

**TINGKAT STRES MAHASISWA BIMBINGAN DAN
KONSELING ISLAM ANGKATAN 2017
YANG BELUM LULUS BACA TULIS AL-QUR'AN DAN
PENGETAHUAN DAN PENGAMALAN IBADAH (BTA PPI)
DI FAKULTAS DAKWAH IAIN PURWOKERTO**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam
Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)**

**Oleh :
Laelatun Nur Faiqoh
NIM. 1522101030**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGRI
PURWOKERTO
2019**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar di perguruan tinggi merupakan suatu pekerjaan yang berat, yang menuntut upaya yang tidak sedikit. Banyak kegiatan belajar yang harus dimiliki oleh mahasiswa, seperti pemilihan cara belajar, pengaturan cara belajar, pengaturan waktu belajar, mengikuti kuliah secara teratur, memilih mata kuliah yang cocok, mempelajari buku-buku yang pada umumnya ditulis dalam bahasa asing, mengkaji bermacam teori dan penelitian, membuat laporan tertulis dan sebagainya.¹

Tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa dapat menjadi bagian stress yang biasa dialami mahasiswa. Mahasiswa tergolong usia remaja akhir yang kisaran 18-20.² Stres sendiri di definisikan sebagai sebuah keadaan yang kita alami ketika ada sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya.³

¹ Nuzulul Rahmi, "Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebudayaan Poltekkes Kemenkes NAD TA. 2011/2012", *Jurnal Ilmiah STIKes U'Budiyah* Vol.2, No. 1, Maret 2013 (Banda Aceh, Stikes Ubudiyah 2013) hlm. 67

² Ira Suwartika, Agus Nurdin, Dkk., "Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya", *Jurnal Keperawatan Sudirman (The Sudirman Journal of Nursing)*, Vol 9, No.3, Juli 2014 (Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya 2014) hlm. 174

³ Terry Looker dan Olga Gregson, "*Managing Stress Mengatasi Stres Secara Mandiri*" Penerjemah: Haris Setiawan, cet. 1 (Yogyakarta: BACA baca buku, buku baik, 2005), hlm. 44

Stres sangat mempengaruhi cara belajar dan ingatan. Stres yang berlebihan akan menyebabkan gangguan kesehatan fisik dan mental. Stres akademik yang terlalu banyak dapat menyebabkan depresi dan penyakit fisik, masalah penting mengenai stres di antara mahasiswa adalah efeknya terhadap belajar. Penelitian mengungkapkan bukti yang mendukung pernyataan bahwa semakin tinggi tingkat stres mahasiswa semakin rendah pencapaian akademisnya.⁴

Sebagaimana yang tertuang pada Buku Panduan Akademik 2015-2016. Salah satu yang menjadi tujuan IAIN Purwokerto adalah mencetak sarjana yang kokoh spriritual dan berakhlak mulia serta memiliki disiplin keilmuan yang tinggi. Dengan sasaran antara lain: mahasiswa lulus tepat waktu minimal 80% dengan IPK 3.30 keatas dan mampu berkomunikasi global; semua lulusan memiliki perilaku serta integritas personal dan sosial sesuai dengan norma dan kehidupan beragama, berbangsa, dan bernegara.⁵

Salah satu upaya untuk dapat mewujudkan tujuan dan sasaran IAIN Purwokerto tersebut telah diterbitkan Surat Keputusan Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Purwokerto Nomor 175 Tahun 2011 tentang Pedoman Pelaksanaan Ujian Kompetensi Dasar Baca Tulis Al-Qur'an (BTA) serta Pengetahuan dan Pengamalan Ibadah (PPI) STAIN

⁴ Idauli Simbolon, "Gejala Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Akibat Sistem Belajar Blok Di Fakultas Ilmu Keperawatan X Bandung", *Jurnal Skolastik Keperawatan* Vol. 1, No. 1 Jan – Jun 2015 (Bandung, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia, 2015)

⁵ Panduan Akademik IAIN Purwokerto 2015-2016, Purwokerto ; STAIN Press, Hal 8

Purwokerto yang didasarkan atas pertimbangan bahwa untuk mengukur tingkat kemampuan mahasiswa dalam bidang baca, tulis dan hafalan Al-Qur'an serta praktek pengamalan ibadah, dipandang perlu untuk segera diterbitkan Surat Keputusan Ketua STAIN Purwokerto tentang Pedoman Pelaksanaan Ujian Kompetensi Dasar BTA dan PPI STAIN Purwokerto.⁶

Adapun materi yang diujikan dalam pelaksanaan Ujian Kompetensi Dasar BTA dan PPI meliputi empat komponen yaitu :

1. Membaca Al-Qur'an secara tartil
2. Menghafal Al-Qur'an, Juz 'Amma
3. Menulis kalimat Arab (imla')
4. Pengamalan ibadah praktis (*thaharoh*, sholat, puasa, zakat, dan haji).⁷

Pelaksana Ujian Kompetensi Dasar BTA dan PPI adalah Ma'had Al-Jamiah. Dalam teknis pelaksanaannya melalui tahapan ujian yang menunjukkan bahwa ujian tahfidz atau hafalan Al-Qur'an baru bisa ditempuh manakala ujian tartil dan imla' telah lulus. Dengan demikian hafalan Al-Qur'an menduduki posisi tertinggi dalam program Ujian BTA IAIN Purwokerto.

Program studi Bimbingan Konseling Islam jurusan Bimbingan dan konseling Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto bertujuan menghasilkan lulusan yang profesional di bidang Bimbingan, Konseling dan Psikoterapi

⁶ Panduan Akademik IAIN Purwokerto 2015-2016, Purwokerto ; STAIN Press, Hal. 339

⁷ Panduan Akademik IAIN Purwokerto 2015-2016, Purwokerto ; STAIN Press, Hal. 340

Islam, yang profesional dan memiliki komitmen terhadap keunggulan kompetensi, kompetitif dan inovatif. Bahkan melalui program Ujian BTA dan PPI dengan memiliki hafalan Al-Qur'an dan Praktek Pengamalan Ibadah akan memberikan nilai plus sebagai konselor yang profesional dan memiliki keunggulan kompetitif dan inovatif.⁸

BTA PPI yang sering disebut sebagai program pesantrenisasi ini, menjadi salah satu syarat penting ketika akan ikut serta dalam keanggotaan suatu organisasi, mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL), Kuliah Kerja Nyata (KKN), dan sidang Munaqosah (Sidang Skripsi). Namun pada kenyatannya masih ada beberapa mahasiswa yang belum lulus ujian BTA PPI dengan berbagai alasan yang akan menghambat kelulusan.

Banyak mahasiswa yang merasa keberatan dengan danya program ini, karna salah satu syarat untuk lulus BTA PPI adalah mengikuti ujian dan harus ada surat rekomendasi dari Pondok Pesantren, dan hal itu yang membuat mahasiswa merasa terbebani dan tertekan karna sekarang bukanlah mahasiswa semester awal yang harus masuk pondok lagi. Mereka harus memikirkan bagaimana caranya agar segera lulus BTA PPI untuk dapat mengikuti tahap selanjutnya sebagai mahasiswa yaitu PPL, KKN dan Munaqosah.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk meneliti tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa yang belum lulus BTA PPI,

⁸ Panduan Akademik IAIN Purwokerto 2015-2016, Purwokerto ; STAIN Press, Hal. 180

khususnya mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam angkatan 2016, dengan judul “*Tingkat Stres Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) Angkatan 2017 yang Belum Lulus Baca Tulis Al-qur’a dan Pengetahuan Pengamalan Ibadah (BTA PPI) Di Fakultas Dakwah Institute Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto*”. Untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat stres mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) angkatan 2017 yang belum lulus Baca Tulis Al-qur’an dan Pengetahuan Pengamalan Ibadah (BTA PPI).

B. Definisi Oprasional

Mengantisipasi terjadi kesalah fahaman dalam memahami judul skripsi perlu adanya penegasan istilah. Adapun penegasannya adalah:

1. Tingkat Stres

Stres adalah tuntutan terhadap sistem yang menghasilkan ketegangan, kecemasan dan kebutuhan energi, usaha psikologi ekstra.

Stres terjadi karna seseorang memandang besar akibat dari kejadian yang menegangkan dan tidak memiliki kemampuan untuk mengatasinya.⁹

Dalam jurnal lain stres adalah segala aksi dari tubuh manusia terhadap segala rangsangan baik yang berasal dari luar maupun dari dalam tubuh itu sendiri, yang dapat menimbulkan bermacam-macam dampak yang merugikan. Mulai dari penurunannya kesehatan sampai

⁹ Linda Juita P. Hendro Bidjuni, Dkk., “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT Manado” *Ejounal Keperawatan (e-Kp)*, Vol. 3, No. 2. Mei 2015, (Manado, Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi 2015) Hal. 1

pada dideritanya suatu penyakit. Dalam kaitannya dengan mahasiswa, semua dampak dari stres tersebut akan menjurus pada menurunnya produktifitas dan fokus pada mahasiswa tersebut.¹⁰

Berdasarkan pengertian tentang tingkat stress di atas, yang di maksud tingkat stres dalam penelitian ini adalah tingkat stres yang dialami mahasiswa khususnya Prodi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Purwokerto angkatan 2017 yang belum lulus BTA PPI.

2. Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2017

Mahasiswa yang penulis teliti adalah mahasiswa BKI (Bimbingan Konseling Islam) di Fakultas Dakwah IAIN Puwokerto angkatan 2017, dibagi dalam tiga kelas yaitu BKI A, BKI B dan BKI C yang masih belum lulus BTA PPI (Baca Tulis Al Qur'an dan Pengetahuan Pengamalan Ibadah) yang merupakan persyaratan PPL, KKN dan Munaqosah.

3. Baca Tulis Al-Qur'an dan Pengetahuan Pengamalan Ibadah (BTA PPI)

BTA PPI (Baca Tulis Al-Qur'an dan Pengetahuan Pengamalan Ibadah) merupakan salah satu ujian yang ada di IAIN Purwokerto yang bertujuan untuk mengukur kemampuan minimal dalam BTA PPI. Kelulusan ujian ini menjadi syarat untuk mengikuti KKN, PPL ujian komprehensif dan ujian Munaqosah.

¹⁰ Azizah Musliha Fitri. "Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Kerja pada Karyawan Bank (Studi Pada Karyawan Bank BMT)" *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 2, No. 1, Tahun 2013 (Semarang, FKM UNDIP 2013)

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah seberapa tinggi tingkat stres mahasiswa BKI angkatan 2017 yang belum lulus BTA PPI di Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto?

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat stres mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) angkatan 2017 yang belum lulus Baca Tulis Al-Qur'an dan Pengetahuan Pengamalan Ibadah.

2. Manfaat penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan terutama di bidang bimbingan konseling khususnya tentang tingkatan stres.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini memberikan gambaran tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa yang belum lulus BTA PPI, mengetahui gejala-gejala stres yang dirasakan dan cara mereka mengatasi gejala yang dialami khususnya mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto angkatan 2017. Dapat menjadi masukan bagi pengelola BTA PPI dalam mengambil kebijakan.

E. Telaah Pustaka

Dalam penelitian ini peneliti memfokuskan pada tingkat stress mahasiswa BKI angkatan 2017 IAIN Purwokerto yang belum lulus Baca Tulis Al-Qur'an dan Pengetahuan Praktek Ibadah (BTA PPI). Terkait dengan penelitian yang hampir sama dengan peneliti, yang mana sudah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya antara lain:

Pertama, peneliti Susi Purwati, mahasiswa Program Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Depok, yang telah melakukan penelitian yang berjudul “Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia”, fokus penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui tingkat stres akademik dan perbedaannya terhadap karakteristik (usia, jenis kelamin, indeks prestasi, dan jumlah kunjungan ke pelayanan kesehatan) pada mahasiswa reguler angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Untuk menjawab persoalan tersebut peneliti menggunakan desain deskriptif komparatif pada mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI) Depok. Pengumpulan data dilakukan dalam satu waktu *cross sectional* (potong lintang) dengan menggunakan metode *simple random sampling* dari 104 responden. Dari hasil tingkat stres akademik pada mahasiswa reguler angkatan 2010 Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI) adalah semakin tinggi tingkat usia maka tingkat stres akademiknya akan semakin rendah, tidak ada perbedaan antara tingkat stres akademik laki-

laki dan perempuan, tingkat stres akademik tidak bergantung pada nilai atau prestasi akademik, semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh responden maka semakin sering responden mengunjungi pusat kesehatan.¹¹

Kedua, adalah penelitian Henricus Dimas Frandi Cahyo Broto, mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Yang melakukan penelitian dengan judul “Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi (Studi Kasus pada Salah Satu Mahasiswa program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Santa Dharma)”, fokus penelitian yang dilakukannya adalah untuk mendapatkan informasi bagaimana gambaran stres pada mahasiswa penulis skripsi, untuk mengetahui gejala-gejala negatif apa saja yang dialami mahasiswa penulis skripsi, dan untuk menemukan faktor-faktor apa saja yang menyebabkan mahasiswa penulis skripsi stress. Untuk menjawab persoalan tersebut peneliti menggunakan penelitian deskriptif kualitatif dengan metode studi kasus. Subyek dalam penelitian ini adalah Mulia (bukan nama sebenarnya) alasannya Mulia sebagai subjek karena memperlihatkan tanda-tanda seorang yang sedang stres menyusun skripsi. Dari penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa: gambaran stres pada mahasiswa penulis skripsi ialah stres terjadi karena mahasiswa penulis

¹¹ Susi Purwati. “Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu keperawatan Universitas Indonesia” *Skripsi*. Depok: Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia Depok, 2012 hlm. 5, 6, 27,

skripsi tidak mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang ditemui dalam proses penusunan skripsi. Gejala negatif yang tampak antara lain: (gejala fisik) timbul dalam wujud tidur tidak teratur, makan tidak teratur, sakit kepala, mudah lelah dan sakit punggung. (gejala emosional) timbul dalam wujud kegelisahan, ketakutan berlebihan dari dalam diri, dan mudah marah. (gejala kognitif) timbul dalam wujud mudah lupa, mudah melakukan kesalahan dan sulit menemukan ide. (gejala interpersonal) timbul dalam wujud minder, malu, lebih suka menyendiri. Faktor-faktor yang menyebabkan stres pada mahasiswa penulis skripsi yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi, kemampuan atau kecerdasan seseorang dan kepribadian-kepribadian seseorang. Sedangkan faktor eksternal meliputi: tuntutan kampus, keluarga dan keuangan.¹²

Ketiga, penelitian oleh Resti Putri Wulandari mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Depok tahun 2012 yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Tidur Pada Mahasiswa Skripsi di Salah Satu Fakultas Rumpun *Science-Technology* UP”. Fokus penelitian adalah untuk mengetahui gambaran hubungan tingkat stres dengan gangguan tidur pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas rumpun *science-technology* Universitas Indonesia. Untuk menjawab permasalahan tersebut peneliti menggunakan metode deskriptif korelasi dengan

¹² Henricus Dimas Frandi Cahyo Broto, “Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi (Studi Kasus pada Satu Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma)” *Skripsi*. Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Kependidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, 2016 hlm. 5, 6,23,24,32,52

menggunakan pendekatan *cross sectional* karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran hubungan antara tingkat stres dengan gangguan tidur pada mahasiswa skripsi di salah satu rumpun *Science technology* Universitas Indonesia. Populasi penelitian sebanyak 91 mahasiswa, peneliti melakukan korelasi atau penambahan jumlah sampel sebagai antisipasi dalam menghindari data bias. Hasil penelitian yang dilakukan pada 99 mahasiswa. Menggunakan karakteristik mahasiswa yang menyelesaikan skripsi berusia antara 19-24 tahun dengan rerata 21,5 tahun dan mayoritas berusia 21 tahun. Mahasiswa yang menyelesaikan skripsi pada salah satu fakultas rumpun science-technology memiliki perbedaan tingkat stres yang dialami. Tingkat stres berat tidak dialami, tetapi 61,6% responden mengalami tingkat stres sedang. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa skripsi tidak berhubungan dengan gangguan tidur. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami tingkat stres sedang lebih banyak yang tidak mengalami gangguan tidur dibandingkan dengan yang mengalami gangguan tidur.¹³

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Chandra Aji Permana mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember tahun 2013 yang berjudul “ Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Andropause di Gerbang Wilayah Kerja

¹³ Resti Putri Wulandari. “Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Tidur pada Mahasiswa Skripsi di Salah Satu Fakultas Rumpun Science-Technology UI” *Skripsi*. Depok: Jurusan Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Depok, 2012 hlm. 4,5,21,44

Puskesmas Patrang Kabupaten Jember” fokus penelitaian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres pada lansia andropause di Gerbang Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember. Untuk menjawab pertanyaan tersebut peneliti menggunakan desain penelitian survei analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia laki-laki yang ada di Gerbang wilayah kerja Puskesmas Patrang yang berjumlah 1026 orang, berdasarkan data terakhir pada bulan Juni 2013 di Puskesmas Patrang. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah lansia laki-laki dengan usia 60 tahun. Jumlah sampel yang digunakan adalah 88 orang laki-laki dengan usia di atas 60 tahun. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan kuesioner, peneliti dalam melaksanakan pengumpulan data dengan cara *door to door* atau datang langsung ke rumah responden. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa lansia andropause yang mengalami stres ringan yaitu sebesar 71,6%, sedangkan pada jumlah responden stres sedang sebesar 28,4 %. Selain itu ada hubungan yang signifikan dukungan sosial keluarga dengan tingkat stres pada lansia andropause di Gebang wilayah kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember, didapatkan hasil bahwa $p\ value = 0,000$. lansia dengan dukungan sosial baik berpeluang 0,67 kali memiliki tingkat stres yang lebih ringan dari pada lansia dengan dukungan sosial yang tidak baik.¹⁴

¹⁴ Chandra Aji Permana. “Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Stres pada Lansia Andropause di Gerbang Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember” *Skripsi*. Jember: Program Studi Keperawatan Universitas Jember, 2013 hlm. 9, 54, 55, 59, 62

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Dhea Eka Dewanti mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan universitas Negeri Yogyakarta tahun 2016 yang berjudul “Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Bidikmisi dan Non Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta” dalam penelitian ini memfokuskan pada perbedaan tingkat stres akademik mahasiswa bidikmisi dan non bidikmisi fakultas Ilmu Pendidikan UNY yaitu apakah terdapat perbedaan tingkat stres mahasiswa Bidikmisi dan non Bidikmisi pada mahasiswa di fakultas Ilmu Pendidikan UNY. Peneliti menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode komparasi yaitu peneliti membedakan satu atau lebih kelompok dalam hal satu variabel. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Bidikmisi dan non Bidikmisi semester 6 angkatan 2013 fakultas ilmu Pendidikan Strata 1 Universitas Negeri Yogyakarta sebanyak 888 mahasiswa terdiri dari 262 orang mahasiswa Bidikmisi dan 626 mahasiswa non Bidikmisi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 52 mahasiswa Bidikmisi dan 125 mahasiswa Non Bidikmisi, dengan begitu jumlah sampel 177 mahasiwa. Metode pengumpulan data dalam penelitian tersebut adalah menggunakan kuesioner atau angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat stres akademik pada mahasiswa Bidikmisi dan Non Bidikmisi. Tingkat stres akademik pada kelompok tersebut berada pada tingkat sedang. Hal tersebut dapat terjadi karena faktor stressor atau sumber stres akademik

yaitu stressor dari luar (eksternal) atau stressor dari dalam (internal), respon stres akademik, dan kecakapan mengatasi masalah atau disebut coping stres.¹⁵

Dari beberapa penelitian yang sudah dilakukan, kebanyakan memfokuskan masalah stres pada mahasiswa yang sedang membuat skripsi, akan tetapi kali ini berbeda sekali dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya, peneliti memfokuskan pada tingkat stres dan gejala-gejala stres yang dialami khususnya mahasiswa BKI (Bimbingan Konseling Islam) angkatan 2017 Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto yang belum lulus BTA PPI, dimana BTA PPI merupakan persyaratan untuk mengikuti PPL, KKN dan Sidang Skripsi.



IAIN PURWOKERTO

¹⁵ Dhea Eka Dewanti “Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Bidikmisi dan Non Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta” *Skripsi*. Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 2016. Hlm. 9, 44, 47, 60, 75

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan digunakan untuk mempermudah proses penelitian, adapun susunannya sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan yang berisi tentang latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, telaah pustaka, dan sistematika penulisan.

Bab II Landasan teoritis yang terdiri dari: konsep stres, konsep mahasiswa, konsep BTA PPI dan teori tingkat stres

Bab III Metode penelitian yang meliputi pendekatan dan jenis penelitian, lokasi dan waktu penelitian, populasi dan sampel penelitian, sumber data, tahapan penelitian, teknik pengumpulan data, uji coba instrumen, pengolahan data dan teknik analisis data, etika penelitian

Bab IV Pembahasan yang meliputi gambaran mengenai pelaksanaan BTA PPI di Fakultas Dakwah, pengajian dan analisis data, pembahasan

Bab V Penutup yang terdiri dari : kesimpulan, saran dan kata penutup,

Daftar pustaka, lampiran-lampiran dan daftar riwayat hidup.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dilihat dari hasil penelitian tingkat stres mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) angkatan 2017 yang belum lulus Baca Tulis Al-Qur'an dan Praktek Pengamalan Ibadah (BTA PPI) yaitu yang memperoleh persentase tinggi yaitu mahasiswa yang sama sekali tidak merasakan stres sebanyak 15 responden atau 37,5%. Selanjutnya di tingkat stres sedang yaitu sebanyak 11 responden atau 27,5%, selanjutnya di tingkat stres ringan sebanyak 7 responden atau 17,5%, selanjutnya di tingkat stres berat yaitu sebanyak 4 responden atau 10%, yang paling sedikit yaitu di tingkat stres sangat berat yaitu 3 responden atau 7,5%. Jadi bisa disimpulkan bahwa mahasiswa bimbingan dan konseling islam angkatan 2017 yang mengalami stres dengan jumlah yang banyak yaitu di tingkat stres sedang.

Dari ketiga indikator gejala stres, indikator gejala fisik merupakan indikator yang memperoleh persentase tertinggi yaitu 79% yang pernah mengalami gejala stres fisik dibandingkan tidak, selanjutnya indikator gejala emosional yaitu 69% yang pernah mengalami gejala stres emosional dibandingkan tidak, dan yang mendapat presentase rendah yaitu indikator gejala sosial yaitu 65% yang pernah merasakan gejala stres sosial dibandingkan tidak. Jadi tingkat stres mahasiswa BKI angkatan 2017 yang belum lulus BTA PPI lebih banyak yang mengalami gejala fisik dari stres.

B. Saran

Adapun beberapa saran yang dapat diajukan sebagai bahan pertimbangan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi pihak kampus atau Institut tetap jaga kualitas program BTA dan PPI untuk lebih baik lagi.
2. Bagi para mahasiswa jangan pernah berfikir BTA PPI itu menyusahkan, karna semuanya akan selesai pada waktunya jika selalu berusaha dan berdoa.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini bisa menjadi rujukan awal bagi peneliti lainnya yang tertarik melakukan penelitian mengenai BTA PPI secara kualitatif.

C. Kata Penutup

Puji syukur Alhamdulillah atas inayah dan hidayahNya, melalui lantaran para hambaNya, penelitian “Tingkat Stres Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Islam Angkatan 2017 Yang Belum Lulus Baca Tulis Al-Qur’an Dan Pengetahuan Dan Pengamalan Ibadah (BTA PPI)Di Fakultas Dakwah Iain Purwokerto” dapat peneliti selesaikan.

Dengan penuh kerendahan hati peneliti mohon maaf atas segala kekurangan dan kesalahan. Peneliti berharap kepada Alloh, semoga skripsi ini bermanfaat bagi diri peneliti, para pembaca, dan pihak-pihak yang terkait dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anoraga, Panji. 2009 “*Psikologi Kerja*” Jakarta, Rineka Cipta
- Ariyanto, Eko April. 2015 “Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Stress pada Remaja di Lapas Anak Blitar” *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 4, No. 01, Januari 2015 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya
- Azwar. Saifudin, 1998 “*Metode Penelitian*”, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Broto, Henricus D.F.C. 2016 “Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi (Studi Kasus pada Satu Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma)”, *Skripsi*, Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Kependidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Yogyakarta
- Bungis, Burhan. 2005 “*Metodologi Penelitian Kuantitatif Komunika, Ekonomi, Dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*” Jakarta: Kencana
- Burhanudin, Enjang et. al., 2017 “*Pedoman Penyusunan Tes BTA-PPP*” Purwokerto, Institut Agama Islam Negri (IAIN) Purwokerto
- Burhanudin. Undang, Lilis Halimah, 2019 “Sikap Siswa Terhadap Proses Pembelajaran Kitab Safinatunnaja BAB Salat Hubungan Dengan Pengamalan Ibadah Solat Mereka” *Jurnal Atthulab*, Vol. IV, No. 1 tahun 2019 Jurusan Pendidikan Agama Islam, FTIK UIN Sunan Gunung Djati, Bandung
- Cristyanti. Dika, et al. 2010 “ Hubungan Antara Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya” *Jurnal Insan* Vol. 12 No. 03, Desember 2010 Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah, Surabaya
- Dewanti, Dhea E. 2016. “Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Bidikmisi dan Non Bidikmisi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negri Yogyakarta” *Skripsi*. Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Dewantono, 2011 “*Jago Ngemil Tapi Langsing*” Jogjakarta, FlashBooks
- Dewi, Mahargyantari P. 2009 “Studi Metaanalisis: Musik Untuk Menurunkan Stres” *Jurnal Psikologi*. Vol. 36, No. 2, Desember 2009 Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, Depok

- Djaali & Pudji Muljono, 2007 “*Pengukuran dalam Bidang Pendidikan*” Jakarta; Universitas Negri Jakarta
- Dwiastuti. Rini, 2017 “*Metode Penelitian Sosial Ekonomi Pertanian*” Malang, UB Press
- Fitri, Azizah Musliha. 2013, “Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Kerja pada Karyawan Bank (Studi Pada Karyawan Bank BMT)” *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 2, No. 1. tahun 2013 FKM UNDIP, Semarang
- Fu’adi, Isky Fadli, dkk, “ Hubungan Munat Berwirausaha dengan Prestasi praktik Kerja industri Siswa Kelas XII Tekni Otomotif SMK Negri 1 Adiwerna Kabupaten Tegal Tahun Ajaran 2008/2009” *Jurnal PTM* Vol. 9, No. 2 desember 2009 Profi Pendidikan Teknik Mesin, Universitas Semarang, Semarang
- Gaol, Nasib T.L. 2016 “Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional”, *Jurnal Buletin Psikologi* Vol. 24, No. 1. Tahun 2016 Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Jogjakarta
- Gulo, W. 2000 “*Metodologi Penelitian*”, Grasindo, Jakarta
- Isna, Alizar & Wardo. 2013 “*Analisis Data Kuantitatif*” Purwokerto STAIN Press,
- Juita P, Linda, Hendro Bidjuni, dkk. 2015 “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT” *EJOURNAL Keperawatan (e-Kp)* Vol. 3. No. 2 tahun 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, Manado
- Looker, Terry. dan Olga Gregson, 2005 “*Managing Stress Mengatasi Stres Secara Mandiri*”, Penerjemah Haris Setiawan, BACA baca buku, buku baik, Yogyakarta.
- Maryati, Ku dan Juju Suryawati, 2006 “*Sosiologi untuk SMA dan MA Kelas XII*” Jakarta; Esis
- Meliyawati, 2016 “*Pemahaman Dasar Membaca*” Yogyakarta: Deepublish
- Muchson, “*Statistik Deskriptif*” Indonesia buku online; Guepedia
- Muhaemin, 2006 “*Al-qur’an dan Hadits Buku pelajaran Al-Qur’an dan hadis untuk kelas VII Madrasah tsanawiyah*” Bandung, Grafindo Media Pratama

- Mulyodiharjo. Sumartono, 2010 *"The Power of Communication "* Jakarta. Gramedia
- Musianto, Lukas S. 2002 "Perbedaan Pendekatan Kualitatif dengan Pendekatan Kuantitatif dalam Metode Penelitian" *Jurnal Manajemen & Kewirausahaan* Vol. 4, No. 2, tahun 2002 Universitas Kristen Petra, Surabaya
- Nova, Dwi Ispriyanti, 2012 " Analisis Tingkat Stress Wanita Karir Dalam peran Gandanya Dengan Regresi Logistik Ordinal (Studi Kasus pada Tenaga Kerja Wanita di RS. Mardi rahayu Kudus)" *Jurnal Media Statistika*, Vol. 5, No. 1, Juni 2012, Prodi Statistika FSM ,Universita Diponegoro, Semarang
- Nurjanah. Dian Eka, Hermansyah, & Nur E., 2014 " Pengaruh Terapi Kognitif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa" *Jurnal Media Kesehatan* Vol. 7 No. 1, Februari 2014 Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu, Jurusan Keperawatan, Bengkulu.
- Olivia. Feni, 2008 *"Tools For Study Skills Teknik Membaca Efektif Dengan Ketrampilan Membaca Formula"*. Jakarta, Elex Media Komputindo
- Panduan Akademik IAIN Purwokerto 2015-2016, Purwokerto ; STAIN Press
- Permana, Chandra Aji. 2013 "Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Stres pada Lansia Andropause di Gerbang Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember" *Skripsi*. Program Studi Keperawatan Universitas Jember, Jember.
- Purwati, Susi. 2012" Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 fakultas Ilmu keperawatan Universitas Indonesia" *Skripsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Depok
- Rahmi, Nuzulul. 2013, "Hubungan Tingkat Stres dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Banda Aceh Jurusan Kebudayaan" Poltekkes Kemenkes NAD TA. 2011/2012, *Jurnal Ilmiah STIKes U'Budiyah* Vol.2, No. 1, Maret 2013 STIKes U'Budiyah, Banda Aceh
- Rochman, Kholil Lur. 2010 *"Kesehatan Mental"* Purwokerto, STAIN Press
- Simamora. Bilson, 2005 *"Analisis Multivariat Pemasaran"*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta

- Simbolon, Iduul. 2015 “Gejala Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Akibat Sistem Belajar Blok Di Fakultas Ilmu Keperawatan X Bandung”, *Jurnal Skolastik Keperawatan* Vol. 1, No. 1 Jan – Jun 2015 Bandung, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia, Bandung
- Siyoto, Sandu. & M. Ali Sodik, 2015 “ *Dasar Metodologi Penelitian*” Yogyakarta; Literasi Media Publishing
- Stokes, Jane. 2006 “*How To Do Media Amd Curtural Studies : Paduan Untuk Melaksanakan Penelitian Dalam Kajian Media dan Budaya* “, Penerjemah: Santi Indra Astuti; Penyunting: Wendratama, Yogyakarta: Bentang
- Sunaryo, 2002 “*Psikologi Untuk Keperawatan*” Jakarta, Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Suryabrata. Sumanardi, 2011 “*Metodologi Penelitian*”, Jakarta: Rajawali Press
- Sutjipto. Margareth, G. D Kondou, A. A. T. Tucunan, 2015 ”Hubungan Faktor Internal Dan Eksternal Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unuversitas Sam Ratulangi Manado” *Jurnal JIKMU*, Vol. 5, No. 1 Januari 2015, Manado, Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado
- Suwartika, Ira, dan Agus Nurdin, Edi Ruhmadi, 2014 “Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi D III Keperawatan Cirebon Poltekes Kemenkes Tasikmalaya”, *Jurnal Keperawatan Sudirman (The Sudirman Journal of Nursing)*, Vol 9, No.3 Juli 2014 Cirebon, Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya, Cirebon
- Tampomas, Husein. 2003 “*Sukses Ulangan dan Ujian sistem Persamaan Linear Statiistika*” Grasindo, Jakarta
- Umar, Husein. 2003 “*Metode Riset Bisnis*” Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- Wiyanto. Asul, Mustakim. 2012 “ *Panduan Karya Tulis Guru Penulisan Karya Yang Bernilai Angka Kredit Untuk Sertifikasi Dan Kenaikan Pangkat*” Yogyakarta: Pustaka Gratama
- Wulandari, Resti Putri. 2012 Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Tidur pada Mahasiswa Skripsi di Salah Satu Fakultas Rumpun Science-Technology UI *Skripsi*. Jurusan Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Depok.