STRES AKADEMIK MAHASISWA SANTRI PONDOK PESANTREN SABILURROSYAD GASEK MALANG DITINJAU DARI KECERDASAN SPIRITUAL

SKRIPSI

Sebagai Bagian Dari Persyaratan Untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi

Sarifatul Azizah
21090000195

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama	: Sarifatul Azizah
Nomor Pokok	: 21090000195
Universitas	: Universitas Merdeka Malang
Fakultas	: Fakultas Psikologi
Program Studi	: S1 Psikologi
Judul Skripsi	: Stres Akademik Mahasiswa Santri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Gasek Malang Ditinjau Dari Kecerdasan Spiritual

Malang, 21 Juli 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA:

Ketua Program Studi Psikologi

Dellawaty Supraba, S.Psi., MSi.

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 Santri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Gasek Malang Ditinjau Dari Kecerdasan Spiritual

Dipersiapkan dan disusun oleh
Sarifatul Azizah
21090000195

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 02 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji

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

Sekertaris Penguji

Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si.

Anggota Penguji

Firlia Candra Kartika, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

Skripsi ini telah diterima 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 dibawah ini:

Nama	: Sarifatul Azizah
Nomor pokok	: 21090000195
Program Studi	: Fakultas Psikologi
Bidang Kajian Skripsi	: Psikologi Pendidikan
Judul Skripsi	: Stres Akademik Mahasiswa Santri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Gasek Malang Ditinjau Dari Kecerdasan Spiritual
Lokasi Penelitian	: Pondok Pesantren Sabilurrosyad Gasek Malang
Alamat Rumah Asal	: Lubuk Harjo, RT.04/RW 02, Oku Timur, Sumatera Selatan
No Telp/Email	: 081532220188/ sarifatulazizah03@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya 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



Sarifatul Azizah

MOTTO

Ini hanya tidak mudah, bukan tidak mungkin.

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan terutama untuk kedua orang tua tercinta yang tak hentinya memberikan ilmu, do'a, dukungan dan selalu mengusahakan yang terbaik untuk anak-anaknya. Salah satu usaha saya kali ini semoga dapat memberikan rasa kebanggaan tersendiri didalam hati terdalam mereka. Saya juga mempersembahkan skripsi ini untuk diri saya sendiri yang dapat mampu bertahan untuk menyelesaikan tugas ini hingga akhir.

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. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, sekaligus dosen pembimbing saya Ibu Ritna Sandri, S. Psi., M. Psi., Psikolog atas ilmu, waktu, kesabaran serta motivasi dan bimbingan yang telah diberikan selama proses penyelesaian skripsi ini. Semoga selalu menjadi ilmu jariyah, dan saya tidak akan pernah melupakan dedikasi ibu dalam membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
3. Dosen wali Ibu Ratih Agustin Rachmaningrum, S.Psi., M.Si Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Ibu Uslarika Hida Rahma, S.Psi., M.Psi. T, yang telah membantu kelancaran selama proses skripsi berlangsung hingga akhir.
5. Segenap Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dan tenaga pendidik yang telah memberikan ilmu pengetahuan, tenaga, serta membantu seluruh administrasi serta kendala yang dibutuhkan dari awal masa kuliah hingga saat ini. Ilmu serta jasa yang kalian berikan sangat berarti dalam kehidupan saya.
6. Untuk Bapak, Ibu, dan saudara/saudariku tercinta yang tak henti-hentinya memberikan doa dan dukungan baik secara materi maupun tulusnya kasih

sayang, yang senantiasa mengorbankan banyak waktu dan tenaga yang tak pernah habis demi keberhasilan penulis hingga saat ini.

7. Terimakasih kepada saudara ku Miftahul Mahrus yang sudah senantiasa membantu dan membimbing adik perempuannya dari mulai mengurus pendaftaran menjadi mahasiswa baru hingga saat ini penulis dapat menyelasaikan tugas akhir dengan tepat waktu.
8. Kepada laptop tercinta “Abu”, terimakasih sudah menemani penulis menyelesaikan penugasan dari mulai semester satu sampai saat ini penulis bisa menyelesaikan tugas akhir dengan kelancaran.
9. Terimakasih kepada teman-teman tercinta, Evi Dwi Sumariyani, Dzakirah Divaremanita, Elisia Winda, Sijabat Arina, dan Frizky Arif Rahma yang selalu memberikan banyak sekali dukungan dan bantuan serta senantiasa membersamai penulis dari awal kuliah hingga saat ini. Tak lupa pula kepada teman-teman kamar 23 yang selalu menjadi tempat berkeluh kesah, bercanda gurau selama 24 jam.
10. Diri saya sendiri, terimakasih untuk segala perjuangan, pengorbanan, usaha, kerja keras, semangat dan keteguhan hati yang selalu bangkit dalam menghadapi segala rintangan. Perjalanan ini sangat memberikan banyak pengalaman, pembelajaran, yang tentunya sangat berarti untuk kehidupan selanjutnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis haturkan ke hadirat Tuhan Yang Maha yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ***"Stres Akademik Mahasiswa Santri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Gasek Malang Ditinjau Dari Kecerdasan Spiritual"*** dengan baik.

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

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik dari segi isi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat, baik secara akademis maupun praktis, terutama dalam memahami dan mengembangkan bidang Psikologi, khususnya yang berkaitan dengan tema penelitian ini.

Malang, 21 Juli 2025

Sarifatul Azizah

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
ABSTRACT xvi
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 5
C. Tujuan Penelitian 5
D. Manfaat Penelitian 5
BAB II KAJIAN PUSTAKA 6
A. Stres Akademik 6
1. Pengertian Stres Akademik 6
2. Aspek-Aspek Stres Akademik 7
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik 9
B. Kecerdasan Spiritual 10
1. Pengertian Kecerdasan Spiritual 10
2. Aspek-Aspek Kecerdasan Spiritual 12
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Spiritual 14
C. Mahasiswa Santri 14
D. Keterkaitan antara Kecerdasan Spiritual dengan Stres Akademik 15
E. Hipotesis 17
BAB III METODE PENELITIAN 18
A. Desain Penelitian 18
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel 18
1. Variabel Terikat: Stres Akademik 19

2. Variabel Bebas: Kecerdasan Spiritual 19
C. Partisipan Penelitian 19
1. Populasi 19
2. Sampel 20
D. Cara Pengumpulan Data 20
E. Cara Analisis Data 22
1. Uji Asumsi 22
2. Uji Hipotesis 23
F. Prosedur Penelitian 24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 25
A. Deskripsi Subjek Penelitian 25
B. Kategorisasi Data 26
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur 28
D. Hasil Uji Hipotesis 29
E. Pembahasan 31
BAB V PENUTUP 36
A. Kesimpulan 36
B. Saran 36
DAFTAR PUSTAKA 38
LAMPIRAN 41

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Norma Skoring Skala 20
Tabel 2. Deskripsi Jenis Kelamin Subjek 25
Tabel 3. Deskripsi Jenjang Pendidikan 26
Tabel 4. Deskripsi Data Penelitian 26
Tabel 5. Rumus Kategori 27
Tabel 6. Hasil Kategori Skor Kecerdasan Spiritual 27
Tabel 7. Hasil Kategori Skor Stres Akademik 28
Tabel 8. Deskripsi Tingkat Variabel Penelitian 29
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas 29
Tabel 10. Hasil Uji Linearitas Variabel X dan Y 30
Tabel 11. Hasil Uji Regresi 31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir..... 16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Penelitian 42
Lampiran 2. Tabulasi Data 47
Lampiran 3. Hasil Uji Normalitas 62
Lampiran 4. Hasil Uji Linearitas 64
Lampiran 5. Hasil Uji Hipotesis 66
Lampiran 6. Surat Ijin Penelitian 68
Lampiran 7. Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah untuk Kepentingan Akademis 70
Lampiran 8. Hasil Cek Turnitin 72
Lampiran 9. Daftar Riwayat Hidup 75

Stress Akademik Mahasiswa Santri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Gasek Malang Ditinjau Dari Kecerdasan Spiritual

Sarifatul Azizah
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
sarifatulazizah03@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui stres akademik pada mahasiswa santri pondok pesantren sabilurrosyad gasek malang ditinjau dari kecerdasan spiritual. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan 350 mahasiswa santri dengan jenjang pendidikan yang berbeda-beda. Penentuan sampling pada penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh. Data dikumpulkan menggunakan skala stres akademik dan kecerdasan spiritual yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji regresi linier sederhana. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa santri. Stres akademik yang dialami pada mahasiswa santri termasuk dalam kategori sedang, dengan diperoleh nilai R *Square* (R^2) sebesar 0.925 yang berarti bahwa kecerdasan spiritual berpengaruh signifikan sebesar 92,5% terhadap stres akademik. Penelitian ini dapat memberikan pemahaman tambahan bagi mahasiswa santri tentang pentingnya kecerdasan spiritual sebagai alternatif untuk menghadapi dan mengurangi stres akademik dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan pesantren agar para mahasiswa santri dapat mengelola stres dengan baik.

Kata Kunci: Kecerdasan Spiritual, Mahasiswa Santri, Pondok Pesantren, Stres Akademik.

Academic Stress of Students at the Sabilurrosyad Gasek Malang Islamic Boarding School, Seen from Spiritual Intelligence

Sarifatul Azizah
Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang
sarifatulazizah03@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the academic stress of students at Sabilurrosyad Islamic Boarding School, Gasek, Malang, in terms of spiritual intelligence. This research employs a quantitative correlational approach involving 350 students from various educational levels. The sampling technique used in this study is saturated sampling. Data were collected using academic stress and spiritual intelligence scales that have been tested for validity and reliability. The analysis was conducted using a simple linear regression test. The results show that spiritual intelligence has a significant influence on academic stress. The academic stress experienced by the students falls into the moderate category, with an R Square (R^2) value of 0.925, indicating that spiritual intelligence significantly influences academic stress by 92.5%. This study provides additional insight into the importance of spiritual intelligence as an alternative strategy for managing and reducing academic stress in daily life within the boarding school environment, helping students cope with stress more effectively.

Keywords: Academic Stress, Spiritual Intelligence, Students, Boarding School.