

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN RELIGIUSITAS
DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK MAHASISWA
BARU DI MASA TRANSISI PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)
Psikologi (S.Psi)



Khoirul Anisai Muthi'ah

J71218050

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan antara Resiliensi dan Religiusitas dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Baru di Masa Transisi Pandemi Covid-19” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 28 Desember 2022

A 10,000 Rupiah banknote from the Bank of Indonesia, featuring the Garuda emblem. The note is partially obscured by a large, dark signature. The text on the note includes 'SEPULUH RIBU RUPIAH', '10000', and 'BANK INDONESIA'. The serial number '98730AKX143065737' is visible at the bottom of the note.

Khoirul Anisai Muthi'ah

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Hubungan antara Resiliensi dan Religiusitas dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Baru di Masa Transisi Pandemi Covid-19

Oleh:
Khoirul Anisai Muthi'ah
NIM J71218050

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 28 Desember 2022

Dosen Pembimbing



Dr Nailatin Fauziyah, S.Psi. M.Si. M.Psi, Psi
NIP. 197406122007102006

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DAN RELIGIUSITAS DENGAN TINGKAT STRES AKADEMIK MAHASISWA BARU UIN SUNAN AMPEL SURABAYA

Disusun oleh:
Khoirul Anisai Muthi'ah
J71218050

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada Tanggal 18 Januari 2023



Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. Diah Khoirun Niam

7007251996031004

Susunan Tim Penguji

Penguji I

Dr. Nailatin Fauziyah, S.Psi. M.Si. M.Psi, Psi
NIP. 197406122007102006

Penguji II

Prof. Dr. Moh. Sholch, M.Pd
NIP. 195912091990021001

Penguji III

Hj. Tatik Mukloyyaroh, S. Psi. M. Si
NIP. 197605112009122002

Penguji IV

Funsu Andiarna, M. Kes
NIP. 198710142014032002



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Kharul Anisai Muthiah
NIM : J71218050
Fakultas/Jurusan : Psikologi & Kesehatan / Psikologi
E-mail address : kharul.anisai.muthiah@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Hubungan antara Resiliensi dan Religiusitas dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Baru di Masa Transisi Pandemi Covid-19

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 30 April 2026

Penulis

(Kharul Anisai Muthiah)

INTISARI

Stres akademik merupakan persepsi seseorang terhadap stressor akademik dan bagaimana reaksi terhadap stressor tersebut yang terdiri reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap stressor. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Resiliensi dan Religiusitas dengan Stres Akademik mahasiswa baru. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Alat pengumpulan data menggunakan skala Educational Stress Scale for Adolescent (ESSA), Skala Reliensi, dan Skala religiusitas muslim. Subjek penelitian ini berjumlah 155 mahasiswa baru Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya dengan teknik population sampling, dengan kriteria yaitu mahasiswa baru Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Uji hipotesis dalam penelitian menggunakan analisis regresi linier berganda dengan bantuan IBM SPSS ver 25. Hasil penelitian ini menunjukkan secara parsial bahwa terdapat hubungan Resiliensi dengan stres akademik dengan nilai $0,005 < 0,05$ dan terdapat hubungan antara religiuistas dengan stres akademik dengan nilai $0,002 < 0,05$ dan secara simultan diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,0001 < 0,05$ yang artinya Resiliensi dan Religiusitas secara bersama-sama berhubungan dengan stres akademik.

Kata Kunci : Stres Akademik, Resiliensi, Religiusitas



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Academic stress is a person's perception of academic stressors and how they react to these stressors which consist of physical, emotional, behavioral and cognitive reactions to stressors. This study aims to determine the relationship between Resilience and Religiosity with new student Academic Stress. This study uses a correlational quantitative method. Data collection tools used the Adolescent Education Stress Scale (ESSA), Reliance Scale, and Muslim Religion Scale. The subjects of this study were 155 new psychology students at UIN Sunan Ampel Surabaya using the population sampling technique, with the selection being new psychology students at UIN Sunan Ampel Surabaya. Test the hypothesis in the study using multiple linear regression analysis with the help of IBM SPSS ver 25. The results of this study partially show that there is a relationship between resilience and academic stress with a value of $0.005 < 0.05$ and there is a relationship between religiosity and academic stress with a value of $0.002 < 0.05$ and simultaneously obtained a significance value of $0.0001 < 0.05$, which means that resilience and religiosity are simultaneously related to academic stress.

Keywords: Academic Stress, Resilience, Religiosity



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	v
INTISARI.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Keaslian Penelitian.....	7
D. Tujuan Penelitian.....	11
E. Manfaat Penelitian.....	11
F. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB II.....	14
KAJIAN PUSTAKA.....	14
A. Stres Akademik.....	14

1. Definisi	14
2. Aspek-aspek stres akademik	14
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik	16
B. Resiliensi.....	19
1. Definisi.....	19
2. Aspek-aspek resiliensi	19
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi	21
C. Religiusitas	23
1. Definisi.....	23
2. Aspek-aspek religiusitas	23
D. Hubungan antara resiliensi dan religiusitas dengan stres akademik.....	24
E. Kerangka Teoritik	26
F. Hipotesis.....	29
BAB III.....	30
METODE PENELITIAN.....	30
A. Rancangan Penelitian	30
B. Identifikasi Variabel Penelitian	30
C. Definisi Operasional	31
D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel	31
E. Instrumen Penelitian	33
1. Stres Akademik.....	33
2. Resiliensi.....	34
3. Religiusitas.....	37
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	39

4. Uji validitas.....	39
2. Uji reliabilitas	42
G. Analisis Data	43
1. Uji normalitas	44
2. Uji multikolinearitas	45
3. Uji heteroskedastisitas	46
BAB IV	48
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Hasil Penelitian.....	48
1. Persiapan dan pelaksanaan penelitian.....	48
2. Deskripsi hasil data.....	49
B. Pengujian Hipotesis	57
1. Uji T parsial	57
2. Uji F.....	58
3. Koefisien determinan.....	59
C. Pembahasan	59
BAB V	67
PENUTUP.....	67
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teoritik	29
----------------------------------	----

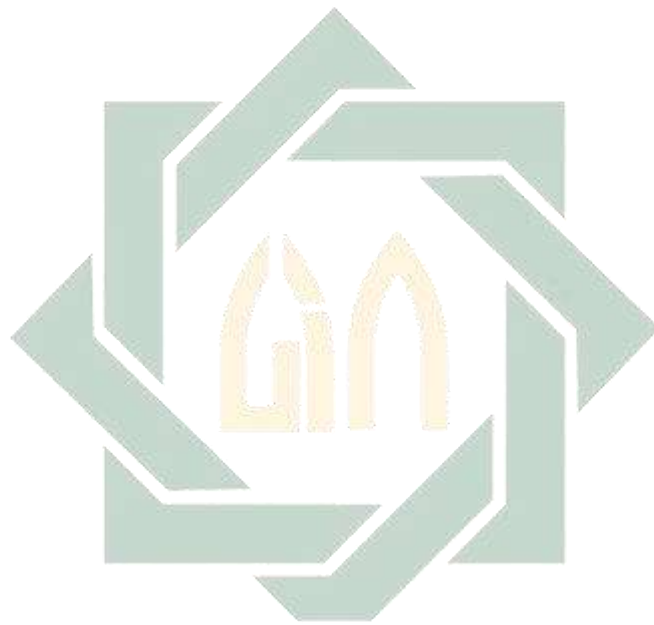


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Mahasiswa	32
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Stres Akademik.....	34
Tabel 3. 3 Blueprint Resiliensi.....	35
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Religiusitas	38
Tabel 3. 5 Uji Validitas Resiliensi	40
Tabel 3. 6 Validitas Religiusitas	41
Tabel 3. 7 Validitas Stres Akademik	42
Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas	43
Tabel 3. 9 Uji Normalitas.....	44
Tabel 3. 10 Uji Multikolinearitas	45
Tabel 3. 11 Uji Hetroskedastisitas	47
Tabel 4. 1 Pengelompokan subjek berdasar jenis kelamin.....	49
Tabel 4. 2 Pengelompokan berdasarkan kelas	50
Tabel 4. 3 Mean, Max, Minim, Std. Deviation.....	51
Tabel 4. 4 Pedoman Hasil Pengukuran	52
Tabel 4. 5 Kategori Resiliensi.....	52
Tabel 4. 6 Kategori Religiusitas.....	53
Tabel 4. 7 Kategori Stres Akademik.....	54
Tabel 4. 8 Tabulasi silang jenis kelamin dengan stres akademik.....	55
Tabel 4. 9 Tabulasi silang kelas dengan stres akademik.....	55
Tabel 4. 10 Tabulasi Variabel Resiliensi (X1) dan stres akademik (Y).....	56
Tabel 4. 11 Tabulasi variabel religiusitas (X2) dengan stres akademik (Y)	56
Tabel 4. 12 Uji T.....	57
Tabel 4. 13 Uji F.....	58

Tabel 4. 14 Koefisien determinan 59



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Data Populasi</i>	74
<i>Lampiran 2 Instrumen</i>	78
<i>Lampiran 3 Data Hasil Skoring</i>	83
<i>Lampiran 4 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Akademik</i>	107
<i>Lampiran 5 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Resiliensi</i>	108
<i>Lampiran 6 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Religiusitas</i>	109
<i>Lampiran 7 Uji Normalitas</i>	110
<i>Lampiran 8 Uji Heteroskedastisitas</i>	110
<i>Lampiran 9 Uji Multikolinieritas</i>	111
<i>Lampiran 10 Uji Hipotesis</i>	111
<i>Lampiran 11 Surat Izin Penelitian</i>	113
<i>Lampiran 12 Surat Ketersediaan Expert Judgement</i>	114

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Aftab, M. T., Naqvi, A. A., Al-Karasneh, A. F., & Ghori, S. A. (2018). Impact Of Religiosity On Subjective Life Satisfaction And Perceived Academic Stress In Undergraduate Pharmacy Students. *Journal Of Pharmacy & Bioallied Sciences*, 10, (4), 192–198.
- Ahner, N. R., Kiehl, E. M., Sole, M. L., & Byers, J. A. (2006). Review Of Instruments Measuring Resilience. *Comprehensive Pediatric Nursing*, 29, 103–125.
- Amalia, V. R., & Nashori, F. (2021). Hubungan Antara Religiusitas Dan Efikasi Diri Dengan Stres Akademik Mahasiswa Farmasi. *Psychosophia: Journal Of Psychology, Religion, And Humanity*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.32923/Psc.V3i1.1702>
- Amir, Y. (2021). Pengembangan Skala Religiusitas Untuk Subyek Muslim. *Indonesian Journal For The Psychology Of Religion*, 1(1), 47–60.
- Ancok, D., & Suroso, F. N. (2018). *Psikologi Islami: Solusi Atas Problem-Problem Psikologi* (8th Ed.). Pustaka Pelajar.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Aryani, F. (2016). *Stres Belajar: Suatu Pendekatan Dan Intervensi Konseling*. Edukasi Mitra Grafika.
- Asy'ari, M. U., Bukhori, B., & Ma'shumah, L., A. (2019). The Effect Of Quality Of School Life And Resilience On Academic Stress In Students. *Psikol. Integr*, 7(2), 185–198.
- Aza, I. N., Atmoko, A., & Hitipeuw, I. (2019). Kontribusi Dukungan Sosial, Self-Esteem, Dan Resiliensi Terhadap Stres Akademik Siswa Sma. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(4), 491–498.
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas Dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Azzahra, F. (2017). Pengaruh Resiliensi Terhadap Distress Psikologis Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 05.
- Basith, A. (2020). *Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Resiliensi Dengan Stres Pada Petugas Kesehatan Dalam Menghadapi Virus Corona (Covid 19)* [Masters, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya]. <http://Repository.Untag-Sby.Ac.Id/7149/>
- Bataineh, M. Z. (2013). Academic Stress Among Undergraduate Students: The Case Of Education Faculty At King Saud University. *International Interdisciplinary Journal Of Education*, 2, (1), 82–88. <https://doi.org/10.12816/0002919>
- Bhat, S. A. (2015). Religious Orientation And Academic Stress Among University Students. *Int J Behav Res Psychol*, 3(3), 85–89.
- Billah, K. M. (2022). *Pengaruh Religiusitas Terhadap Stres Akademik Siswa Madrasah Tsanawiyahtribakti Singosari Malang* [Doctoral Dissertation]. Uin Maulana Malik Ibrahim.

- Cha, K. (2017). *Perbedaan Sma Dan Kuliah*. Bemfeuntar.Com/Index.Php/Articles/24-Article/Latest-Article/340-Perbedaan-Smadan-Kuliah.
- Christyanti, C. (2010). Hubungan Antara Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik Dengan Kecenderungan Stres Pada Mahasiswa Fakultaskedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. *Jurnal Insan*, 12(03). Journal.Unair.Ac.Id/Downloadfull/Insan4286-23899c0c63fullabstract.Pdf.
- Cresswel, J. W. (2012). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Darmawanti, I. (2012). Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kemampuan Dalam Mengatasi Stress (Coping Stress). *Jurnal Psikologi: Teori Terapan, Vol 2, No. 2*.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan*. Remaja Rosdakarya.
- Eom, S., Choi, Y. J., & Choi, J. O. (2016). Influence Of Resilience On Academic Stress In Dental Hygiene Students: Focused On The Mediating Effects Of Self-Esteem. *Journal Of Korean Society Of Dental Hygiene*, 16(6), 1115–1124.
- Everall, R. (2006). Creating A Future: A Study Of Resilience In Suicidal Female. *Adolescent*, 461–470.
- Fadli. (2010). *Masalah Kurikulum Dalam Dunia Pendidikan*. <https://fadlibae.wordpress.com/2010/03/24/masalahkurikulum-dalam-pendidikan/>
- Fasa, Z. M. (2019). Resiliensi Keluarga Korban Bencana Longsor Di Kecamatan Cimenyan Kabupaten Bandung. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, 2, 1–11.
- Fauziah, N. M. (2021). *Hubungan Religiusitas Dengan Stres Akademik Pada Santri Pondok Pesantren Fajar Islam Nusantara Medan* [Doctoral Dissertation]. Universitas Medan Area.
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An Analysis Of The Categories In The Studentlife Stress Inventory. *American Journal Of Psychology Research*, 1(1), 1–10.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program Ibm Spss 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Govaerts, S., & Grégoire, J. (2004). Stressful Academic Situations: Study On Appraisal Variables In Adolescence. *British Journal Of Clinical Psychology*, 54(4), 261–271.
- Gujarati, D. (2012). *Dasar-Dasar Ekonometrika Edisi Lima*. Salemba Empat.
- Hafsari, A. (2020). *Religiusitas Dan Stres Akademik Mahasiswa* [Doctoral Dissertation]. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Hawari, D. (2013). *Manajemen Stres, Cemas Dan Depresi*. Badan Penerbit Fkui.
- Hemamalini, R., Ashok, V., & Sasikala, V. (2018). A Study On Stress Management And Its Impact Among Students. *International Journal Of Academic Research In Economics And Management Sciences*, 7(3), 101–110.

- Hisbullah, A. (2017). *Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha (Pstw) Unit Budhi Luhur Yogyakarta* [Doctoral Dissertation]. Universitas Alma Ata.
- Holaday, M. (1997). Resilience And Severe Burn. *Journal Of Conseling And Development*, 75, 346–357.
- <https://uinsby.ac.id>. (N.D.). *Fpk Uinsa Selenggarakan Kuliah Tatap Muka Perdana | Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya | Building Character Qualities: For The Smart, Pious, Honorable Nation*. Retrieved March 14, 2022, From <https://uinsby.ac.id/informasi/berita/1179#>
- Iswanto, D. (2012). *Hubungan Antara Resiliensi Dan Stres Pada Mahasiswa Aktifis Organisasi Uin Suska Riau* [Skripsi]. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Kadapatti, M. G., & Vijayalaxmi, A. H. M. (2012). Stressors Of Academic Stress- A Study On Pre-University Students. *Indian Journal Science*, 3(1).
- Kohn, & Frazer. (1986). An Academic Stress Scale: Identification And Rated Importance Of Academic Stressors. *Psychological Reports*, 59, 415–426.
- Kwan, M. (2013). *Hubungan Antara Religiusitas Dengan Resiliensi* [Skripsi]. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Legiran, Aziz, M. Z., & Bellinawati, N. (2015). Faktor Risiko Stres Dan Perbedaannya Pada Mahasiswa Berbagai Angkatan Di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang—Pdf Free Download. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(2), 197–202.
- Lestari, I. (2021). *Hubungan Antara Religiusitas Dan Resiliensi Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi* [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Luvitha, E. S. (2021). *Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Akademik Pada Siswa Sma Di Yogyakarta* [Doctoral Dissertation]. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Mahmood, K., & Ghaffar, A. (2014). The Relationship Between Resilience, Psychological Distress And Subjective Well-Being Among Dengue Fever Survivors. *Global Journals Inc*, 14(10), 13–24.
- Martin, A. J., & Marsh, H. (2003). *Academic Resilience An The Four Cs: Confidence, Control, Composure, And Commitment*. Self-Concept Enhancement And Learning Facilitation Research Centre.
- Muhtadini, R. L. (2018). *Expressive Writing Untuk Menurunkan Stres Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (Smp) Full Day School* [Disertasi Doktor]. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Nashori, F., Saniah, S., & Husnar, A. Z. (2017). Harapan, Tawakal, Dan Stres Akademik. *Psikohumaniora : Jurnal Penelitian Psikologi*, 2, (1), 94–105.
- Nuandri, V. T., & Widayat, I. W. (2014). Hubungan Antara Sikap Terhadap Religiusitas Dengan Sikap Terhadap Kecenderungan Perilaku Seks Pranikah Pada Remaja Akhir Yang Sedang Berpacaran Di Universitas Airlangga Surabaya. *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, 3, (2), 60–69.
- Nur, A., R. (2015). Hubungan Antara Kemandirian Dengan Penyesuaian Diri Dalam Lingkungan Kampus Pada Mahasiswa. *Universitas Padjajaran*, 3.

- Nurinayanti, R., & Atiudina. (2011). Makna Kebersyukuran Dan Resiliensi: Telaah Pustaka Tentang Pengaruh Kebersyukuran Dan Pengaruhnya Terhadap Daya Resiliensi Pada Korban Erupsi Merapi Diy 2010. *Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada*.
- Oberoi, A. K., & Trickett, E. J. (2018). Religion In The Hallways: Academic Performance And Psychological Distress Among Immigrant Origin Muslim Adolescents In High School. *Am J Community Psychol*, 1–14.
- Oon, A. (2007). *Handling Student's Stress*. Gramedia.
- Qorbanpoor, A., & Rezaei, S. (2021). *The Mediating Role Of Religious Coping Styles In The Relationship Between Religious Attitudes And Self-Concept With Addiction Tendency In Guilan University Students*.
- Rahayu, E. W., & Djabbar, M. E. A. (2019). Peran Resiliensi Terhadap Stres Akademik Siswa Sma. *Naskah Prosiding Temilnas*, 20–21.
- Rahmatullah, A. S. (2021). Pengaruh Resiliensi Mental Terhadap Stress Akademik Pada Anak Buruh Migran Di Mts Plus Nururrohmah Tambaksari Kuwarasan Gombang Kebumen. *In Seminar Nasional Psikologi Um*, 1 (1), 175–182.
- Reich, Zautra, & Hall. (2010). *Handbook Of Adult Resilience*. The Guilford Press.
- Reivich, & Shatte. (2002). *Psychosocial Resilience*. 57, 316.
- Richard. (2010). *Coping With Stress In A Changing World*. Mcgrawhill.
- Rohmadani, Z. V., & Setiyani, R. Y. (2019). Aktivitas Religius Untuk Menurunkan Tingkat Stres Mahasiswa Yang Sedang Skripsi. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1 (2), 108-116.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup) Penerjemah: Widyasinta,B* (13th Ed.). Erlangga.
- Saputra, S. D. (2016). Pengaruh Religiusitas Terhadap Manajemen Stres Pada Siswa Kelas Xii Sma Negeri 1 Kasihan. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling*, 8 (5), 164–173.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychologu: Biophysical Interactions*. John Wiley & Sons.
- Sari, Y., Rd. Akbar Fajri S, & Syuriansyah, T. (2012). Religiusitas Pada Hijabers Community Bandung. *Prosiding Snapp: Sosial, Ekonomi Dan Humaniora*, 3(1), Article 1.
- Sekretariat Gtk. (2020, September 3). *Kebijakan Kemendikbud Di Masa Pandemi*. <https://Gtk.Kemdikbud.Go.Id/Read-News/Kebijakan-Kemendikbud-Di-Masa-Pandemi>
- Seligman, M. E. P. (2005). *Authentic Happiness*. Mizan Pustaka.
- Septiani, T., & Fitria, N. (2016). Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 59–76.
- Shaikh, A., & Kauppi, C. (2010). Deconstructing Resilience: Myriad Conceptualizations And Interpretations. *International Journal Of Arts And Sciences*, 3(15), 155–176.
- Sholahuddin. (2020). *Hubungan Religiusitas Dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Suska Riau* [Skripsi]. Uin Suska Riau.
- Smet. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Gramedia Widiasarana Indonesia.

- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Alfabeta.
- Sukino, S. (2018). Konsep Sabar Dalam Al Qur'an Dan Kontekstualisasinya Dalam Tujuan Hidup Manusia Melalui Pendidikan. *Ruhama: Islamic Educational Journal*, 1 (1).
- Sulistiani, W. (2010). Hubungan Antara Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik Dengan Kecenderungan Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Surabaya. *Insan*, 03(12), 154–155.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, Xiang-Yu, & Ai-Qiang. (2011). Educational Stress Scale For Adolescent. *Journal Of Psychoeducational Assesment*, 29(6), 534–546.
- Supradewi, R. (2019). Stres Mahasiswa Ditinjau Dari Koping Religius. *Psycho Idea*, 17, (1), 9–22. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v17i1.2837>
- Synder, C. R., Lopez, S. J., & Pedrotti, J. T. (2011). *Positive Psychology: The Scientific And Praktical Explorations Of Human Strengths*. Sage.
- Trigunawan, A., Rahayu, I. W., & Andarsyah, R. (2020). Regresi Linier Untuk Prediksi Jumlah Penjualan Terhadap Jumlah Permintaan. *Informatic Research Center*.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient Individuals Use Positive Emotions To Bounce Back From Negative Emotional Experiences. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 86(2), 320–333. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
- Zakaria, Z. (2019). *The Effects Of Learning Resilience And Stress On Student Learning Achievement*. 295, 56–59.
- Zakiah, D. (1973). *Ilmu Jiwa Agama*. Bulan Bintang.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A