

**STRES AKADEMIK MAHASISWA BARU DITINJAU DARI KECERDASAN
SPIRITUAL**

SKRIPSI

**Sebagai Syarat dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Evi Dwi Sumariyani
21090000164

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Evi Dwi Sumariyani
NIM : 21090000164
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Stres Akademik Mahasiswa Baru ditinjau dari Kecerdasan Spiritual

Malang, 21 Juli 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi


Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si.

Dosen Pembimbing


Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang


Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

Stres Akademik Mahasiswa Baru ditinjau dari Kecerdasan Spiritual

Dipersiapkan dan disusun oleh
Evi Dwi Sumariyani
21090000164

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 27 Mei 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si.

Anggota Penguji



Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah terima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 21 Juli 2025
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Evi Dwi Sumariyani
NIM : 21090000164
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Pendidikan
Judul Skripsi : Stres Akademik Mahasiswa Baru ditinjau dari Kecerdasan Spiritual
Lokasi Penelitian : Universitas Merdeka Malang
Alamat Rumah Asal : Jl. H. Nurrois, Tirtomoyo, Pakis, Malang
No. Telp/Email : 081233443065/evidwisumariani@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 21 Juli 2025



Evi Dwi Sumariyani

MOTTO

*Lewatin aja stepnya,
I mean gada yang terlalu cepat dan gada juga yang terlalu lambat.
Just do it and love your own process!*

‘Surah Maryam 30-35’

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri Evi Dwi Sumariyani dan kedua orang tua tercinta yang telah mendidik, membesarkan, mendukung, mendoakan, dan mempercayai saya setiap saat. Semoga ini menjadi bagian bagian dari usaha saya untuk membuat mereka bangga terhadap anak perempuan satu-satunya, serta besar harapan saya untuk membahagiakan kedua orang tua.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari bahwa tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud. Oleh karena itu, dengan ketulusan dan kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, yang senantiasa memberikan berkah, rahmat, serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing saya. Terima kasih atas bimbingan, ilmu, kesabaran, masukan dan motivasi yang telah diberikan selama proses penyelesaian skripsi ini.
4. Ibu Uslarika Hida Rahma, S.Psi., M.Psi.T. yang telah membantu dari pendaftaran seminar proposal hingga sidang skripsi.
5. Bapak Lukman Hakim, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen wali Angkatan 2021 kelas D Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
6. Segenap Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang dengan ikhlas mendidik dan membekali saya dengan ilmu yang bermanfaat untuk masa depan.
7. Bapak, Ibu, dan Saudara kandung tercinta yang telah senantiasa mendoakan, mengorbankan waktu, tenaga serta memberikan dukungan dengan sangat tulus demi keberhasilan penulis hingga saat ini.
8. Diri saya sendiri, terima kasih untuk segala usaha, kerja keras, pengorbanan dan kesungguhan dalam menghadapi segala rintangan untuk mencapai titik ini. Jalan ini masih panjang terus bertahan dan berjuang demi diri sendiri dan kedua orang tua.

9. Teman-teman dekat saya Sarifatul Azizah, Elisia Winda Perdana, Dzakhirah Divaremanita, Sijabat Arina Hosiana, dan Frizky Arif Rahma yang telah menjadi tempat bertukar cerita, berbagi motivasi dan saling mendukung satu sama lain, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Seluruh pihak yang telah membantu saya menyebarkan kuesioner, terutama para responden yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner.
11. Seluruh teman-teman angkatan 2021, teman-teman seperjuangan, mulai dari PKKMB hingga skripsi, semoga kita dipermudah oleh Allah SWT dalam mencapai karir dan masa depan yang cerah.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Tuhan YME yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, yang telah memberikan pemahaman, kemudahan dan kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ***“Stres Akademik Mahasiswa Baru ditinjau dari Kecerdasan Spiritual”*** dengan baik.

Skripsi ini dibuat dengan tujuan mengetahui pengaruh stres akademik mahasiswa baru ditinjau dari kecerdasan spiritual untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Kesarjanaan S1 Program Studi Psikologi.

Penulis memahami seutuhnya bahwasanya masih banyak kekurangan baik dalam segi penyusunan kalimat serta penataan bahasa dalam penelitian ini. Penulis menerima saran dan kritik dari pembaca agar skripsi ini menjadi lebih baik. Akhir kata, semoga Allah memberikan balasan berupa kebaikan dan keberkahan bagi seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini. Penulis mohon maaf apabila masih ada kekurangan dalam skripsi ini.

Malang, 21 Juli 2025

Evi Dwi Sumariyani

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Stres Akademik	7
B. Kecerdasan Spiritual	10
C. Keterkaitan antara Kecerdasan Spiritual dengan Stres Akademik	15
D. Hipotesis	17
BAB III METODE PENELITIAN	18
A. Desain penelitian.....	18
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	18
C. Partisipan Penelitian	19
D. Cara Pengumpulan Data	21
E. Cara Analisis Data	22

F. Prosedur penelitian	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	25
A. Deskripsi Subjek.....	25
B. Kategorisasi Data.....	26
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur	27
D. Hasil Uji Hipotesis	28
E. Pembahasan	30
BAB V PENUTUP.....	35
A. Kesimpulan.....	35
B. Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN	42

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskripsi Usia Subjek	25
Tabel 2. Deskripsi Jenis Kelamin Subjek	25
Tabel 3. Deskripsi Data Penelitian	26
Tabel 4. Rumus Kategori	26
Tabel 5. Hasil Kategori Skor Kecerdasan Spiritual	26
Tabel 6. Hasil Kategorisasi Skor Stres Akademik	27
Tabel 7. Nilai Maksimal dan Nilai Minimal, Nilai Rata-Rata (M), Standar Deviasi (SD), dan Reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i> (α)	28
Tabel 8. Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i> Variabel X dan Y	28
Tabel 9. Hasil Uji Linearitas Variabel X dan Y	29
Tabel 10. Hasil Analisa Regresi antara X dan Y	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	16
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. <i>Blueprint</i>	43
Lampiran 2. Skala Penelitian	46
Lampiran 3. Tabulasi Data	49
Lampiran 4. Uji Normalitas	58
Lampiran 5. Uji Linearitas	60
Lampiran 6. Uji Hipotesis	62
Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian	64
Lampiran 8. Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah untuk Kepentingan Akademis	66
Lampiran 9. Hasil Cek Turnitin	68
Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup	71

Stres Akademik Mahasiswa Baru Ditinjau dari Kecerdasan Spiritual

Evi Dwi Sumariyani
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
evidwisumariani@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stres akademik mahasiswa baru ditinjau dari kecerdasan spiritual. Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional, dengan jumlah populasi sebanyak 2.428 dan sampel yang didapatkan sebesar 345 responden. Penentuan sampling menggunakan teknik *Convenience Sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *Perceived Sources of Academic Stress* ($\alpha=0,805$) dan skala kecerdasan spiritual ($\alpha=0,927$). Teknik analisis data menggunakan regresi linier sederhana. Hasil analisis data menunjukkan nilai regresi $\beta = (-.185)$, $p=0.001<0.05$. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kecerdasan spiritual terhadap stres akademik mahasiswa baru sebesar 3,4% dengan arah hubungan negatif artinya semakin tinggi kecerdasan spiritual seseorang maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami oleh individu. Implikasi pada penelitian ini ialah pentingnya pengembangan kecerdasan spiritual dalam pembinaan mahasiswa baru untuk membantu mereka menghadapi stres akademik dengan lebih baik.

Kata Kunci: Kecerdasan Spiritual; Mahasiswa Baru; Stres Akademik

Academic Stress of Freshmen in View of Spiritual Intelligence

Evi Dwi Sumariyani
Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang
evidwisumariani@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of academic stress on new students in terms of spiritual intelligence. The research method used is quantitative correlational, with a population of 2,428 and a sample of 345 respondents. Sampling was determined using the convenience sampling technique. The measurement tools used were the Perceived Sources of Academic Stress scale ($\alpha = 0.805$) and the Spiritual Intelligence scale ($\alpha = 0.927$). Data analysis techniques used simple linear regression. The results of the data analysis showed a regression value of $\beta = -0.185$, $p = 0.001 < 0.05$. Based on these results, it can be concluded that there is a significant influence between spiritual intelligence and academic stress among new students of 3.4% with a negative relationship direction, meaning that the higher a person's spiritual intelligence, the lower the level of academic stress experienced by the individual. The implication of this study is the importance of developing spiritual intelligence in the guidance of new students to help them cope with academic stress more effectively.

Keywords: Academic Stress; New Students; Spiritual Intelligence