

**NASKAH PUBLIKASI**  
**PELAKSANAAN SHOLAT WAJIB DENGAN TINGKAT STRES**  
**MAHASISWA TINGKAT AKHIR PROGRAM STUDI ILMU**  
**KEPERAWATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh**  
**MUHAMMAD BAYU ARISA**  
**20130320136**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**  
**2018**

# HALAMAN PENGESAHAN

Naskah Publikasi

## PELAKSANAAN SHOLAT WAJIB DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA TINGKAT AKHIR PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

Disusun Oleh:  
**MUHAMMAD BAYU ARISA**  
20130320136

Telah disetujui dan diseminarkan pada tanggal 28 Mei 2018

Dosen Pembimbing

Arianti, M.Kep, Ns. Sp. Kep. MB

NIK : 19801220200510 173 073

(.....)

Dosen Penguji

Erfin Firmawati, Ns., MNS

NIK : 19810708200710 173 080

(.....)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Shanti Wardaningsih, Ns., M.Kep.,Sp.Jiwa., Ph. D.

NIK : 19790722200204 173 058

**PELAKSANAAN SHOLAT WAJIB DENGAN TINGKAT STRES  
MAHASISWA TINGKAT AKHIR PROGRAM STUDI ILMU  
KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>,

1. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan UMY
2. Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan UMY

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta,  
Jl. Brawijaya, Kasihan Bantul, Yogyakarta - 55183

*E-mail:* [muhammadbayuarisa@gmail.com](mailto:muhammadbayuarisa@gmail.com)

---

**Abstrak**

**Pendahuluan:** Stres yang dialami seseorang harus mampu dikendalikan dan diadaptasi dengan baik, untuk mencegah timbulnya berbagai dampak negatif baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Metode manajemen stres cukup beragam, salah satunya adalah melalui sisi spiritual dengan pelaksanaan sholat. Sholat pada beberapa penelitian disebutkan mampu memberikan berbagai macam manfaat bagi yang melaksanakannya, baik manfaat secara fisiologis maupun psikologis.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pelaksanaan sholat wajib dengan tingkat mahasiswa tingkat akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

**Metode:** Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian korelasional (hubungan) dan jenis penelitian yang digunakan adalah *non eksperimental*, dengan rancangan penelitian berupa *cross sectional*. Metode *sampling* yang digunakan adalah *total sampling*, yaitu dengan mengambil sampel dari total keseluruhan populasi yang memenuhi kriteria inklusi. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan instrument lembar observasi pelaksanaan sholat dan kuisioner tingkat stres yang diadopsi dari penelitian sebelumnya dan telah dinyatakan valid dan reliabel.

**Hasil:** Berdasarkan analisa uji Spearman terhadap variabel dependen dan variabel independen didapatkan hasil bahwa secara statistik tidak terdapat hubungan antara keduanya, karena nilai  $p > \alpha$  ( $p=0,949$ ;  $\alpha=0,05$ )

**Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa secara statistik tidak terdapat hubungan antara pelaksanaan sholat wajib dengan tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, akan tetapi terdapat hubungan *trend* antara keduanya.

**Kata Kunci:** *Sholat wajib, tingkat stres, mahasiswa tingkat akhir.*

**IMPLEMENTATION OF MANDATORY PRAYERS WITH LEVEL STRESS FINAL YEARS STUDENT  
SCHOOL OF NURSING**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

- Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>,  
1. Student of School of Nursing UMY  
2. Lecturer of School of Nursing UMY

School of Nursing, Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta,  
Jl. Brawijaya, Kasihan Bantul, Yogyakarta – 55183

E-mail: [muhammadbayuarisa@gmail.com](mailto:muhammadbayuarisa@gmail.com)

---

***Abstract***

***Introduction:*** Stress experienced by a person must be able to be controlled and adapted well, to prevent the emergence of negative impacts for both your self and others. Stress management methods are quite diverse, one of which is through the spiritual side with the implementation of prayer. Praying in several studies mentioned can provide various benefits for those who implement it, both benefits physiologically and psychologically.

***Objective:*** This study aims to determine the relationship between mandatory prayer with the level of final students of Nursing Science Program Muhammadiyah University of Yogyakarta.

***Method:*** This research is quantitative research, with correlational research design (correlation) and research type used non experimental, with cross sectional research design. The sampling method used is the total sampling, ie by taking samples from the total population that meets the inclusion criteria. Data retrieval in this study using instrument observation observation of prayer and stress level questionnaire adopted from previous research and has been declared valid and reliable.

***Result:*** Based on the Spearman test on the dependent variable and the independent variables obtained statistically there is no relationship between the two, because the value  $p > \alpha$  ( $p = 0,949$ ;  $\alpha = 0,05$ ).

***Conclusion:*** Based on the result of research, it can be concluded that statistically there is no relation between mandatory prayer implementation with stress level of final student of Nursing Study Program Muhammadiyah University of Yogyakarta, but there is a trend relationship between both.

***Keywords:*** Mandatory prayer, stress level, final grade students.

## Pendahuluan

Stres adalah suatu reaksi yang timbul pada diri seseorang akibat dari suatu tuntutan, ancaman maupun adanya perasaan untuk terus berusaha memenuhi harapan-harapan yang tidak realistis dari lingkungan sekitarnya (Nasir & Muhith dalam Rahmawati 2016).

Riset kesehatan dasar (Riskedas) tahun 2013 menunjukkan hasil bahwa dari 42.236 responden yang mengalami stres, sebanyak 3% nya adalah responden dengan tingkat pendidikan perguruan tinggi, dan 9% nya adalah responden dengan usia antara 15-24 tahun (KEMENKES RI, 2013).

Stres dapat terjadi pada setiap golongan masyarakat. Tidak terkecuali pada mahasiswa yang tergolong kategori usia dewasa awal (21-40 tahun), yaitu masa seseorang berproses untuk menuju kemantapan atau kematangan diri (Jahja, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Taher (2014) menunjukkan hasil pada mahasiswa tingkat akhir PSIK FKIK UMY, sebanyak 41,8% mengalami stres sedang dan sebanyak 5,1% sudah sampai mengalami stres berat. Penelitian oleh Putri (2014) menunjukkan hasil bahwa dari mahasiswa PSIK FKIK UMY yang sedang mengerjakan skripsi, sebesar 93,9% mengalami stres sedang dan yang sudah sampai mengalami stres berat sebanyak 6,7%. Hasil ini menunjukkan sebagian besar mahasiswa tingkat akhir dilingkup PSIK FKIK UMY, mengalami stres kategori sedang bahkan sampai berat.

Stres yang dialami seseorang harus mampu dikendalikan dan diadaptasi dengan baik, untuk mencegah timbulnya berbagai dampak negatif baik. Metode manajemen stres cukup beragam, salah satunya adalah melalui sisi spiritual dengan pelaksanaan sholat. Sholat pada beberapa penelitian disebutkan mampu memberikan berbagai macam manfaat bagi kondisi psikologis seseorang (Jannah, 2016; Sholahudin, 2016).

## Metode Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian korelasional (hubungan) dan jenis penelitian yang digunakan adalah *non eksperimental*, dengan rancangan penelitian berupa *cross sectional*, yaitu pengukuran data variabel dependen dan variabel independen dilakukan bersamaan dalam satu waktu (Nursalam, 2008).

Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir berjumlah 108 orang. Kriteria inklusi adalah mahasiswa yang masih aktif, memiliki kewajiban sholat (beragama islam, dna bagi perempuan sedang tidak mengalami menstruasi), serta bersedia menjadi responden. Metode *sampling* yang digunakan adalah *total sampling*, yaitu dengan mengambil sampel dari total keseluruhan populasi yang memenuhi kriteria inklusi.

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan instrument lembar observasi pelaksanaan sholat dan kuisioner tingkat stres yang diadopsi dari penelitian sebelumnya , yang telah dinyatakan valid (koefisien instrument 0,694 – 0,844) dan reliabel (koefisien instrument 0,954). Pelaksanaan pengambilan data dilakukan secara online, dalam periode waktu bulan Maret-April 2018. Pengambilan data dilakukan setelah proposal penelitian dinyatakan lolos uji etik oleh komisi etik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Pengambilan data dalam penelitian ini tetap menjaga dan melindungi hak serta kerahasiaan klien yang dilakukan dengan mempersilahkan calon responden untuk bersedia atau tidak bersedia menjadi responden. Peneliti menginstruksikan responden mengisi secara individu formulir pengambilan data yang dilakukan secara online, kemudian hasil data yang telah diperoleh diletakkan pada folder khusus di komputer yang hanya diketahui oleh peneliti.

## Pelaksanaan Sholat Wajib dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir

Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>

Analisa data dilakukan dengan bantuan aplikasi pengolah data komputer. Uji dua variabel penelitian yang digunakan adalah uji korelasi Spearman.

### Hasil

Penelitian ini mengambil responden dari mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014 yang sedang menjalankan skripsi dan perkuliahan tingkat akhir berjumlah 108 orang. Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia, jenis kelamin, agama, dan tipe kepribadian.

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Agama dan Tipe Kepribadian pada Mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014**

No.	Karakteristik	Frekuensi N=108	Persentase (%)
1.	<b>Usia</b>		
	20 th	2	1,9
	21 th	51	47,2
	22 th	50	46,3
	23 th	4	3,7
	24 th	1	0,9
2.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-Laki	33	30,6
	Perempuan	75	69,4
3.	<b>Tipe Kepribadian</b>		
	Tipe A	28	25,9
	Tipe B	80	74,1

Berdasarkan table dapat diketahui karakteristik responden mayoritas berusia adalah 22 tahun sebanyak 51 responden (47,2%), paling banyak adalah perempuan dengan jumlah 75 responden (69,4%), seluruhnya beragama islam (100%) dan tipe kepribadian yang paling banyak dimiliki adalah tipe B dengan jumlah 80 responden (74,1%).

**Tabel 2.1 Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Kategori Rutinitas Pelaksanaan sholat wajib pada Mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014**

No.	Karakteristik	Frekuensi N=108	Persentase (%)
1.	Rutin	68	63
2.	Tidak Rutin	40	37
<b>Total</b>		<b>108</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2.1 dapat diketahui bahwa terdapat responden yang tidak melaksanakan sholat wajib secara rutin, yaitu sebanyak 40 orang dengan persentase sebesar 37%.

## Pelaksanaan Sholat Wajib dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir

Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>

Tabel 2.2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Rutinitas Pelaksanaan sholat wajib pada Mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014, berdasarkan karakteristik responden.

No.	Karakteristik	Frekuensi (f)	Pelaksanaan Sholat (f)		Persentase (%)
			Rutin	Tidak Rutin	
1.	<b>Usia</b>				
	20 th	2	2	-	1,9
	21 th	51	32	19	47,2
	22 th	50	31	19	46,3
	23 th	4	1	3	3,7
	24 th	1	1	-	0,9
2.	<b>Jenis Kelamin</b>				
	Laki-Laki	33	20	13	30,6
	Perempuan	75	48	27	69,4
4.	<b>Tipe Kepribadian</b>				
	Tipe A	28	16	12	25,9
	Tipe B	80	52	28	74,1
<b>Total</b>			<b>108</b>		

Berdasarkan tabel 2.2 dapat diketahui bahwa karakteristik responden yang didominasi usia 21 tahun, sebagian besar menjalankan sholat secara rutin yaitu sebanyak 32 responden. Jenis kelamin perempuan yang merupakan paling banyak dari keseluruhan responden, sebagian besarnya menjalankan sholat secara rutin dengan jumlah 48 responden. Tipe kepribadian pada responden yang didominasi oleh tipe kepribadian B, sebagian besarnya juga rutin menjalankan sholat dengan jumlah 52 responden.

Berdasarkan tabel 3.1, didapatkan hasil bahwa sebanyak 22 responden (20,4%) mengalami stres tingkat ringan, 7 responden (6,5%) mengalami stres tingkat sedang dan yang mengalami stres tingkat berat adalah sebanyak 1 orang (0,9%).

Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Kategori Tingkat Stres pada Mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014

No.	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Normal/Tidak Stres	78	72,2
2.	Ringan	22	20,4
3.	Sedang	7	6,5
4.	Berat	1	0,9
<b>Total</b>		<b>108</b>	<b>100</b>

## Pelaksanaan Sholat Wajib dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir

Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>

**Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Tingkat Stres pada Mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014, Berdasarkan Karakteristik Responden**

No.	Karakteristik	Frekuensi (f)	Tingkat Stres (f)				Persentase (%)
			Normal	Ringan	Sedang	Berat	
<b>1.</b>	<b>Usia</b>						
	20 th	2	-	1	1	-	1,9
	21 th	51	36	9	5	1	47,2
	22 th	50	39	10	1	-	46,3
	23 th	4	1	1	1	-	3,7
	24 th	1	1	-	-	-	0,9
<b>2.</b>	<b>Jenis Kelamin</b>						
	Laki-Laki	33	28	3	2	-	30,6
	Perempuan	75	50	19	5	1	69,4
<b>4.</b>	<b>Tipe Kepribadian</b>						
	Tipe A	28	13	9	6	-	25,9
	Tipe B	80	65	13	1	1	74,1
	<b>Total</b>			<b>108</b>			<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3.2 dapat diketahui bahwa berdasarkan karakteristik responden, usia responden yang sebagian besar 21 tahun paling banyak tidak mengalami stres (tingkat stres normal), yaitu dengan jumlah 36 responden. Jenis kelamin responden yang didominasi oleh perempuan, sebagian besar tidak mengalami stress dengan jumlah 50 responden, dan tipe kepribadian responden yang didominasi oleh tipe kepribadian B juga sebagian besar berada pad kategori stres normal yaitu sebanyak 65 responden.



## Pelaksanaan Sholat Wajib dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir

Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>

**Tabel 4.1 Crosstabulation Hubungan Pelaksanaan sholat wajib dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir PSIK UMY Tahun angkatan 2014**

Pelaksanaan Sholat wajib	Tingkat Stres								Total	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Rutin	49	45,4	15	13,9	3	2,8	1	0,9	<b>68</b>	<b>63</b>
Tidak Rutin	29	26,9	7	6,5	4	3,7	0	0	<b>40</b>	<b>37</b>
<b>Total</b>	<b>78</b>	<b>72,2</b>	<b>22</b>	<b>20,4</b>	<b>7</b>	<b>6,5</b>	<b>1</b>	<b>0,9</b>	<b>108</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table 4.1 didapatkan hasil dari responden yang rutin melaksanakan sholat wajib mayoritas berada pada tingkat stres normal atau tidak mengalami stres dengan persentase sebesar 45,4%. Responden yang tidak rutin menjalankan sholat wajib mayoritas juga berada pada tingkat stres normal atau tidak mengalami stres dengan persentase sebesar 26,9%.

Hasil lain yang dapat diketahui adalah pada responden yang rutin menjalankan sholat wajib, tingkat stres tertinggi yang dialami adalah tingkat berat dengan besar persentase 0,9%, sedangkan pada responden yang tidak rutin menjalankan sholat wajib tingkat stres tertinggi yang dialami adalah tingkat sedang dengan persentase sebesar 3,7%.

**Tabel 4.2 Hasil analisa hubungan Pelaksanaan sholat wajib dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014 dengan uji korelasi Spearman**

	Tingkat Stres
<b>Pelaksanaan Sholat</b>	P = 0,949 n = 108

Uji korelasi Spearman

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan hasil nilai *significancy* ( $p$ ) = 0,949, dan karena tingkat toleransi kesalahan atau  $\alpha$  yang digunakan adalah sebesar 5% (0,05), maka secara statistik diambil ketetapan bahwa nilai  $p > 0,05$ . Berdasarkan hasil ini dapat diambil kesimpulan bahwa  $H_0$  diterima, dan  $H_a$

ditolak, maka dinyatakan tidak terdapat hubungan antara rutinintitas pelaksanaan sholat wajib dengan tingkat stres.

## Pembahasan

### Karakteristik Responden

#### 1. Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 21 tahun, yang mana usia tersebut termasuk pada kategori usia dewasa (WHO dalam KEMENKES RI, 2015). Rentang usia ini telah memasuki masa dewasa awal (21-40 tahun), yaitu masa seseorang berproses untuk menuju kemandirian atau kematangan diri, yang disertai dengan berbagai masalah dan ketegangan emosional (Jahja, 2011).

Masa dewasa awal adalah masa pengenalan seseorang terhadap dunia yang baru, disertai dengan pengakuan akan dirinya sendiri dan pengakuan terhadap dunia yang sedang dia masuki, dan dia jalani dengan berusaha membentuk struktur kehidupan yang stabil pada berbagai aspek (Levinson dkk., dalam Monks dan Knoers 1987/2014).

#### 2. Jenis Kelamin

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden didominasi oleh perempuan. Hasil ini berbeda dengan jumlah perbandingan jenis kelamin didunia dimana laki-laki lebih banyak

## Pelaksanaan Sholat Wajib dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir

Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>

dibandingkan perempuan (*United Nation*, 2017). Hasil survey Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2010 tentang perbandingan jumlah penduduk Indonesia berdasar jenis kelamin juga menunjukkan hasil yang berbeda, dimana jumlah laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan.

Taher (2014) dari hasil penelitiannya tentang hubungan penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres mahasiswa PSIK UMY tingkat akhir, menjelaskan bahwa pada respondennya didominasi juga oleh jenis kelamin perempuan. Hasil penelitian Taher menunjukkan kesamaan dengan hasil penelitian ini terkait perbandingan jumlah jenis kelamin pada responden.

Febrina (2013) dalam penelitiannya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2012 dalam menghadapi OSCE, juga menjelaskan bahwa dari respondennya didominasi oleh jenis kelamin perempuan. Hasil penelitian Febrina (2013) ini sama dengan hasil yang didapatkan dalam penelitian ini.

Berdasar jenis kelamin, stres lebih cenderung dialami oleh perempuan. *American Psychological Association* (APA) tahun 2011 menjelaskan bahwa di Amerika perempuan lebih cenderung mengalami stres. Hasil Riskesdas tahun 2013 juga menunjukkan bahwa prevalensi stres berdasarkan karakteristik jenis kelamin lebih banyak terjadi pada responden wanita dibanding pada responden laki-laki (KEMENKES RI, 2013).

### 3. Tipe Kepribadian

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki tipe kepribadian B. Hasil ini berbeda dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Realita dkk (2015) tentang Perbedaan Tingkat Daya Tahan Kardiorespiratori antara Mahasiswa Bertipe Kepribadian A

dan Bertipe Kepribadian B di Universitas HKBP Nommensen Medan, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tipe kepribadian A.

Hasil yang sama dijelaskan Afriana & Mulyana (2018) dalam penelitiannya tentang perbedaan komitmen organisasi afektif ditinjau dari tipe kepribadian A/B dan jenis kelamin pada anggota Himpunan Mahasiswa Islam Universitas Negeri Surabaya, yang didapatkan bahwa pada responden penelitian sebagian besar memiliki tipe kepribadian B.

Tipe kepribadian A memiliki karakteristik ambisius, agresif, kurang sabar, mudah tersinggung dan kaku. Tipe kepribadian B memiliki karakteristik senang, penyabar, mudah bergaul serta perilakunya tidak terlalu interaktif atau terkesan santai, dan lebih menghindari konflik serta cenderung tidak ambisius. Hal ini menjadikan suatu konsep bahwa Tipe kepribadian A cenderung lebih mudah mengalami stres dibandingkan tipe kepribadian B, karena tipe kepribadian B cenderung lebih mampu memenejemen stresor (sumber stres) yang diterimanya (Hidayat dalam Laputi, 2015).

### Pelaksanaan Sholat

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden melaksanakan sholat secara rutin, akan tetapi terdapat responden yang tidak rutin dalam menjalankan sholat wajib. Hasil ini menunjukkan ketidaksesuaian dengan apa yang Allah *Subhana wa ta'ala* perintahkan kepada hamba-Nya dalam syari'at Islam, dimana seorang muslim adalah wajib hukumnya untuk menjalankan sholat lima waktu (sholat wajib). Meninggalkan sholat wajib adalah suatu kelalaian yang sama saja dengan mencoba untuk mencelakakan diri sendiri, sebagaimana firman Allah *Subhana wa ta'ala* yang artinya:

## Pelaksanaan Sholat Wajib dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir

Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>

*“Maka kecelakaanlah bagi orang-orang yang shalat, (yaitu) orang-orang yang lalai dari shalatnya,” Q.S. Al Ma’un ayat 4-5.*

Sholat adalah bagian dari pemenuhan kebutuhan spiritual bagi seorang muslim. Beberapa aspek yang mempengaruhi pemenuhan spiritual seseorang diantaranya: perkembangan spiritual, dukungan keluarga, serta latar belakang etnik dan budaya (Craven dan Hirnle dalam Ummah, 2016).

Hasil penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siswanto (2013) tentang hubungan antara kedisiplinan melaksanakan sholat wajib dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan. Hasil pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa pada sebagian besar responden memiliki kedisiplinan dalam melaksanakan sholat yang tinggi.

### Tingkat Stres

Tingkat stres pada mayoritas responden yang didapatkan dari hasil penelitian ini adalah dalam kategori normal (tidak stres) yaitu sebesar. Hasil ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Taher (2014) yang juga dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (PSIK UMY), dimana sebagian besar responden berada pada kategori stres sedang. Hasil ini menunjukkan terjadinya penurunan tingkat stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir PSIK UMY, dari yang sebelumnya pada penelitian Taher (2014) mayoritas mengalami stres sedang kemudian pada penelitian ini menjadi mayoritas berada pada tingkat stres normal (tidak mengalami stres).

Faktor-faktor lain yang berhubungan dengan tingkat stres yang dialami mahasiswa diantaranya dukungan teman sebaya, peran baik orang tua, sumber stresor dari kegiatan perkuliahan, tanggung jawab di organisasi yang diikuti, komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing skripsi, serta kecerdasan emosi dan *self efficacy* (Sutjiato dkk, 2015; Yulia dkk, 201; Agung, 2013).

### Pelaksanaan Sholat Wajib dengan Tingkat Stres

Hasil penelitian menunjukkan secara statistik tidak terdapat hubungan antara keduanya. Hasil kesimpulan ini tidak terlepas dari adanya variabel-variabel pengganggu yang diluar kemampuan kontrol peneliti, karena variabel-variabel tersebut tidak menjadi tujuan penelitian. Lazarus dan Folkman (dalam Candra dkk., 2017) menjelaskan bahwa respon seseorang terhadap beragam stresor, sangat dipengaruhi dengan kondisi fisiologis tubuh, kepribadian dan karakteristik perilaku, serta dari stresor itu sendiri.

Mekanisme koping yang dilakukan seseorang juga sangat berpengaruh dalam terjadinya stres. Koping adalah proses dimana seseorang berusaha untuk mengendalikan stres yang dialami, dan koping yang efektif adalah koping yang menjadikan seseorang bisa mentolerir atau bahkan menerima situasi menekan yang dihadapi dan tidak merisaukan tekanan-tekanan yang tidak dapat dikuasainya (Lazaraus dan Folkman dalam Nasir & Muhith, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat satu responden yang mengalami stres berat, meskipun rutin dalam menjalankan sholat. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti disebutkan sebelumnya bahwa tingkat stres yang dialami responden dipengaruhi oleh beberapa hal, termasuk variabel-variabel pengganggu (jenis kelamin & tipe kepribadian). Faktor-faktor lain yang dapat berasal dari internal maupun eksternal diri responden, juga dapat berpengaruh pada tingkat stres yang dialami, seperti yang dijelaskan sebelumnya yaitu mekanisme koping, kondisi fisiologis tubuh, besarnya stresor, luasnya cakupan stresor, durasi terjadinya stresor dan jumlah serta sifat dari stresor yang diterima oleh responden yang tentunya berbeda pada setiap responden.

## Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa: Karakteristik responden adalah mahasiswa tingkat akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (PSIK UMY) tahun angkatan 2014, yang mayoritas berusia 22 tahun, beagama islam, berjenis kelamin perempuan dan memiliki tipe kepribadian B. Sebagian besar mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014 melaksanakan sholat wajib . Mayoritas mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014 tidak mengalami stres. Tidak terdapat hubungan antara pelaksanaan sholat wajib dengan tingkat stres mahasiswa PSIK UMY tahun angkatan 2014.

Saran peneliti bagi PSIK UMY yaitu, sebaiknya dilakukan evaluasi berkala terkait tingkat stres dan pemenuhan kebutuhan spiritual mahasiswa termasuk sholat wajib.. Sangat perlu juga dilakukan kegiatan kajian rutin untuk mahasiswa, untuk membangun kesadaran mahasiswa akan kebutuhannya akan spiritualitas.

Bagi responden, dalam kondisi apapun jangan sampai meninggalkan sholat wajib yang merupakan kebutuhan dasar seorang muslim. Diharapkan bagi penelitian selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut terkait pengaruh variabel-variabel pengganggu dalam penelitian ini, terhadap tingkat stres yang dialami mahasiswa.

## Daftar Pustaka

Al Qur'an dan terjemahan

Agung, Gema. 2013. *Hubungan Kecerdasan Emosi dan Self Efficacy dengan tingkat Stres Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Character*, Volume 01, Nomor 02, Tahun 2013. Diunduh pada 4 Mei 2018.

<http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/1883/5294>

American Pshycological Association (APA). 2011. *Stres and Gender*. Diakses pada 01 Mei 2018.

<http://www.apa.org/news/press/releases/stres/2011/gender.aspx>

Afriana, Rindi & Mulyana, Olievia Prabandini. 2018. *Perbedaan Komitmen Organisasi Afektif Ditinjau dari Tipe Kepribadian A/B dan Jenis Kelamin pada Anggota Himpunan Mahasiswa Islam Universitas Negeri Surabaya*. Volume 05 Nomor 01 (2018), *Character: Jurnal Psikologi Pendidikan*. Diunduh pada 29 Mei 2018.

<http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/22573>

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Riset kesehatan dasar*. Diunduh pada 10 April 2017.

<http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskasdas%202013>

Badan Pusat Statistik. 2010. *Indonesia: Jenis Kelamin Penduduk*. Diakses pada 28 April 2018.

<http://sp2010.bps.go.id/index.php/site/index>

Badan Pusat Statistik. 2010. *Penduduk Menurut Wilayah dan Agama yang Dianut*. Diakses pada 29 April 2018.

## Pelaksanaan Sholat Wajib dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir

Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>

- <https://sp2010.bps.go.id/index.php/site/abel?tid=321&wid=0>
- Candra, I Wayan. Harini, Igusti Ayu. Sumirta, I Nengah. 2017. *Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Penerbit Andi. Diakses pada 21 Mei 2018.  
[https://books.google.co.id/books?id=Ii5LDwAAQBAJ&pg=PR2&dq=candra+2017+keperawatan+jiwa&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwiH-Yi9\\_pbbAhVT5rwKHSjQAC0Q6AEIKTAA#v=onepage&q=candra%202017%20keperawatan%20jiwa&f=false](https://books.google.co.id/books?id=Ii5LDwAAQBAJ&pg=PR2&dq=candra+2017+keperawatan+jiwa&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwiH-Yi9_pbbAhVT5rwKHSjQAC0Q6AEIKTAA#v=onepage&q=candra%202017%20keperawatan%20jiwa&f=false)
- Citra Yulia, Puput. Afrianti, Henny. Octaviani, Vethy. 2015. *Pengaruh Komunikasi Interpersonal Mahasiswa dan Dosen Pembimbing Skripsi Terhadap Gejala Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi*. Jurnal Professional FIS UNIVED Vol. 2, No. 1, Juni 2015, hal. 61. Diunduh pada 5 Mei 2018.  
<http://jurnal.unived.ac.id/index.php/prof/article/view/168/158>
- Febrina. (2013). *Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada mahasiswa PSIK angkatan 2012 dalam menghadapi Objective Structural Clinical Examination (OSCE) di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta* [Versi Elektronik]. Karya Tulis Ilmiah strata satu, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta.
- Jahja, Yudrik. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Pernadamedia Group.
- Jannah, Ayu Tri Nur. (2016). *Hubungan intensitas melaksanakan shalat tahajud dengan stres mahasiswa dalam menghadapi ujian komprehensif di Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Uin Walisongo*. Diunduh pada 8 Maret 2017.  
<http://eprints.walisongo.ac.id/5667/1/11111022.pdf>
- Laputi, Wahyuni Indriawati. 2015. *Tingkat Stres Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*. Karya Tulis Ilmiah Strata Satu, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta.
- Margareth Sutjiato, Margareth. Kandou, G. D. Tucunan, A. A. T. *Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado*. JIKMU, Vol, 5. No, 1 Januari 2015. Diunduh pada 5 Mei 2018.  
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jikmu/article/view/7176>
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P. 2014. *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Diterjemahkan oleh Hadinoto, Siti Rahayu. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika
- Population Division Departement of Economic and Social Affairs, United Nation*. 2017. *World Population Prospects: The 2017 Revision*. Diunduh pada 28 April 2018.  
<http://esa.un.org/unpd/wpp/Download/Standard/>
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. *Infodatin Situasi Kesehatan Reproduksi*

## Pelaksanaan Sholat Wajib dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir

Muhammad Bayu Arisa<sup>1</sup>, Arianti<sup>2</sup>

*Remaja*.ISSN 2442-7659. Diunduh pada 26 April 2018.

<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/info datin%20reproduksi%20remaja-ed.pdf>

*ilmu keperawatan FKIK UMY tingkat akhir*. Karya Tulis Ilmiah Strata Satu, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta.

Putri, Diyanah Syolihan Rinjani. (2014). *Hubungan antara tingkat stres mahasiswa dalam mengerjakan skripsi terhadap perilaku merokok mahasiswa laki-laki PSIK UMY*. Karya Tulis Ilmiah strata satu, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta.

Ummah, Athurrita Choirru. 2016. *Hubungan Kebutuhan Spiritual Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Panti Wredha Kota Semarang*. Diunduh pada 3 Mei 2018.

[http://eprints.undip.ac.id/49604/1/PROP OSAL\\_Athurrita\\_Choirru\\_Ummah.pdf](http://eprints.undip.ac.id/49604/1/PROP OSAL_Athurrita_Choirru_Ummah.pdf)

Rahmawati. (2016). *Hubungan kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa tahun pertama program studi ilmu keperawatan universitas muhammadiyah yogyakarta*. Karya Tulis Ilmiah strata satu, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta.

Realita, Meyli. Simangunsong, David M. T. Simorangkir, Saharnauli J.V. 2015. *Perbedaan Tingkat Daya Tahan Kardiorespiratori antara Mahasiswa Bertipe Kepribadian A dan Bertipe Kepribadian B di Universitas HKBP Nommensen Medan*. *Nommensen Journal Of Medicine Volume 1 No.1\* Juli 2015*.

[http://web.uhn.ac.id/uploads/NOMMENSEN\\_JOURNAL\\_OF\\_MEDICINE\\_Vol1.pdf](http://web.uhn.ac.id/uploads/NOMMENSEN_JOURNAL_OF_MEDICINE_Vol1.pdf)

Sholahudin, Abd. (2016). *Pengaruh sholat terhadap kecerdasan emosi santri Pondok Pesantren Daarul Mustaqiem Pamijahan Bogor*. Diunduh pada 19 Februari 2017.

<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/34041/1/ABD.SHOLAHUDIN%20-FDK.pdf>

Taher, Syahrudin Taufiq. (2014). *Hubungan antara intensitas penggunaan jejaring sosial dengan tingkat stres mahasiswa*