ajaran Agama. Hal tersebut kemudian mengindikasikan bahwa hasil temuan dari penelitian ini cenderung tidak dapat digeneralisasikan kepada seluruh populasi yang ada.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti kemudian dapat menarik suatu kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima dengan baik, yakni terdapat hubungan antara religiositas dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang beragama Katolik.

### **Keterbatasan dan Saran.**

Mengingat keterbatasan penelitian dikarenakan data variabel religiositas yang tidak terdistribusi normal, membuat kecenderungan bahwa penemuan-penemuan di atas tidak dapat digeneralisasikan kepada seluruh populasi. Hal tersebut kemudian memunculkan beberapa saran khususnya kepada peneliti-peneliti berikutnya terkait dengan kekurangan dari penelitian ini, seperti menyebarkan data secara umum dan tidak

mengambil sampel yang dominan berada pada komunitas rohani agar mendapatkan rentang nilai religiositas yang semakin bervariasi. Harapannya, terlaksananya penelitian ini dapat memberikan ruang dan peluang untuk penelitian selanjutnya, khususnya terkait dengan kecemasan akademik mengingat bahwa masih terdapat ruang untuk faktor-faktor lainnya yang dapat memberikan sumbangan efektif, dan perbedaan tingkat kecemasan akademik atau religiositas ditinjau dari jenis kelamin, dan lain sebagainya.

#### Daftar Pustaka

- Abdel-Khalek, A. M., Nuño, L., Gómez-Benito, J., & Lester, D. (2019). The relationship between religiosity and anxiety: A meta-analysis. *Journal of Religion and Health*, 58(5), 1847–1856.  
<https://doi.org/10.1007/s10943-019-00881-z>
- Adler, R. B., & Rodman, G. (2009). *Understanding human communication*. New York: Rinehart and Winston.
- Anshari, E. S. (1980). *Kuliah al-islam: Pendidikan agama islam di perguruan tinggi*. Bandung: Pustaka.
- Astuti, E. S., & Resminingsih. (2010). *Bahan dasar untuk pelayanan konseling pada satuan pendidikan menengah jilid 1*. Jakarta: Grasindo.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Daryanto, S. S. (1998). *Kamus lengkap bahasa indonesia*. Surabaya: Apollo.
- Dopo, E. R. (1992). *Keprihatinan sosial gereja: Menyongsong 40 tahun majalah rohani*. Yogyakarta: Kanisius.
- Fadelan, S. B. (2011). *Berjalan di atas badai*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Gazalba, S. (1985). *Ilmu, filsafat dan islam*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Ghufron, M. G., & Risnawita, R. (2017). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Halonen, J. S., & Santrock, J. W. (1999). *Psychology: Contexts and applications (3rd ed.)*. New York: McGraw Hill.
- Hastini, L. Y., Fahmi, R., & Lukito, H. (2020). Apakah pembelajaran menggunakan teknologi dapat meningkatkan literasi manusia pada generasi Z di Indonesia? *Jurnal Manajemen Informatika (JAMIKA)*, 10(1), 12–28.  
<https://doi.org/10.34010/jamika.v10i1.2678>
- Hooda, M., & Saini, A. (2017). Academic anxiety: An overview. *Educational Quest: An Int. J. of Education and*

- Applied Social Science*, 8(3), 807–810. <https://doi.org/10.5958/2230-7311.2017.00139.8>
- Hosseini, S. S., & Salmanpour, S. (2015). An Overview of Anxiety and Its Relationship with Concerns and Lack of Academic Achievement. *Bulletin of Environment, Pharmacology and Life Sciences*, 4(June), 179–182.
- Huberty, T. J. (2009). Test and Performance Anxiety. *Principal Leadership*, 10(1), 12–16.
- Irwanto, E., & Farhanto, G. (2021). *Anxiety pembelajaran daring di era covid-19: Pada matakuliah praktikum*. 7(2), 264–269.
- Karman, Y. (2019). Abraham inklusif: Sebuah titik temu dialog agama-agama abrahamik. *Jurnal Jaffray*, 17(2), 185. <https://doi.org/10.25278/jj.v17i2.321>
- Maramis, W. F., & Maramis, A. A. (2009). *Catatan ilmu kedokteran jiwa (Edisi ke- 2)*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Maulida, T. R., Karimah, A., Lestari, P., & Rochmanti, M. (2020). Depression, anxiety, and stress among medical students in the faculty of medicine Universitas Airlangga year batch 2016, 2017, and 2018. *Indian Journal of Public Health Research* & *Development*. <https://doi.org/10.37506/ijphrd.v11i12.13241>
- Ottens, A. J. (1991). *Coping with academic anxiety*. New York: The Rosen Publishing Group.
- Papazisis, G., Nicolaou, P., Tsigas, E., Christoforou, T., & Sapountzi-Krepia, D. (2014). Religious and spiritual beliefs, self-esteem, anxiety, and depression among nursing students. *Nursing and Health Sciences*, 16(2), 232–238. <https://doi.org/10.1111/nhs.12093>
- Paulus, Y. (2003). *Rosarium virginis Mariae: Surat apostolik Paus Yohanes Paulus II, Imam Agung*. *Seri Dokumen Gerejawi*, (63).
- Salim, P., & Salim, Y. (2002). *Kamus bahasa indonesia kontemporer*. Jakarta: Modern English Press.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development (13th edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Somadikarta, S. (1996). *Buku informasi Universitas Indonesia*. Depok: UI Press.
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2020). Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9), 1–14. <https://doi.org/10.2196/21279>

- Stark, R., & Glock, C. Y. (1970). *American piety: The nature of religious commitment*. London: University of California Press.
- Stuart, G. W. (2006). *Keperawatan jiwa: buku saku*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suyanto, B. (2013). *Masalah sosial anak edisi kedua*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Tirtarahardja, U., & Sulo, S. L. La. (2005). *Pengantar pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Tloczynski, J., & Fritsch, S. (2002). Intercessory prayer in psychological well-being: Using a multiple-baseline, across-subjects design. *Psychological Reports, 91*(3 PART 1), 731–741. <https://doi.org/10.2466/pr0.2002.91.3.731>
- Valiante, G., & Pajares, F. (1999). The inviting/disinviting index: Instrument validation and relation to motivation and achievement. *Journal of Invitational Theory and Practice, 6*, 28–47.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya