

**HUBUNGAN KEMAMPUAN PEMAHAMAN AGAMA
DENGAN LEVEL STRES PEDAGANG PASAR ZAIK
BITINGAN KUDUS PADA MASA PENERAPAN PPKM
DARURAT**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

SAIDATUR ROSIDAH

NIM : 1804046059

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2022

**HUBUNGAN KEMAMPUAN PEMAHAMAN AGAMA
DENGAN LEVEL STRES PEDAGANG
PASAR ZAIK BITINGAN KUDUS PADA MASA
PENERAPAN PPKM DARURAT**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh :

SAIDATUR ROSIDAH

NIM : 1804046059

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2022

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Saidatur Rosidah
NIM : 1804046059
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Judul Skripsi : Hubungan Kemampuan Pemahaman Agama
dengan Level Stres Pedagang Pasar Zaik
Bitingan Kudus pada Masa Penerapan PPKM
Darurat

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada suatu perguruan tinggi manapun. Dan dalam pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini atau disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 10 Agustus 2022

Pembuat Pernyataan,

Saidatur Rosidah

NIM : 1804046059

**HUBUNGAN KEMAMPUAN PEMAHAMAN AGAMA DENGAN
LEVEL STRES PEDAGANG PASAR ZAIK BITINGAN KUDUS
PADA MASA PENERAPAN PPKM DARURAT**

SKRIPSI



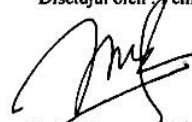
Diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata I (S1)
dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Oleh:

SAIDATUR ROSIDAH
NIM 1804046059

Semarang, 26 September 2022

Disetujui oleh Pembimbing I



Drs. H. Nidloma Ni'am, MA

NIP. 19580809 199503 1 001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
WALISONGO SEMARANG**

Alamat: Jl. Prof. Dr. Hamka (kampus II) Ngaliyan Semarang 50185
Telp. (024)7604554 Fax. (024) 7601293 Website: <http://www.walisongo.ac.id>

PENGESAHAN

Skripsi Saudari Saidatur Rosidah NIM 1804046059 telah di munaqasahkan oleh dewan penguji skripsi Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada :

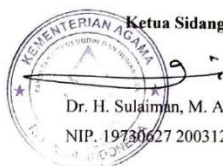
Hari, tanggal : Senin, 26 September 2022

Dan diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana dalam ilmu ushuluddin dan humaniora.

Sekretaris Sidang

Royanulloh, M. Psi.T
NIP. 19881219 201801 10001

Ketua Sidang



Dr. H. Sulaiman, M. Ag
NIP. 19730627 200312 1 003

Penguji I

Fitriyati, S.Psi., M.Si.
NIP. 19690725 200501 2 002

Penguji II

Ernawati, S.Si., M. Stat
NIP. 199310062019032025

Dosen Pembimbing

Drs. H. Nidlomun Ni'am, MAg
NIP. 19580809 199503 1 001

HALAMAN MOTTO

هَذَا بَصَائِرُ لِلنَّاسِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّقَوْمٍ يُوقِنُونَ

“Ini (Al-Qur’an) adalah pedoman bagi manusia, petunjuk, dan rahmat bagi kaum yang meyakini(-nya).” (QS. Al-Jasiyah : 20)

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۗ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.” (QS. Ar-Ra’d : 28)

TRANSLITERASI ARAB LATIN

Transliterasi dimaknai dengan pengubahan huruf dari abjad satu ke abjad lain. Transliterasi Arab-Latin adalah pengubahan huruf Arab dengan huruf Latin beserta perangkatnya. Pada penulisan ini, pedoman Transliterasi Arab-Latin, berpedoman pada keputusan Menteri Agama dan Menteri Departemen Pendidikan Indonesia Nomor : 15 Tahun 1987, dan 0543b/U/1987. Berikut penjelasannya secara berurutan :

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Tsa	ṣ	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De

ذ	Zal	Ẓ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra'	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Shad	ṣ	Es (dengan titik di bawah)
ض	Dhad	ḍ	De (dengan titik di bawah)
ط	Tha	ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Dha	ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain'	Koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El

م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, sebagaimana vokal bahasa Indonesia, mencakup atas vokal tunggal serta vokal rangkap.

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab berlambang tanda ataupun harakat. Transliterasinya adalah :

كتب dibaca kataba

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab berlambang kombinasi harakat beserta huruf, transliterasi lain berbentuk kombinasi huruf, yakni :

كيف dibaca kaifa

3. Maddah

Maddah atau huruf vokal panjang berlambang harakat beserta huruf, transliterasinya berbentuk huruf beserta tanda, contoh :

يقول dibaca yaqūlu

4. Ta Marbutah

Transliterasinya memakai :

- a. Ta marbutah yang mati ataupun berharakat sukun, transliterasinya ah.

Contoh : طلحة dibaca ṭhalhah

Dalam kata yang berakhiran ta marbutah disertai kata dengan kata sandang al dan bacaan kedua kata tersebut dipisah, ta marbutah ditransliterasi dengan h.

Contoh : روضة الاطفال dibaca rauḍat ul aṭfal

5. Syaddah

Syaddah dikenal juga dengan tasydid pada sistem tulisan Arab dilambangkan tanda syaddah pada transliterasi disimbolkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang bertanda syaddah. Misalnya :

ربنا dibaca rabbanā

6. Kata Sandang

Transliterasi kata sandang dibagi menjadi dua yakni :

a. Kata sandang disertai huruf syamsiah

Kata sandang ini ditransliterasi serasi dengan bunyinya, yakni huruf yang sama dengan huruf yang mengikuti kata sandang.

Contoh النور dibaca an-nūr

b. Kata sandang disertai huruf qamariah

Kata sandang disertai huruf qamariah ditransliterasi serasi dengan bunyinya.

Contoh : البلد dibaca al-balad

7. Hamzah

Tertuang pada halaman awal bahwasanya hamzah ditransliterasi dengan apostrof, tetapi digunakan pada hamzah yang berada pada bagian tengah ataupun akhir kata saja. Jika hamzah berada pada permulaan kata, maka tak disimbolkan sebab didalam penulisan arab berbentuk alif. Misalnya :

النوء dibaca an-nau'

شيء dibaca syai'un

8. Penulisan Kata

Setiap kata dasarnya ditulis terpisah dan hanya kata tertentu saja yang penulisannya telah lazim dirangkai dengan kata lain dalam penulisan huruf Arab. Karena adanya huruf ataupun harakat yang hilang, maka pada transliterasi penulisan kata ini dirangkai pula dengan kata yang mengikutinya. Contoh :

من استطاع اليه سبيلا dibaca manistaṭā'a ilaihi
sabila

9. Huruf Kapital

Pemakaian huruf kapital layaknya pada EYD, diantaranya : huruf kapital dipakai guna menuliskan huruf awal nama diri dan awal kalimat. Apabila nama diri didahului kata sandang, maka ditulis huruf kapital tetap huruf awal nama diri, bukan huruf awal kata sandang. Contoh :

وما محمد الا رسول dibaca wa mā Muhammadun illā
rasūl

10. Tajwid

Bagi orang yang menghendaki kefasihan dalam membaca, pedoman transliterasi ini ialah bagian yang tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Maka pedoman transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini perlu adanya pedoman tajwid.

UCAPAN TERIMAKASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji bagi Allah SWT Sang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, atas segala limpahan rahmat serta anugerah-Nya penulis mampu merampungkan skripsi yang berjudul, “Hubungan Kemampuan Pemahaman Agama dengan Level Stres Pedagang Pasar Zaik Bitingan Kudus Pada Masa Penerapan PPKM Darurat”. Shalawat beserta salam semoga senantiasa tercurahkan pada Nabi Muhammad SAW. yang menjadi tauladan untuk insan.

Pada perampungan skripsi ini, penulis sadar akan banyaknya kekurangan serta jauh dari kesempurnaan. Penulis berharap agar skripsi yang telah disusun dapat kebermanfaatannya terkhusus bagi penulis sendiri serta bagi pembaca pada umumnya. Penulis memperoleh banyak wujud dukungan dan bimbingan yang berarti dari berbagai aspek hingga mampu merampungkan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengungkapkan rasa terimakasih yang sebanyak-banyaknya pada :

1. Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Dr. Hasyim Muhammad, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang telah menyetujui penyusunan skripsi.

3. Ibu Fitriyati, S.Psi., M.Si, Psikolog selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang dan Bapak Ulin Ni'am Masruri, Lc.,M.A selaku Sekertaris Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang yang telah membimbing dan mengarahkan penulis dalam banyak permasalahan terkait dengan skripsi yang dihadapi penulis, hingga penulis lancar dalam pengerjaan skripsi.
4. Bapak Drs. Nidlomun Ni'am M.Ag., selaku Dosen Pembimbing yang bersedia menyempatkan waktu, tenaga, serta pikiran guna memberi bimbingan, arahan, serta motivasi terus menerus pada penulis dalam proses penyusunan skripsi.
5. Ibu Dr. Hj. Arikhah, M.Ag., selaku Wali Dosen yang telah memberi pendampingan, arahan, motivasi, serta nasehat pada penulis mulai awal masa kuliah hingga akhir masa kuliah.
6. Ibu Ernawati, M.Stat., selaku Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo yang bersedia menyempatkan waktu guna membimbing, mengarahkan serta memberi motivasi penulis saat olah data statistika skripsi.
7. Para dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo, yang telah memberikan begitu banyak ilmu pengetahuan dan pengalaman pada penulis selama masa perkuliahan.
8. Bapak Purnomo selaku Kepala Pasar Bitingan Kudus serta ibu Nur Hasanah selaku Wakil Kepala Pasar Bitingan Kudus yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian skripsi penulis,

serta pada 39 orang partisipan yang telah menyempatkan waktu, tenaga, serta pikirannya dalam membantu penulis.

9. Bapak Noor Akhwan, Ibu Mastu'ah dan Bulek Mahmudah yang senantiasa memberi dukungan, kasih sayang, motivasi, beserta do'a yang senantiasa membersamai penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
10. Adik-adikku, Noor Hakim, Muhammad Amiruddin Haq, Ihsanuddin Zuhdi, dan Safana Khoiro Wilda yang menemani hari-hari penulis, memberikan dukungan, keceriaan, dan melepas penat dikala suntuk.
11. Seluruh teman angkatan 2018 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, terspesial untuk kawan-kawanku Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi kelas TP-B, teman-teman KKN RDR 77 Kelompok 28.
12. Bapak Wahyu dan Ibu Linda selaku pemilik kos D1 Perumahan Bank Niaga, teman-teman dan adik-adikku kos D1A Perumahan Bank Niaga, Nisa, Habyta, Ayu, Tyas, Mba Yaya, Rozika, Milda, Eliza, Rini, Nafa, terimakasih telah hadir dan memberi motivasi, memberi kehangatan layaknya keluarga di tanah perantauan.
13. Sahabat sejiwaku, Nur Afiya Nanda, sahabat masa SMA-ku, Romneya, Venny, Kartika, Salma. Sahabatku semasa kuliah satu tahun IAIN Kudus, Syafi'atun Najah, Khoirun Nisa', dan Orsita Nurul Hidayah, serta teman masa kecilku, Matsna Ainul Hikmah Pratiwi dan Laila Firdos, yang juga tengah

berjuang dengan skripsinya, yang telah menemani penulis, mendengarkan seluruh keluh kesah, menjadi penyemangat, memotivasi, teman ambis, dan segalanya bagi penulis.

14. Member-member acara *Reality Show* Korea “Running Man”, yang menjadi hiburan, penyemangat, dan pelarian terbaik penulis saat membutuhkan hiburan, member K-pop group “Pentagon” yang lagu-lagunya selalu menjadi penyemangat dan teman penulis dalam mengerjakan skripsi.
15. Pada seluruh pihak yang membantu baik langsung ataupun tidak langsung, baik berupa dukungan moral ataupun material dalam penyusunan skripsi ini.

Kepada mereka semua, penulis hanya dapat mengungkapkan ucapan terima kasih serta do’a terbaik untuk mereka. Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum dapat dikatakan sempurna, namun harapan penulis agar penelitian yang dilakukan bermanfaat untuk ilmu pengetahuan, pembaca, serta masyarakat luas.

Semarang, 10 Agustus 2022

Penulis,

Saidatur Rosidah

NIM : 1804046059

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
DEKLARASI KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
TRANSLITERASI ARAB LATIN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	xii
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
ABSTRAK	xxi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Pokok Masalah	11
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian.....	11
E. Tinjauan Pustaka	12
F. Sistematika Penulisan.....	16
BAB II KAJIAN TEORI	19
A. Kenaikan level stres.....	19
1. Makna stres	19
2. Hal yang dapat menimbulkan stres (stresor).....	21
3. Gejala yang Dapat Diamati pada Individu yang Sedang Mengalami Stres.....	25
B. Pemahaman agama	25

1.	Pengertian kemampuan pemahaman agama	25
2.	Dimensi kemampuan pemahaman agama.....	30
3.	Ciri dan karakteristik orang yang memiliki kematangan dalam beragama	33
4.	Manfaat dari seseorang yang memiliki pemahaman agama yang tinggi	34
C.	Hubungan tingkat kemampuan pemahaman agama terhadap kenaikan level stres	35
D.	Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III METODE PENELITIAN		41
A.	Tipe Penelitian.....	41
B.	Populasi dan Sampel Penelitian	42
C.	Variabel dan Definisi Operasional	44
1.	Variabel Penelitian.....	44
2.	Definisi Operasional Variabel	45
D.	Metode Pengambilan Data	53
E.	Teknik Analisa Data.....	55
1.	Data Instrumen.....	55
a)	Validitas Instrumen	56
b)	Reliabilitas Instrumen	59
2.	Uji Normalitas.....	62
3.	Uji Korelasi.....	63
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		65
A.	Kancah Penelitian.....	65
1.	Orientasi Kancah.....	65
2.	Persiapan Penelitian.....	66
a)	Persiapan Administrasi.....	66

b) Penyusunan Alat Ukur	67
B. Hasil Penelitian.....	68
1. Deskripsi Partisipan Penelitian	68
2. Karakteristik Partisipan.....	69
3. Tingkat Pemahaman Agama Partisipan	70
4. Tingkat Stres pada Partisipan	71
5. Hasil Uji Normalitas	72
6. Hasil Uji Korelasi	73
C. Pembahasan	75
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan.....	77
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	85

DAFTAR TABEL

Tabel 1 : <i>Blueprint</i> Skala Kemampuan Pemahaman Agama	47
Tabel 2 : Pembobotan Skor Kuesioner Kemampuan Pemahaman Agama	49
Tabel 3 : <i>Blueprint</i> level stres :	52
Tabel 4 : Pembobotan Skor Kuesioner Peningkatan Level Stres	53
Tabel 5 : Interval dari Kriteria Reliabilitas	61
Tabel 6 : Karakteristik Partisipan.....	69
Tabel 7 : Kemampuan Partisipan dalam Memahami Agama.....	71
Tabel 8 : Level Stres pada Partisipan.....	72
Tabel 9 : Hasil Uji Normalitas	73
Tabel 10 : Hasil Uji Korelasi	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Pernyataan dalam Kuesioner yang diedarkan pada partisipan	85
Lampiran 2. Uji Validitas dan Reliabilitas Angket	88
Lampiran 3 Hasil Uji Normalitas	92
Lampiran 4. Hasil Uji Korelasi	93
Lampiran 5 : Tabulasi Data.....	94
Lampiran 6 Dokumentasi	99

ABSTRAK

Selama pandemi covid-19 banyak aturan dan kebijakan baru yang ditetapkan oleh pemerintah guna menangani lonjakan kasus covid-19. Salah satunya adalah kebijakan PPKM Darurat Jawa-Bali yang diberlakukan mulai 3-20 Juli 2021 di seluruh daerah Jawa-Bali yang memiliki *assesment* level pandemi 3-4. Dalam aturan yang diterbitkan, salah satunya mengatur waktu operasional pasar tradisional, toko kelontong, dan supermarket yang dibatasi hingga pukul 20.00. Karena adanya aturan ini, Pasar Zaik Bitingan Kudus yang aktif malam hari mulai 15.00-23.00 WIB pun menjadi salah satu pasar tradisional yang terdampak. Kondisi ini bisa menjadikan *stressor* bagi diri pedagang. Untuk mengatasi *stressor* ini, individu membutuhkan *coping mechanism* dalam mengatasi stres pada dirinya. Mekanisme koping yang berdasar pada agama bisa menjadi salah satu cara bagi individu beragama dalam menangani stresnya. Agama berfungsi sebagai pengarah, sumber dukungan, dan harapan, lewat do'a, ritual dan keyakinan yang akan membantu individu dalam menghadapi stresnya. Kepasrahan, harapan, dan usaha ada karena keyakinan yang berlandaskan pemahaman agama serta iman pada Tuhan yang akan memunculkan ikatan antara hamba dengan Tuhannya sehingga individu akan menjadi individu yang tidak mudah menyerah dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Penelitian bertujuan untuk menguji hubungan antara kemampuan pemahaman agama dengan tingkat stres pada pedagang kaki lima pasar Zaik Bitingan Kudus pada masa penerapan PPKM darurat. Penelitian menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan 39 pedagang sebagai populasi penelitian dan menggunakan teknik sampling jenuh (*sensus*). Hasil penelitian mendapatkan angka hitung $-0,436$, yang diartikan bahwa kemampuan pemahaman agama memiliki korelasi cukup tinggi terhadap penurunan level stres pedagang kaki lima pasar Zaik Bitingan Kudus. Dengan simbol negatif yang menyatakan bahwa semakin tinggi kemampuan pemahaman agama pada partisipan, maka level stres akan menurun.

Kata kunci : PPKM Darurat, Pemahaman Agama, stres, Pasar Zaik Bitingan Kudus

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi merupakan wabah yang berjangkit serempak di banyak wilayah dan mencakup geografis yang luas. Pada akhir tahun 2019, dunia diguncang dengan munculnya suatu penyakit yang disebabkan oleh kemunculan suatu virus yang menyerang sistem pernafasan. Virus ini kemudian dinamakan dengan SARS-CoV-2. Infeksi penyebaran virus ini menjadi cepat menyebar hingga ke berbagai belahan dunia dalam waktu yang singkat. WHO pada bulan Maret 2020 menyatakan wabah ini sebagai pandemi karena penyebarannya yang masiv dan cepat secara global.

Pandemi yang disebabkan oleh *corona virus disease* (selanjutnya disebut covid-19) yang mulai ada sejak bulan desember 2019 hingga saat ini telah berkembang ke seluruh dunia dan telah menyebabkan banyak kerugian. Tak hanya kerugian material, tapi juga masalah psikologis yang menyertai. Kehidupan masyarakat seakan terhenti karena banyaknya aturan dan pembatasan yang disahkan dan diberlakukan oleh pemerintah, pusat ataupun daerah sendiri. Salah satu aturan yang disahkan dan diberlakukan adalah Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan

Masyarakat (PPKM) Darurat Jawa-Bali melalui komando Kementrian Dalam Negeri No. 15 Th. 2021.

Aturan PPKM Darurat diambil oleh pemerintah karena semakin masivnya penyebaran covid-19 dan kemunculan varian-varian baru virus covid-19 (*Kappa, Beta, Alpha, Omicron*) yang menyebabkan kian meningkatnya angka kasus terkonfirmasi covid-19 di Indonesia. Aturan dalam PPKM Darurat ini dinilai oleh masyarakat lebih ketat dan lebih mengatur daripada aturan-aturan yang telah disahkan sebelumnya. Pelaksanaan dari aturan PPKM Darurat ini juga diawasi dengan ketat hingga menambah bantuan personil, tidak hanya dari kalangan satgas covid, namun juga melibatkan polisi hingga TNI yang turut diterjunkan pada daerah yang tinggi kasus terkonfirmasi covid-19.

Adapun peraturan yang diterapkan adalah (1) Kegiatan perkantoran/tempat kerja 100% dari rumah, (2) Kegiatan Belajar Mengajar 100% daring, (3) Kegiatan di Pusat Perbelanjaan/Mal/Pusat Perdagangan dibatasi sementara, dengan catatan sektor esensial : 50% WFO dengan protokol kesehatan ketat, sektor kritikal : 100% WFO dengan protokol kesehatan ketat, supermarket, pasar tradisional, toko kelontong, dan pasar swalayan : jumlah pengunjung maksimal 50% dan operasional hingga 20.00, apotek serta toko obat : beroperasi 24 jam penuh. (4) Restoran boleh *delivery* atau *take away* saja, (5) Kegiatan konstruksi beroperasi 100% dengan protokol kesehatan ketat, (6) Aktivitas Ibadah dibatasi sementara, (7) Fasilitas Umum, kegiatan

seni/budaya, olahraga, sosial kemasyarakatan dibatasi sementara. (8) Transportasi umum kuota maksimal 70% dengan protokol kesehatan ketat, (9) Resepsi pernikahan dihadiri maksimal 30 orang dengan protokol kesehatan ketat, dengan catatan : tidak dibolehkan makan di tempat, makanan bisa disiapkan dengan wadah tertutup agar dapat dibawa pulang. (10) Perjalanan domestik menggunakan transportasi jarak jauh diperbolehkan, dengan catatan : memperlihatkan kartu vaksin (minimal dosis 1) dan PCR H-2 untuk pesawat dan antigen H-1 untuk transportasi lain (termasuk pesawat, bis, dan kereta api). (11) Masker harus dipakai ketika aktivitas di luar rumah, baiknya memakai masker rangkap (masker kain rangkap masker medis) pemakaian *face shield* tanpa masker tidak diperbolehkan.

Salah satu aturan PPKM Darurat yang diberlakukan adalah pengaturan mengenai waktu operasional supermarket, pasar swalayan, pasar tradisional dan toko kelontong hanya diperbolehkan beroperasi hingga pukul 20.00 dengan pelaksanaan protokol kesehatan yang ketat dan jumlah pengunjung maksimal 50% kapasitas. Hal ini tentu berdampak bagi para pemilik usaha kelontong, supermarket, swalayan, dan pedagang di pasar tradisional. Tak hanya berdampak pada penghasilan dan laba, namun juga bisa menjadi salah satu stressor bagi para usahawan terdampak.

Salah satu pasar tradisional yang terdampak yakni Pasar Zaik Bitingan Kudus. Pasar tradisional yang berlokasi di Jl. Mayor

Basuno, Cobowo, Ploso, Kec. Jati, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah ini merupakan bagian dari Pasar Bitingan Kudus yang memiliki waktu operasional pukul 16.00 WIB pada sore hari hingga pukul 23.00 WIB pada malam hari. Saat kebijakan PPKM Darurat dilaksanakan, maka secara otomatis waktu operasional Pasar Zaik Bitingan Kudus pun harus mengikuti aturan dalam PPKM darurat yakni hanya boleh beroperasi hingga pukul 20.00. Padahal, lumrahnya pasar tradisional yang buka pada malam hari, waktu-waktu mulai pukul 19.00 hingga pukul 21.00 adalah jam krusial dimana pasar akan banyak dikunjungi calon pembeli. Namun karena adanya aturan PPKM darurat ini, waktu operasional pasar menjadi terpankas dan akan berdampak pada sepiunya pengunjung pasar yang menjadikan turunnya *income* pedagang. Menurunnya penghasilan pedagang kaki lima Pasar Zaik Bitingan Kudus ini bisa menjadi salah satu keadaan yang menyebabkan stres (*stressor*) pada diri pedagang.

Stres merupakan reaksi pikiran (jiwa) dan tubuh (raga) terhadap situasi yang nyata ataupun dibayangkan. Situasi tersebut lebih sering disebut dengan *stressor*. *Stressor* biasanya berbentuk informasi yang muncul setiap saat dan disekitar kita. Banyak orang menganggap *stressor* sebagai masalah karena ketidaksiapan individu dalam menghadapi adanya perubahan baru yang terjadi secara drastis dalam hidup mereka. Munculnya perasaan khawatir, cemas, ataupun ketakutan berlebih dapat muncul jika individu bertemu kesulitan saat berhadapan dengan informasi yang

dipersepsi dapat membahayakan diri. Informasi inilah yang akan menjadi tekanan yang dapat menimbulkan masalah.¹

Mengutip dari Ann Jackman, dalam bukunya *How To Get Things Done : Kiat Sukses dalam Merealisasikan Rencana*, bahwa secara umum penyebab stres berasal dari empat sumber :

1. Penyebab stres situasional, yang asalnya dari situasi, lingkungan, serta budaya kontemporer, meliputi situasi tak diketahui atau tak diduga, perubahan, kegaduhan, pemberitaan media yang menekan, keadaan rumah yang buruk, terjebak dalam keadaan, serta beban kerja terlalu berat.
2. Kejadian penting di kehidupan, meliputi pernikahan, perceraian, hilangnya anggota keluarga, kelahiran anak, perpindahan rumah, penyakit serta problem ekonomi.
3. Penyebab stres yang dikarenakan individu lainnya, mencakup suasana tak nyaman di kantor atau rumah, dan rasa tak dimengerti
4. Penyebab stres pada diri, mencakup perfeksionis (ingin terus mencari kesempurnaan), ekspektasi pada diri sendiri, keinginan untuk mengendalikan, dan keinginan untuk diterima dan dicintai.²

¹ Mohammad Irsyad, *Hilangkan Stres dengan Terapi Hipno Ikhlas*, Penerbit Najah, Jogjakarta, Cetakan Pertama, 2012, h.48

² Ann Jackman, *How To Get Things Done: Kiat Sukses Merealisasikan Rencana*, Esensi, Jakarta, Cetakan Pertama, 2006, h.83

Salah satu faktor yang dapat mengakibatkan munculnya stres pada diri pedagang karena penerapan aturan PPKM darurat termasuk dalam faktor stres situasional, karena adanya aturan-aturan yang disahkan oleh pemerintah yang membatasi diri pedagang, serta stres pedagang karena tak mampu memenuhi kebutuhan ekonomi keluarganya yang disebabkan oleh menurunnya penghasilan yang didapat, atau bahkan tidak mendapatkan penghasilan sama sekali.

Mengutip dari katadata.co.id, Ngadiran, Wakil Ketua Asosiasi Pedagang Pasar Seluruh Indonesia menyatakan bahwa semenjak penerapan aturan PPKM darurat, penghasilan pada keperluan sehari-hari menurun 40-50%, sementara omzet keperluan non-harian semacam pakaian, aksesoris serta lainnya menurun hingga 80%, menurutnya, banyak pedagang yang tidak berjualan sementara ini bukan dikarenakan terlambatnya penyaluran komoditas atau bahan pokok, namun disebabkan sepiya kunjungan pasar serta pendapatan menjadi kurang. Pedagang mengatakan bahwa ongkosnya habis untuk sekedar bolak-balik pasar namun tidak ada pemasukan karena pasar sepi.³ Para pedagang mengeluh tentang pemasukan yang sedikit semenjak pandemi covid-19, dengan peraturan PSBB, lalu ditambah dengan aturan baru PPKM Darurat. Namun para

³ Cahya Puteri Abdi Rabbi (2021), *Terdampak PPKM Darurat, Omzet Pedagang Pasar Turun Hingga 80%*, retrieved on 8 September 2021 from <https://katadata.co.id/safrezifitra/berita/60e57b5d36dd2/terdampak-ppkm-darurat-omzet-pedagang-pasar-turun-hingga-80>

pedagang tetap wajib bayar sewa untuk lapak berdagangnya, sementara pemasukan menurun atau bahkan benar-benar tidak ada pemasukan.⁴

Banyaknya peraturan yang dikeluarkan oleh pemerintah dan penerapannya yang diketatkan ini menimbulkan keadaan baru pada masyarakat. Masyarakat dituntut untuk dapat beradaptasi dengan keadaan dan seluruh batasan-batasan yang diciptakan oleh seperangkat aturan baru. Mengatasi tekanan-tekanan yang timbul oleh keadaan baru dan menangani *stressor-stressor* yang sangat mungkin untuk muncul pada keadaan ini. Berat atau ringan dampak stres yang timbul bergantung pada kemampuan individu dalam menghadapi stres, ketahanan emosional, spiritual, serta kedewasaan individu. Achdiat Agus, menyatakan satu dari sekian dampak stres adalah ketidakberdayaan yang mengarah pada putus asa dan terpuruk secara fisik ataupun mental yang menimbulkan depresi.

Setiap orang memiliki caranya tersendiri dalam membantu dirinya keluar dari segala permasalahan yang menimpa dirinya. Termasuk dalam mengatasi tekanan dan *stressor* yang muncul karena pandemi covid-19. Salah satunya lewat *coping* religius didasarkan konsep hubungan individu dengan Tuhannya. Agama

⁴ Fathyah Rahmaniah (2021), *Curhat Pedagang Kaki Lima di Area Pasar Beringharjo Yogyakarta Soal Dampak PPKM Darurat*, retrieved on 8 September 2021 from <https://yoursay.suara.com/news/2021/07/06/065845/curhat-pedagang-kaki-lima-di-area-pasar-beringharjo-yogyakarta-soal-dampak-ppkm-darurat>

sebagai pegangan hidup manusia dan dapat berfungsi sebagai pemberi arahan/bimbingan pada individu, dukungan, serta harapan. Melalui do'a, ritual serta keyakinan dalam ajaran agama akan membantu individu coping ketika tengah menghadapi stres akan hidup, sebab karena harapan serta rasa nyaman.⁵

Koping religius tidak dapat dilaksanakan ketika individu tidak memiliki pemahaman dan penghayatan pada ajaran agama yang dimiliki. Keyakinan pada diri individu bahwa Tuhan akan membantunya keluar dari masalah yang sedang dialami tentunya tidak akan muncul ketika individu memiliki tingkat pemahaman agama yang rendah atau bahkan tidak percaya pada kekuatan Tuhan. Kepasrahan, harapan, dan usaha yang dilakukan individu muncul karena adanya keyakinan yang didasari dengan keyakinan dan pemahaman agama serta iman dan percaya akan kekuatan Tuhan sehingga muncul adanya keterikatan antara hamba dengan Tuhannya dan dapat menjadi sumber kekuatan positif individu untuk dapat meyakinkan dirinya keluar dari masalah yang sedang dihadapi.

Prinsip dari orang yang beragama adalah adanya intelegensi yang lebih besar dari manusia, yaitu Tuhan, dzat yang menciptakan manusia. Pemaknaan dan persepsi individu terhadap kejadian ataupun *stressor* mampu berpengaruh pada kondisi jiwanya. Guna dapat mencerna hal ini, maka digunakan *coping mechanism*

⁵ Ratna Supradewi, "Koping Religius dan Stres pada Guru Sekolah Islam", *PSISULA*, Vol 1, September 2019, h.152

(mekanisme dalam menghadapi perubahan ataupun *stressor*). Jikalau *coping mechanism* berhasil, *stressor* diubah menjadi *eustress*, yang akan menjadi motivasi untuk mencapai tujuan. Jikalau *coping mechanism* tak berhasil, *stressor* diubah menjadi *distress*, dan menimbulkan gangguan fisik maupun psikis.⁶

Menurut Glock dan Stark, dimensi religiusitas mencakup lima dimensi (1) keyakinan (*ideological*), (2) praktek ibadah (*ritualistic*), (3) pengalaman atau penghayatan keagamaan (*experiential/feeling*), (4) pengetahuan keagamaan (*intellectual*), serta (5) pengamalan agama (*quensequential*). Keyakinan dikaitkan pada sejauh mana individu berpegang pada keyakinan agama dan mengakui kebenaran doktrinnya (terutama doktrin dogmatis dan fundamental) misalnya keyakinan pada Tuhan, hari akhir, adanya surga maupun neraka. Praktek ibadah terdiri atas penyembahan, kepatuhan, serta perihal yang dilaksanakan individu yang mana hal itu menunjukkan komitmennya pada agama. Ditunjukkan melalui seberapa taat seseorang dalam melaksanakan kewajiban agama, contohnya shalat, puasa, melaksanakan haji, dzikir, dan ibadah lain.

Pengalaman atau penghayatan merujuk pada sejauh mana individu merasakan perasaan dan pengalaman religius dalam kehidupannya. Seperti adanya rasa tenang setelah melakukan

⁶ Siti Nur Khalifah & Nurul Latifah, "Religiopsikoneuroimunologi Al Qur'an (Studi Kolaborasi Terapi Al Qur'an dan Fungsi Otak dalam Menghadapi Stres)", *Buletin Psikologi*, Volume 18 No. 1, Desember 2010, h.25

shalat. Perasaan ini salah satu fungsinya adalah motivasi diri, dan tidak ada perasaan yang diinginkan bisa saja dirasa sebagai kesusahan, sehingga memotivasi individu mencari agama untuk memenuhi perasaan itu, misal, kurangnya kebermaknaan hidup seseorang dapat menggerakkannya ke dalam agama, dengan harapan di dalam agama tersebut seseorang dapat menemukan apa yang dicari.

Pengetahuan dikhususkan pada sejauh mana individu memiliki pengetahuan mengenai agama yang dianut dan kegiatan untuk menambah pengetahuan agamanya itu. Misalnya mengaji, ikut dalam kajian agama, atau membaca buku keagamaan. Pengamalan mengukur sejauh mana perilaku individu dipengaruhi oleh ajaran agama atau kesesuaian perilaku dengan ajaran agama, misal tidak mencuri karena takut berdosa, tidak berjudi, dan tidak meminum alkohol.⁷

Berangkat dari latar belakang diatas peneliti tertarik meneliti bagaimana hubungan pemahaman agama dengan level stres Pedagang Pasar Zaik Bitingan Kudus pada masa penerapan PPKM Darurat.

⁷ Ira Darmawanti, "Hubungan Antara Tingkat Religiusitas dengan Kemampuan dalam Mengatasi Stres (*Coping Stress*)", *Jurnal Psikologi: Teori & Terapan*, Volume 2 No. 2, pebruari 2012, h.103

B. Pokok Masalah

Berdasar pada latar belakang yang telah dirumuskan, pokok permasalahan yang diangkat pada penelitian ini adalah apakah ada korelasi antara kemampuan pemahaman agama dengan level stres pada pedagang kaki lima Pasar Zaik Bitingan Kudus pada masa penerapan PPKM Darurat.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian yang dilakukan bertujuan guna meneliti korelasi dari variabel kemampuan pemahaman agama dengan level stres pada pedagang kaki lima Pasar Zaik Bitingan Kudus pada masa penerapan PPKM Darurat.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian memiliki dua manfaat yaitu manfaat secara teoritis dan praktis :

a) Manfaat Teoritis

Penelitian diharap mampu memberi sumbangan bagi perkembangan ilmu psikologi dan psikologi islam, utamanya dalam hubungan mengenai kemampuan pemahaman agama dengan level stres yang dilatarbelakangi oleh situasi tertentu.

b) Manfaat Praktis

Menjadi masukan serta evaluasi bagi pemerintah setempat dalam mengkaji kebijakan, menimbulkan kesadaran akan kesehatan mental pada masyarakat terutama pada tingkat stres dan menawarkan solusi dalam menanggulangnya yaitu meningkatkan wawasan keagamaan.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka ditujukan untuk mendapat materi komparasi serta sebagai referensi. Selain hal tersebut, guna menghindar dari kesamaan opini dengan penelitian yang dilakukan. Maka dari hal tersebut peneliti memuat hasil dari penelitian terdahulu sebagai berikut :

1. Hasil penelitian oleh Nurussakinah Daulay (2020)

Penelitian yang dilakukan oleh Nurussakinah Daulay pada tahun 2020 yang berjudul “Koping Religius dan Kesehatan Mental Selama Pandemi Covid-19: Studi Literatur”. Penelitian menggunakan metode studi literatur. Dari berbagai penelitian, dibuktikan bahwa koping religius dibuktikan memiliki kontribusi positif pada proses pemaknaan hidup dengan banyak metode berbeda, seperti : 1) memberi dukungan dalam rangka minimalisir stres; 2) menumbuhkan resiliensi; 3) ibadah keagamaan menambah ketenangan diri serta kesehatan mental; 4) menambah kemampuan pengelolaan emosi negatif; 5) makin

melekatkan dirinya dengan Tuhannya lewat ritual keagamaan.

2. Hasil penelitian oleh Abdul Fakhri, Swelen Ohara, Vira Meilinda, dan Ayu Putri (2020)

Penelitian dilakukan oleh Abdul Fakhri dkk (2020) yang berjudul “Ritual Ibadah sebagai Upaya Penurunan Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19”, menggunakan metode penelitian kualitatif. Penelitian bertujuan untuk meneliti apakah ritual ibadah yang dilakukan seorang individu berpengaruh pada penurunan kecemasan di saat pandemi covid-19. Pada penelitian dibahas mengenai kecemasan yang dirasa masyarakat akibat pandemi covid-19. Menghasilkan bahwa dua subjek yang merasakan bahwa ketika subjek berpuasa, maka mereka mendapati turunnya kecemasan, merasa semakin aman, tenang, dan merasa dilindungi Allah SWT.⁸

3. Hasil penelitian oleh Sulis Winurini (2019)

Sulis Winurini (2019) melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Religiusitas dan Kesehatan Mental pada Remaja Pesantren di Tabanan”. Menggunakan metode kuantitatif desain *one shot* study populasinya adalah remaja

⁸ Abdul Fakhri, Swelen Ohara, Vira Meilinda, dan Ayu Putri, “Ritual Ibadah sebagai Upaya Penurunan Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19”, *Psisula*, Vol. 2, November 2020, h.413

umur 12-17 tahun di pesantren Kabupaten Tabanan. Hasil menunjukkan nilai korelasi skor religiusitas dan skor kesehatan mental pada responden menjelaskan terdapat hubungan positif dan signifikan antara nilai religiusitas dengan nilai kesehatan mental pada remaja pesantren. Religiusitas memiliki bagian sebesar 9,61% dalam menjelaskan kesehatan mental, dan sisanya karena faktor lainnya. Hasil lainnya dari penelitian menerangkan bahwasanya di antara dimensi kesehatan mental, religiusitas mempunyai hubungan positif dan signifikan hanya dengan kesejahteraan sosial. Artinya semakin tinggi tingkat religiusitas remaja pesantren, maka semakin tinggi pula dimensi kesejahteraan sosialnya, dan sebaliknya.⁹

4. Hasil penelitian oleh Rofiqoh Laili (2018)

Rofiqoh Laili (2018) pada skripsinya meneliti tentang “Pengaruh Religiusitas terhadap Stres pada Mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta”. Menggunakan metode kuantitatif dengan populasi semua mahasiswa aktif di Universitas Negeri Jakarta, dengan 340 orang mahasiswa sebagai sampel. Instrumen yang digunakan adalah skala stres dan The Centrality of Religiosity Scale dalam menghitung religiusitas. Hasil analisis regresi menyatakan adanya

⁹ Sulis Winurini, “Hubungan Religiusitas dan Kesehatan Mental pada Remaja Pesantren di Tabanan”, *Aspirasi*, Vol. 10 No.2, Desember 2019, h.139

pengaruh negatif dan signifikan dari religiusitas terhadap stres mahasiswa, artinya ketika tingkat religiusitas mahasiswa kian tinggi maka tingkat stres mahasiswa akan kian rendah atau sebaliknya. Religiusitas berkontribusi sebesar 7.8% terhadap stres pada mahasiswa.¹⁰

5. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Solikhatul Febriyani (2021)

Solikhatul Febriyani (2021) melakukan penelitian Skripsi berjudul “Resiliensi Pedagang Kaki Lima di Tengah Pandemi (Studi Kasus pada Pedagang Kaki Lima di sekitar IAIN Purwokerto)”, menggunakan metode penelitian studi kasus, tujuannya adalah untuk mengetahui gambaran dari resiliensi pedagang kaki lima di tengah pandemi covid-19 yang berada di sekitar IAIN Purwokerto. Gambaran yang disimpulkan dari penelitian ini ialah partisipan berkemampuan mengatur emosi, bersyukur pada kondisi, tak gampang untuk berputus akal, mampu mengatasi problem, peduli pada individu lain, mempunyai keyakinan, dan impian serta arah hidup.¹¹

¹⁰ Rofiqoh Laili, Pengaruh Religiusitas terhadap Stres pada Mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta”, *Skripsi S1*, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, 2018, h.vi

¹¹ Solikhatul Febriyani, Resiliensi Pedagang Kaki Lima di Tengah Pandemi (Studi Kasus pada Pedagang Kaki Lima di sekitar IAIN Purwokerto), *Skripsi S1*, Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, 2021, h.vi

F. Sistematika Penulisan

Agar penyajian data utuh dan menyeluruh, penulisan ini disusun dengan urutan:

Bab pertama, ialah pendahuluan akan menguraikan mengenai latar belakang masalah, pokok masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, penelitian yang relevan serta sistematika penulisan.

Bab kedua, merupakan kajian teori yang dijadikan dasar dari permasalahan yang diteliti. Meliputi teori mengenai level stres, teori mengenai pemahaman agama, teori keterkaitan antara pemahaman agama dengan level stres, serta membahas pula hipotesis penelitian.

Bab ketiga, berisikan uraian desain penelitian yang dipakai, mencakup desain penelitian, populasi serta sampel penelitian, identitas variabel, definisi operasional variabel, cara pengambilan data, serta teknik yang dipakai menganalisa data.

Bab keempat, berisi uraian hasil perhitungan dengan menggunakan software *SPSS Statistics* ver. 25 dan *Microsoft Excel* dan pembahasan dari penelitian yang dilakukan. Meliputi pembahasan mengenai kancan penelitian, persiapan penelitian berupa perencanaan administrasi serta alat ukur. Pembahasan mengenai hasil penelitian meliputi deskripsi partisipan penelitian, karakteristik partisipan, pembagian tingkat pemahaman agama

partisipan dan tingkat stres yang dialami partisipan. Pembahasan hasil dengan uji normalitas dan uji hipotesis penelitian.

Bab kelima, berisi simpulan penelitian yang usai dilaksanakan serta uraian saran oleh peneliti terhadap peneliti sendiri maupun bagi peneliti setelahnya yang menginginkan mengembangkan atau meneliti judul atau teori serupa.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kenaikan level stres

1. Makna stres

Stres adalah kata yang sering diucapkan oleh orang ketika mengalami ketegangan atau menghadapi masalah. Bagi orang yang memiliki pandangan negatif, stres dianggap sebagai masalah yang mengganggu dan merusak integritas. Bagi orang yang menganggapnya positif, stres yang masih dalam batas kemampuan untuk dikelola bisa dianggap sebagai motivasi yang dapat memacu diri dalam mencapai tujuan tertentu. Stres yang dalam batas wajar ini diperlukan untuk memacu diri agar lebih terarah dalam mencapai kinerja, prestasi, dan tujuan yang optimal sesuai potensi dirinya.

Stres menurut Clonninger yaitu kondisi yang menjadikan ketegangan yang dapat terjadi saat individu mendapat masalah atau tantangan dan belum punya solusi atas masalahnya, atau dapat muncul karena banyaknya pikiran yang memusingkan individu pada hal yang akan dilakukan.

Menurut Kendall dan Hammen, stres muncul pada diri individu saat adanya hal yang tidak seimbang antara keadaan yang menuntut individu dan kemampuan individu untuk

mengatasi tuntutan itu. Keadaan yang menuntut ini biasanya dilihat atau dipersepsi sebagai beban atau hal yang melampaui kemampuan diri individu guna menanggulangnya.¹²

Stres yakni semua persoalan atau tuntutan adaptasi yang bisa saja mengganggu keseimbangan individu. Faktor yang ditekankan dalam stres yaitu faktor adaptasi supaya tetap tercipta keseimbangan dalam diri. Stres tidak dapat dihindari sepenuhnya, namun bisa dikurangi dengan mengabaikan hal yang tidak terlalu penting.

Stres bisa menjadi ancaman bagi individu yang bisa memunculkan perasaan negatif dan bisa mengancam kesejahteraan emosional individu tersebut. Stres yang muncul bisa mengganggu bagaimana seseorang menilai kenyataan, menyelesaikan masalah, berpikir, serta rasa memiliki. Stres pada diri seseorang pun bisa mengganggu sudut pandang mengenai sesuatu dalam hidup ini, perilaku terhadap orang yang disayang, serta kesehatannya. Suatu pemahaman ataupun pengalaman individu pada satu transformasi berskala besar yang terjadi bisa memunculkan stres pada diri individu.¹³

Stres adalah satu kondisi yang ditimbulkan karena adanya tuntutan dari internal ataupun stimulus dari eksternal

¹² I Wayan Candra, I Gusti Ayu Harini & I Nengah Sumirta, *Psikologi : Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa*, Andi Offset, Yogyakarta, Cetakan Pertama, 2017, h.104

¹³ *Ibid*, h.105

sehingga individu memunculkan suatu reaksi fisiologis ataupun psikologis (respon) dan melakukan adaptasi dan menyesuaikan diri dengan situasi tersebut.¹⁴

Dari uraian diatas didapatkan simpulan bahwa stres yakni kondisi ketegangan pada individu yang terjadi saat individu menghadapi masalah dan belum memiliki solusi atas masalahnya tersebut, atau stres juga muncul karena banyaknya pikiran yang memusingkan individu pada hal yang akan atau sedang dilakukan, yang mana persoalan ini bisa mengganggu keseimbangan pada diri individu.

2. Hal yang dapat menimbulkan stres (stresor)

Stres merupakan cara tubuh menunjukkan pada diri kita bahwa tuntutan yang diterima lebih dari kemampuan diri kita untuk mengatasinya. Manusia membutuhkan tingkat stres tertentu untuk bertahan hidup. Namun, masalah muncul ketika kita mengalami stres yang berkepanjangan, yang menyebabkan tubuh kita dalam tingkat waspada yang berlebihan. Dalam jangka pendek ataupun panjang yang keadaan ini dapat menciptakan gejala negatif yang perlu diwaspadai dan ditangani.¹⁵

¹⁴ LSPR Communication Research Conference 2010, *Beyond Borders: Communication Modernity & History*, London School, Jakarta, Cetakan Pertama, 2010, h.299

¹⁵ Ann Jackman, *How To Get...*, h.82

Stimuli yang mengawali perubahan disebut stresor, yang dibagi dalam stresor internal dan eksternal. Stresor internal yakni pemicu timbulnya stres yang asalnya dari dalam diri individu sendiri misalnya adanya perasaan bersalah, demam, hamil, dan menopause. Sedangkan stresor eksternal yaitu faktor yang dapat memicu stres yang asalnya dari luar diri dan bisa saja berbentuk perselisihan dalam keluarga, perubahan suhu lingkungan, serta tekanan dari pasangan.¹⁶

Faktor penyebab stres ada banyak, baik dari dalam maupun luar diri, secara garis besarnya adalah :

1. Faktor individu, faktor ini menjadi faktor yang dominan, asalnya pada diri individu, keluarga, serta orang terdekat. Faktor ini seringkali telah berjalan sejak lama. Misalnya masalah ekonomi, perceraian atau berpisah dengan orang terkasih, ditinggal orang terkasih, karakter individu yang dibentuk oleh keluarga, serta sakit yang tak sembuh-sembuh.
2. Faktor lingkungan, keadaan lingkungan tempatnya tinggal serta kebiasaan orang yang ada di lingkungan tersebut serta adanya peristiwa yang terjadi di lingkungan tersebut dapat menimbulkan stres pada diri individu.

¹⁶ I Wayan Candra, I Gusti Ayu Harini & I Nengah Sumirta, *Psikologi : Landasan Keilmuan...*, h.106

Misalnya tingkat kriminalitas, pola hidup masyarakat, keadaan politik, bencana alam, serta kemajuan teknologi.

3. Faktor organisasi ataupun pekerjaan, organisasi formal ataupun informal, contohnya target kerja tinggi, tekanan yang berasal dari atasan, persaingan tak sehat antar pekerja, karier yang stagnan, dan akomodasi kantor kurang memadai.¹⁷

Stres dapat timbul pula sebagai respon fisik dan psikis pada suatu peristiwa tertentu. Dapat berbentuk respon pada ancaman yang dirasakan individu atau yang sebenarnya hal tersebut belum terjadi, namun individu terlalu mengkhawatirkannya. Dalam kebanyakan kasus, persepsi bisa lebih menguasai diri individu daripada kenyataan itu sendiri. Tidak peduli peristiwa itu terjadi atau tidak, ancamannya sendiri pun cukup untuk memunculkan respon stres itu.

Atau stres muncul dari tuntutan yang diletakkan sendiri dalam diri individu, seperti berusaha menjadi orang yang perfeksionis. Merasa tak ada yang sempurna kita lakukan sehingga terus mengulang atau memperbaiki tugas tertentu untuk dilakukan dengan tepat dan sesuai dengan yang diinginkannya. Individu seperti ini menciptakan sendiri

¹⁷ Eko B. Saputro, *Bodo Amat! Seni Mencipta Bahagia, Meraih Cita-cita dan Cinta*, Araska Publisher, Yogyakarta, Cetakan Pertama, 2020, h.19

tekanan serta tuntutan pada dirinya sendiri untuk mencapai tingkat kesempurnaan yang tinggi.¹⁸

Atau secara umum penyebab stres berasal dari empat sumber :

1. Penyebab stres situasional, yang asalnya dari situasi, lingkungan, serta budaya kontemporer, meliputi situasi tak diketahui atau tak diduga, perubahan, kegaduhan, pemberitaan media yang menekan, keadaan rumah yang buruk, terjebak dalam keadaan, serta beban kerja terlalu berat.
2. Kejadian penting di kehidupan, meliputi pernikahan, perceraian, hilangnya anggota keluarga, kelahiran anak, perpindahan rumah, penyakit serta problem ekonomi.
3. Penyebab stres yang dikarenakan individu lainnya, mencakup suasana tak nyaman di kantor atau rumah, dan rasa tak dimengerti
4. Penyebab stres pada diri, mencakup perfeksionis (ingin terus mencari kesempurnaan), ekspektasi pada diri sendiri, keinginan untuk mengendalikan, dan keinginan untuk diterima dan dicintai.¹⁹

¹⁸ Bob Losyk, *Kendalikan Stres Anda! Cara Mengatasi Stres dan Sukses di Tempat Kerja*, Alih bahasa : Marselita Harapan, Penerbit Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, Cetakan Pertama, 2007, h.11

¹⁹ Ann Jackman, *How To Get...*, h.83

3. Gejala yang Dapat Diamati pada Individu yang Sedang Mengalami Stres

Gejala yang bisa diamati pada individu yang tengah mengalami stres dapat bervariasi, namun bisa dikelompokkan dalam empat kelompok yaitu :

1. Gejala fisik, seperti jantung berdebar, mual, kram otot, nyeri dan sakit, demam dan infeksi lain, mudah lelah, serta maag
2. Gejala emosional, seperti mood yang berubah, mudah marah, rasa tegang, cemas, menarik diri, serta rasa tak berdaya
3. Gejala perilaku, seperti kinerja yang buruk, makan berlebih ataupun hilang selera makan, dan kurangnya berkonsentrasi.
4. Gejala mental, seperti tak bisa memutuskan, kegagalan dalam mengingat, khawatir, bingung, hilang rasa peka pada individu lain, berpikir pendek, dan kehilangan pandangan umum terhadap sesuatu.²⁰

B. Pemahaman agama

1. Pengertian kemampuan pemahaman agama

- a) Makna Pemahaman

²⁰ *Ibid*, h.82-83

Pemahaman adalah metode berpikir serta belajar. adalah metode, perilaku serta jalan untuk memahami sesuatu. Pemahaman memiliki berbagai artian, tingkat kapabilitas individu yang dapat menyerap makna, pengertian dari konsep tertentu, situasi dan fakta yang diketahui. Individu tak hafal secara verbal saja, namun paham konsep permasalahan ataupun fakta yang ditanyakan, sehingga mampu membedakan, mengubah, menyiapkan, menyajikan, mengatur, menginterpretasi, menjelaskan, mendemonstrasi, mencontohkan, memprediksi, menentukan, serta memutuskan.

Pada bidang kognisi menyatakan pemahaman tingkatnya lebih tinggi daripada pengetahuan. Pemahaman menurut Sudijono ialah kemampuan individu guna mengerti ataupun memahami sesuatu serta bisa melihatnya menurut banyak pandangan. Pemahaman individu pada objek pengetahuan tertentu membantu penalaran, penyelesaian masalah dan penetapan keputusan dengan efektif.²¹

Dapat disimpulkan bahwa pemahaman ialah kemampuan individu dalam mengerti serta memahami makna dari suatu konsep, situasi dan fakta yang diketahui tidak hanya dengan pemahaman verbal namun paham

²¹ Saerozi, *Pemahaman Agama & Perilaku Ekonomi sebagai Faktor Tingkat Kesejahteraan Nelayan di Desa Gempolsewu Kecamatan Rowosari Kabupaten Kendal*, Lembaga Penelitian IAIN Walisongo, Cetakan Pertama, 2012, h.29-30

konsep masalah yang ditanyakan, sehingga dapat memahami lewat banyak sudut pandang yang membantu individu dalam menalar, memecahkan masalah hingga pengambilan keputusan.

b) Makna Agama

Agama ialah seperangkat peraturan yang mengatur kondisi umatnya ataupun tentang hal ghaib, budi pekerti, bersosial dengan individu lainnya. Dalam ensiklopedia Islam Indonesia penjelasan mengenai pengertian agama secara umum bersandar pada bahasa sanksekerta dari kitab suci Hindu Syiwa yang bernama 'Agama' yang kemudian istilah ini dikenal dalam masyarakat. Namun dalam istilahnya kini dipahami sebagai penamaan macam keyakinan tertentu yang dianut masyarakat. Manusia tak bisa lepas dari agama. Tuhan menciptakan sedemikian rupa karena agama ialah kebutuhan hidup manusia. Memang sebagian individu seperti tidak butuh pada agama, namun pada akhirnya sebelum kematian tiba, individu akan merasakan adanya kebutuhan akan agama tersebut.²²

Dari pengertian tersebut disimpulkan bahwasanya manusia tidak bisa lepas dari agama yang merupakan kebutuhan hidupnya, yakni seperangkat aturan yang

²² *Ibid*, h.32

mengatur manusia, hal ghaib, budi pekerti, sosial dengan individu lainnya. Namun pengertiannya sekarang diartikan sebagai jenis kepercayaan hidup yang dianut masyarakat tertentu.

c) Pengertian pemahaman agama

Pemahaman agama diartikan sebagai sejauh mana seseorang mampu kenal atau paham akan nilai agama dan mempraktekkan nilai itu dalam bersikap serta bertingkah laku. Hal ini dapat dilihat dari cara individu memahami, menghayati, dan mempraktekkan nilai luhur dari agama dalam kehidupannya. Seseorang menganut agama tertentu dikarenakan adanya rasa yakin dalam dirinya bahwa agama itulah yang terbaik menurutnya oleh karena itulah individu akan berupaya menjadi penganut yang baik yang ditampilkan dalam sikap serta perilaku beragama yang menampilkan ketaatan pada agama.²³

Tingkat pemahaman agama dapat dikatakan sebagai kepercayaan pada Tuhan dan kepercayaan yang dianutnya ditunjukkan dengan kesolehan serta semangat beragama. Dengan kata lain makin kuat kepercayaan seseorang pada Tuhan, maka akan semakin tinggi pula tingkat pemahaman agamanya. Termasuk fungsi dari pemahaman agama adalah memberi arah, motivasi, serta

²³ *Ibid*, h.34

menolong manusia mengenal serta menghayati suatu hal yang sakral. Lewat pengalaman beragama manusia sanggup serta mempunyai kepekaan rasa dalam kenal serta paham akan kehadiran Tuhan.²⁴

Pemahaman terhadap agama islam secara singkatnya diartikan sebagai kemampuan individu dalam menerjemahkan, menafsirkan, mencontohkan, mengelompokkan, merangkum, menyimpulkan, membandingkan, menjabarkan, dan menghubungkan pengetahuannya perihal agama Islam. Jika ia ditanya, maka ia dapat mengungkapkan dengan bahasanya sendiri. Pemahaman agama Islam adalah tingkat religiusitas (jiwa keberagamaan) individu pada tingkat intelektual.²⁵

Dapat diartikan bahwa pemahaman agama ialah sejauh mana individu mengenal dan memahami nilai agamanya serta menginterpretasikannya dalam perilaku sehari-harinya. Tingkat pemahaman agama diartikan juga sebagai kepercayaan pada Tuhan dan pada kepercayaan yang dianut yang disimpulkan pada semakin kuatnya

²⁴ Alvien Nur Amalia, "Pengaruh Pemahaman Agama dan Sosialisasi Program terhadap Minat Berwakaf Uang", *Maqdis*, Vol. 5 No. 2, Januari 2020, h.6

²⁵ Nursya Fatkhuna Husailah, Pengaruh Keaktifan Mengikuti Majelis Taklim terhadap Pemahaman Agama Islam Jamaah Majelis Taklim Se-Kecamatan Ngrambe Selatan, Kabupaten Ngawi Tahun 2020, Skripsi S1, Fakultas Ilmu Tarbiyah IAIN Surakarta, 2020, h.27-28

kepercayaan pada Tuhan maka semakin tinggi pemahaman agama pada diri seseorang tersebut.

2. Dimensi kemampuan pemahaman agama

Dalam agama Islam, ada lima dimensi pada pemahaman agama, Pertama, akidah, yakni seberapa yakin individu muslim pada kesahihan ajaran agama Islam. Kedua, syariah, ialah seberapa patuh seorang muslim pada dimensi aktivitas ritual keagamaan seperti yang diajarkan pada ajaran agama Islam. Ketiga, akhlak, merupakan perilaku atau akhlak individu muslim yang didasarkan pada ajaran dalam agama Islam, realisasi dari nilai ajaran dalam agama Islam dalam bentuk perilaku yang terlihat dan dapat diamati. Keempat, pengetahuan keagamaan, seberapa paham individu muslim pada ajaran agama Islam. Kelima, penghayatan, yaitu penghayatan dan mendalami, merasakan suatu rasa tertentu dalam menjalankan aktivitas beragama dalam agama Islam.²⁶

Dalam teori dimensi komitmen religius oleh Glock dan Stark, Glock mengembangkan garis besar mengenai dimensi religius yaitu adanya perbedaan eksplisit mengenai hal yang dipercaya seseorang sebagai kebenaran, hal yang dilakukan sebagai bentuk dari keimanan, seperti apa pengalaman emosi

²⁶ Rizky Sabila Firdausita, Pengaruh Pemahaman Agama dan Lingkungan terhadap Perilaku Perempuan Hamil di Luar Nikah di Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan, Tesis S2, Filsafat Agama UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018, h.40

atau kesadaran terjadi pada agama individu tersebut, hal yang diketahui individu mengenai kepercayaan, serta bagaimana agama mempengaruhi hidup seseorang.

Dalam analisis Glock mengenalkan adanya lima dimensi komitmen beragama, berbentuk *religious belief* (dimensi ideologis), *practice* (dimensi ritual), *experience* (dimensi pengalaman), *knowledge* (dimensi intelektual), dan *effect* (dimensi konsekuensial). *Religious belief* menunjuk pada kuat atau tidaknya keyakinan tersebut meresap pada diri individu serta seberapa penting keyakinan tersebut pada hidup individu. *Religious practice* merujuk pada tingkah laku individu dalam melaksanakan keyakinannya, yaitu perilaku khusus yang menyatakan hal tersebut merupakan bagian dari agamanya. Misalnya dalam ajaran islam adanya salat, puasa, serta mengaji. *Religious feeling* berfokus dengan mental dalam diri dan emosi dari individu yang mempunyai kata lain *religious experiences* adalah keinginan meyakini kesahihan agama tertentu serta kekhawatiran untuk tidak religius, yang mana pengalaman ini tak tampak oleh individu lain melainkan individu itu sendiri yang merasakan. *Religious knowledge* terkait pada informasi tentang pengetahuan mengenai suatu agama. *Religious effect* merujuk pada tindakan yang bukan elemen formal ritual agamanya, misalnya orang pecandu yang

stop konsumsi narkoba karena dampak religius yang diterima.²⁷

Barnawie Umary menyatakan bahwa ada tiga hal jika menyangkut tentang pemahaman agama, yakni pemahaman tentang Iman, Islam, serta Ihsan. Pemahaman bahwasanya dengan melakukan ritual formal dalam agamanya maka akan menimbulkan efek tertentu pada dirinya. Seperti jika melaksanakan sholat dan do'a bisa menyebabkan lega dan tenang batin, hingga diprediksi bisa mengurangi tingkat depresi ataupun gangguan mental lain. Juga ihsan, diartikan sebagai berbuat baik pada Allah (akhlak pada Allah) serta dengan sesama insan (akhlak pada sesama insan).²⁸

Nashori, menyatakan bahwa individu yang religius akan senantiasa berupaya taat pada ajaran agamanya, mengkaji pengetahuan tentang agamanya, melaksanakan ajaran agama, yakin terhadap akidah agama yang dianut, dan merasakan pengalaman dalam beragama.²⁹ Kemampuan dalam pemahaman dijabarkan menjadi tiga tingkat yaitu menerjemahkan, tidak hanya terjemah satu bahasa ke bahasa lainnya, namun juga bisa dimaknai sebagai pengubahan konsep abstrak menjadi satu model simbolis supaya gampang

²⁷ Saerozi, *Pemahaman Agama & Perilaku...*, h.34-36

²⁸ *Ibid*, h.37

²⁹ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, Ar-Ruzz Media, Jogjakarta, Cetakan Pertama, 2016, h.171

untuk dipahami. Tingkat menginterpretasi, kemampuan untuk mengenal dan memahami sebagai ide yang berarti lebih luas dari menerjemahkan. Tingkat ekstrapolasi, kemampuan yang lebih tinggi sifatnya daripada menerjemahkan, menafsirkan serta membutuhkan kemampuan intelektual lebih tinggi.³⁰

3. Ciri dan karakteristik orang yang memiliki kematangan dalam beragama

Kematangan beragama tidak hanya mencakup pemahaman seseorang terhadap agamanya, namun juga mencakup perwujudan atau hasil dari pemahaman agama seseorang dalam perilaku keseharian, mempunyai ciri :

1. Beragama tidak disebabkan faktor materi (ingin harta, takut neraka/hukuman, ingin surga/pahala), tetapi karena faktor bersyukur dan cinta mendalam terhadap Tuhannya, memiliki rasa kepercayaan pada Tuhan yang mendalam.
2. Mempunyai wawasan pengetahuan keagamaan yang luas (lintas madzhab, golongan, atau aliran), bukan berarti mempelajari kemudian mempraktekkannya, namun dalam rangka memperluas wawasan dan untuk melahirkan sikap moderat dan toleransi dan menambah pengetahuan.

³⁰ Barkah Hidayah, Pengaruh Pemahaman Keagamaan terhadap Ketaatan Beragama pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Skripsi S1, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Syarif Hidayatullah, 2017, h.36

3. Memiliki sikap yang moderat dan berperilaku baik sehingga tidak mudah menyalahkan golongan yang ada di luar pemahamannya.
4. Adanya dorongan internal untuk semakin memperdalam ajaran agama
5. Memiliki keyakinan bahwa semua agama itu baik, meyakini semua agama mengajarkan kebaikan , namun bukan berarti seseorang boleh berpindah agama sesuka hatinya, karena meski meyakini kebaikan seluruh agama, namun seseorang harus tetap meyakini kebenaran agamanya sendiri
6. Tidak hanya melakukan ibadah wajibnya saja namun juga melaksanakan ibadah yang tidak wajib
7. Berpikir positif dan merasa diri positif, bahkan dalam situasi yang sulit. Tercermin dalam merasakan adanya kedekatan dengan Tuhan dan keyakinan penuh bahwa Tuhan selalu ada untuk membantu kesulitan hamba-Nya.³¹

4. Manfaat dari seseorang yang memiliki pemahaman agama yang tinggi

Kematangan dalam beragama memberi manfaat pada kesehatan mental dan jiwa seseorang, diantaranya :

³¹ Ahmad Saifuddin, *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Agama*, Kencana, Jakarta, Cetakan Pertama, 2019, h.66-69

1. Menjalankan agama dengan penuh kesadaran, beribadah bukan sebab faktor harta dan eksternal, menjalani perintah agama dan beribadah dengan totalitas
2. Berpeluang kecil dalam melanggar aturan Tuhan dan berperilaku baik.
3. Hati dan jiwa yang senantiasa tenang, dengan luasnya wawasan dan pengetahuan agamanya, jiwa dan hatinya menjadi tenang, tidak gampang terkejut dengan hal yang berbeda dengan ajarannya, juga bersumber dari penghayatan ibadah yang dilakukan, tidak hanya melakukan ibadah wajib namun juga ibadah yang tidak diwajibkan
4. Sikap yang lemah lembut, tidak kasar serta tidak radikal pada individu lainnya
5. Totalitas dalam menjalankan hidup, memiliki pikiran positif pada Tuhan bahkan pada situasi yang sulit sehingga individu melakoni hidupnya dengan totalitas.³²

C. Hubungan tingkat kemampuan pemahaman agama terhadap kenaikan level stres

Tingkat kemampuan pemahaman agama diartikan sebagai kepercayaan terhadap Tuhan dan keyakinan yang dianutnya, yang ditunjukkan dengan kesolehan dan semangat dalam beragama. Makin kuat kepercayaan individu pada Tuhannya maka akan

³² *Ibid*, h.70-71

semakin tinggi tingkat pemahaman agamanya. Individu yang semangat dalam beragama, akan selalu berupaya untuk taat dalam ajaran agamanya, mengkaji pengetahuan tentang agamanya, melaksanakan ajaran agama dalam kehidupannya sehari-hari. Pemahaman akan ajaran agama bisa membawa individu akan perasaan atau efek tertentu pada dirinya, seperti ketika selesai melaksanakan salat dan berdo'a batinnya akan lega dan tenang.

Fungsi memahami agama bagi diri seseorang yakni (1) menjadi pedoman dalam hidup yang berpengaruh pada cara individu bersikap, jika agama telah tertanam pada individu, maka saat menghadapi persoalan individu akan mengacu pada ajaran yang diyakininya, (2) penolong pada berbagai persoalan hidup, tidak mudah putus asa, sadar bahwa persoalan yang datang merupakan bagian dari hidup dan cobaan Tuhan yang menghasilkan individu yang sering meminta pertolongan pada Tuhannya dan bersabar serta berkeyakinan bahwa Tuhan akan memberi solusi terbaik baginya, selalu mengingat bahwa Tuhan tidak memberi ujian lebih dari kemampuan hambanya, kedekatan dengan Tuhan akan mendapat solusi dari kesulitan, dan orang yang takwa pada Tuhan akan diberi solusi dari kesulitan serta diberi rezeki yang tidak disangka-sangka. (3) menentramkan batin, orang yang beragama senantiasa merasa Tuhan dekat dengannya sehingga yakin dirinya akan ditolong untuk keluar dari masalah.

Hal ini pula dapat mempengaruhi sudut pandang individu dalam menghadapi suatu permasalahan dalam hidupnya.³³

Cara individu dalam mempersepsi kejadian dalam hidupnya menentukan bagaimana individu akan menjalaninya. Penilaian ini mengacu pada interpretasi individu terhadap kejadian dalam hidup sebagai ancaman atau dipersepsi sebagai stres, atau menantang karena tidak dilihat sebagai sesuatu yang membuat stres.³⁴

Coping diartikan sebagai cara untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal yang lebih dari kemampuannya yang melibatkan usaha aktif dalam menangani tuntutan yang mengakibatkan stres. Salah satu caranya yaitu mengurangi efek fisik seperti relaksasi, meditasi, pemijatan dan olahraga. Salah satu bentuk *coping* adalah *coping religius* yang merupakan bentuk upaya pengalihan yang diupayakan seseorang sebagai cara guna menyelesaikan problematikanya dengan penanganan serta praktek agama. *Coping religius* didefinisikan sebagai penanganan agama yang menggunakan keyakinan atau praktek ibadah keagamaan yang diterapkan untuk mengurangi tekanan emosional yang memunculkan dampak negatif dengan penyerahan diri dan masalahnya kepada Tuhan, percaya bahwa Tuhan akan mengatasinya dan tidak usah cemas dengan keadaan karena

³³ Sarinah, *Pendidikan Agama Islam*, Deepublish, Cetakan Pertama, 2017, h. 23

³⁴ Laura A. King, *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif (Buku 2)*, alih bahasa : Brian Marwensdy, Salemba Humanika, Jakarta, Cetakan Pertama, 2012, h. 58

percaya bahwa Tuhan mempunyai tujuan dalam rencana-Nya. Pemikiran seperti ini berfungsi untuk menekan kecemasan, menumbuhkan harapan dan mengontrol diri dalam mengatasi masalah dalam hidup.

Manusia yang menjalankan agama secara sadar adalah individu yang taat dan patuh seutuhnya pada Tuhan. Sikap dan perilaku yang patuh, dan menjalankan ritual sesuai agama yang dianut, menumbuhkan toleransi pada penganut agama lainnya dan bisa rukun dengan orang lain. *Coping religius* banyak ditemukan pada diri individu yang berhubungan dengan agama dan banyak ditemukan pada individu yang religiusnya tinggi.³⁵ *Coping religius* bisa muncul karena adanya penerapan pemahaman agama yang baik pada diri individu, telah terpatri sikap-sikap keagamaan dan sudut pandang agama pada dirinya, sehingga mampu mempersepsi kesulitan yang dihadapi dengan sudut pandang ajaran yang dianutnya dan mampu menumbuhkan kepercayaan bahwa Tuhan akan menolongnya keluar dari masalah dan menyerahkan dirinya pada Tuhannya sehingga dalam keadaan tertekan sekalipun individu mampu menghadirkan Tuhan dalam setiap jalannya.

Orang yang paham dengan ajaran-ajaran agamanya tentunya ia akan dekat dengan agama pula. Jika seorang individu sudah dekat dengan agama maka akan berpengaruh pada perilakunya dalam kehidupan sehari-harinya dan dapat memiliki cara pandang

³⁵ Rangga Kharisma, *Coping Religius pada Penderita Lupus*, Skripsi S1, Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah, 2018, h.30

yang berbeda ketika sedang menghadapi masalah, begitu pula dalam menyelesaikan masalahnya tersebut. Ketika ia dihadapkan dengan masalah ia akan berpikir bagaimana menjadikan masalah ini sebagai jalan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan dan menjadikannya sebagai bimbingan hidup, ia juga akan menghargai kesusahan hidup dan bersyukur atas hidupnya, sehingga seberat apapun ujiannya batinnya tetap tenang dan jiwanya tidak terguncang, karena tau dirinya memiliki Tuhan yang senantiasa ada di dekatnya, percaya pada Tuhan bahwa Tuhan akan membantunya untuk keluar dari masalahnya, sehingga akan terhindar dari stres ditengah kondisi yang menekannya sekalipun.³⁶

Tingkat pengetahuan dan kepercayaan individu terhadap agama lah yang membuat individu memunculkan sikap (*attitude*) dan perilaku (*behavior*) tertentu. Baik ketika melekatkan dirinya pada kekuatan supernatural khususnya terhadap Tuhannya.³⁷ Penyelesaian masalah berdasar dengan agama ini muncul karena adanya penerapan pemahaman agama yang baik pada diri individu, telah terpatri sikap-sikap keagamaan dan sudut pandang agama pada dirinya, sehingga mampu mempersepsi kesulitan yang dihadapi dengan sudut pandang ajaran yang dianutnya dan mampu menumbuhkan kepercayaan bahwa Tuhan akan menolongnya keluar dari masalah dan menyerahkan dirinya pada Tuhannya

³⁶ Yusron Masduki & Idi Warsah, *Psikologi Agama*, Tunas Gemilang Press, Palembang, Cetakan Pertama, 2020, h.25

³⁷ Rusmin Tumanggor, *Ilmu Jiwa Agama: The Psychology of Religion*, Prenada Media, Jakarta, Cetakan Pertama, 2016, h.23

sehingga dalam keadaan tertekan sekalipun individu mampu menghadirkan Tuhan dalam setiap jalannya.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, melalui pengkajian teori yang sudah ada, dirumuskan hipotesis penelitian yang diajukan peneliti, yakni terdapat korelasi negatif antara kemampuan pemahaman agama dengan peningkatan level stres pedagang Pasar Zaik Bitingan Kudus pada masa penerapan PPKM darurat. Semakin tinggi kemampuan pemahaman agama pada diri pedagang kaki lima Pasar Zaik Bitingan Kudus, maka level stres pada pedagang kaki lima Pasar Zaik Bitingan Kudus semakin menurun.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Penelitian Hubungan Kemampuan Pemahaman Agama dengan Level Stres Pedagang Pasar Zaik Bitingan Kudus pada Masa Penerapan PPKM Darurat ini digolongkan dalam tipe penelitian kuantitatif korelasional dengan maksud mengungkap hubungan korelasi antar variabel atau lebih tanpa ada usaha mempengaruhi variabel, sehingga tidak ada manipulasi terhadap variabel. Tujuannya adalah untuk membantu menjelaskan pentingnya perilaku manusia ataupun untuk meramalkan suatu hasil. Peneliti biasanya tidak memanipulasi keadaan variabel dan langsung mencari keberadaan hubungan dan tingkat variabel yang dinyatakan dengan koefisien korelasi.³⁸ Penelitian kuantitatif korelasional digunakan dalam penelitian ini untuk menganalisis dan menguji tentang hubungan kemampuan pemahaman agama dengan level stres pedagang kaki lima yang berdagang di Pasar Zaik Bitingan Kudus pada masa penerapan PPKM darurat.

Pola dalam penelitian ini ialah pola bivariat dengan tujuan mendeskripsikan hubungan antara dua variabel yang memiliki tingkatan dan arah. Kuatnya hubungan diungkapkan pada angka antara -1 dan +1 dalam bentuk koefisien korelasi. Semakin

³⁸ Basuki, *Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif*, Media Sains Indonesia, Cetakan Pertama, 2021, h.190

mendekati angka -1 atau +1 maka variabel yang diteliti memiliki korelasi yang semakin kuat. Arah hubungan variabel ditandai dengan simbol (-) serta (+). Korelasi negatif diartikan bahwa kian tinggi skor variabel A maka skor variabel B akan semakin rendah. Dan korelasi positif diartikan bahwa semakin tinggi nilai variabel A maka variabel B pun akan turut tinggi nilainya.³⁹ Permasalahan yang akan dibuktikan melalui penelitian ini adalah hubungan kemampuan pemahaman agama dengan level stres pedagang Pasar Zaik Bitingan Kudus pada masa penerapan PPKM Darurat.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi yakni luas seluruh daerah yang digeneralisasi, mencakup objek ataupun subjek yang memiliki kuantitas atau jumlah, kualitas serta ciri spesifik sesuai yang diterapkan peneliti, yang akan dipakai guna penyusunan interpretasi dan data penelitian dan berakhir dengan penarikan kesimpulan. Atau populasi juga dapat dikatakan sebagai suatu wilayah maupun lokasi objek atau subjek dari penelitian meliputi manusia, barang, kejadian, nilai atau perihal lainnya yang mempunyai kuantitas beserta mutu serta identitas khusus untuk mendapat data.⁴⁰

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota Paguyuban Pedagang Pasar Zaik Bitingan Kudus yang turut aktif

³⁹ Imam Santoso dan Harries Madiistriyatno, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, Indigo Media, Cetakan Pertama, 2021, h.47

⁴⁰ Muhammad Darwin et.al, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, Media Sains Indonesia, Cetakan Pertama, 2021, h.104

berjualan pada masa penerapan PPKM darurat di Kabupaten Kudus, Jawa Tengah. Di dalam data yang dihimpun, jumlah anggota yang terdaftar dalam paguyuban dan aktif berdagang pada masa penerapan PPKM darurat, menetapkan populasi penelitian sejumlah 39 pedagang.

Sedangkan sampel merupakan bagian atau sebagian atau sebagian kecil dari objek atau subjek yang ada dalam sebuah populasi penelitian. Secara umum sampel yakni anggota populasi yang diperoleh dari seluruh populasi yang diteliti serta merupakan *representative* dari jumlah seluruh populasi yang ditetapkan dengan benar dan valid.⁴¹ Penentuan sampel menggunakan teknik *sampling* yang terdiri dari berbagai macam teknik. Teknik *sampling* yakni metode pengambilan bagian populasi dengan demikian rupa hingga meskipun sampel, tetapi bisa mewakili populasi yang ada.⁴²

Jenis *sampling* yang dipakai oleh peneliti yakni *non-probability sampling* dengan metode *sampling* jenuh yang adalah suatu cara untuk menentukan sampel apabila seluruh populasi dipakai untuk sampel. Pengambilan sampel ini dilaksanakan bertujuan guna mendapat data se-akurat mungkin dan mendapatkan generalisasi dengan kesalahan seminimal mungkin. Metode ini banyak dipakai apabila angka dalam populasi relatif

⁴¹ *Ibid*, h. 106

⁴² Bagus Sumargo, *Teknik Sampling*, UNJ Press, Jakarta, Cetakan Pertama, 2020, h.20

sedikit, yakni kurang dari 30 individu, ataupun penelitian yang menginginkan digeneralisir dengan *error* seminimal mungkin. Memiliki sebutan lain yaitu sensus, yakni semua bagian dalam populasi dipakai sebagai sampel.⁴³ Teknik *sampling* ini digunakan untuk mendapatkan akurasi penelitian yang tinggi dan jumlah populasi yang relatif sedikit sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan sensus.⁴⁴

Pertimbangan peneliti memakai metode *sampling* jenuh yakni karena angka populasi berjumlah 39 pedagang Pasar Zaik Bitingan yang masih memungkinkan digunakannya teknik sampel jenuh sebagai metode *sampling*, selain itu juga lebih memungkinkan untuk mendapatkan gambaran yang lebih representatif dan meminimalisir tingkat kesalahan dan data yang diperoleh lebih mendekati pada nilai yang sebenarnya.

C. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel yaitu besaran, karakter ataupun atribut yang bisa berubah dan berpengaruh pada suatu peristiwa atau hasil penelitian yang kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel independen (variabel bebas) yakni variabel yang diduga sebagai penyebab kemunculan variabel terikat. Dapat

⁴³ Sugiyono, *Metode Penelitian: Kuantitatif...*, h.85

⁴⁴ Firdaus M.M., *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dilengkapi Analisis Regresi IBM SPSS Statistics Version 26.0*, DOTPLUS Publisher, Riau, Cetakan Pertama, 2021, h.17

dikatakan juga menjadi variabel stimulus, prediktor, serta *antecedent*. Variabel bebas biasanya ialah variabel yang dihitung, dimanipulasi, ataupun ditentukan oleh peneliti untuk memprediksi hubungan dengan variabel lain.⁴⁵

Variabel dependen yakni variabel sebagai akibat dari variabel independen. Oleh karenanya, variabel dependen (terikat) bergantung kepada variabel independen (bebas). Atau ialah variabel hasil pengaruh variabel bebas, variabel yang merespon perubahan dalam variabel independen.⁴⁶

Sesuai rumusan masalah yang sudah dirumuskan, maka didalam penelitian ini peneliti melibatkan dua variabel mencakup level stres pada pedagang yang merupakan kriteria atau variabel terikat (Y), dan kemampuan pemahaman agama sebagai variabel independen.

2. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional yakni interpretasi yang diberi pada satu variabel atau konstruk menggunakan teknik memberi arti ataupun juga menspesifikasi aktivitas bisa juga dengan memberikan satu operasional yang dibutuhkan guna

⁴⁵Ahmad Albar Tanjung & Mulyani, *Metodologi Penelitian : Sederhana, Ringkas, Padat dan Mudah Dipahami*, Scopindo Media Pustaka, Surabaya, Cetakan Pertama, 2021, h.52

⁴⁶ Ade Ismayani, *Metode Penelitian*, Syiah Kuala University Press. Aceh, Cetakan Pertama, 2020, h.21

menghitung konstruk atau variabel itu.⁴⁷ Dapat juga didefinisikan sebagai deskripsi yang membuat variabel yang tengah diteliti sebagai operasional terkait dengan tahap penghitungan variabel serta menjadikan variabel tersebut mungkin untuk menjadi suatu konsep yang sifatnya abstrak menjadi konsep yang operasional serta tidak menyulitkan peneliti dalam melakukan penghitungan.⁴⁸

a) Definisi operasional kemampuan pemahaman agama

Kemampuan pemahaman agama ini banyak dikaitkan dengan keyakinan, kepatuhan pada ritual keagamaan, pemahaman pada ajaran agama, yang akhirnya menimbulkan perilaku yang tampak dan dapat diamati oleh panca indera, dan penghayatan terhadap pelaksanaan agama yang dianut. Seseorang dapat dikatakan sebagai orang yang memahami agama karena adanya ciri dan perilaku yang tampak atau dapat dirasakan secara langsung oleh orang lain. Seberapa dalam pemahaman agama seseorang, mengukur tingkat pemahaman agama seseorang dengan mengukur pada kepatuhan terhadap ritual keagamaan lainnya,

⁴⁷ Moh. Nazir, *Metode Penelitian*, Ghala Media, Bogor, Cetakan Kesebelas, 2017, h.110

⁴⁸ Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif Edisi 2*, Suluh Media, Jogjakarta, Cetakan Pertama, 2018, h.26-27

pemahaman atas ajaran agamanya, dan seberapa yakin seseorang pada ajaran agamanya yang menimbulkan penghayatan pada ajaran agamanya yang menimbulkan perilaku yang baik dalam menghadapi situasi sulit sekalipun. Pernyataan kemampuan pemahaman agama dilampirkan dalam **Lampiran 1**.

Tabel 1 : *Blueprint* Skala Kemampuan Pemahaman Agama

Dimensi	Indikator	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Keyakinan	Keyakinan bahwa Allah memberi jalan keluar setiap permasalahan yang sedang dihadapi	1	-	1
	Keyakinan bahwa Allah tidak akan memberi hambanya cobaan lebih dari kapasitas hambanya	2	-	1
	Keyakinan bahwa Allah mempunyai takdir yang lebih baik setelahnya	3	-	1
	Keyakinan bahwa kedekatannya pada Allah maka akan mendapat solusi dari kesulitan	4	-	1
Ketaatan ibadah	Membaca Al-qur'an	6	-	1

	Berdo'a pada Allah	5	-	1
Pemahaman terhadap ajaran agama	Memahami bahwa Allah mempunyai nama lain Maha Penolong dalam asmaul husna	9	-	1
	Memahami bahwa Allah Maha mengatur takdir hambanya	7	-	1
	Memahami bahwa ada Dzat yang kedudukannya lebih tinggi dari manusia	8	-	1
Perilaku	Tidak menyalahkan keadaan	-	10	1
	Tidak menyalahkan siapapun atas keadaannya	-	11,12,15	3
	Bersabar dalam menghadapi ujian/cobaan	-	13	1
	Berserah diri kepada Allah setelah berusaha	14	-	1
	Tidak lekas putus asa ketika menghadapi kesulitan	-	16	1
	Tidak meninggalkan ibadah meskipun dalam keadaan sibuk	-	18	1

Penghayatan dalam agama	Menerima keadaan yang terjadi diluar harapan dan kehendaknya	21	17	2
	Tetap bersyukur dengan hidup	19	-	1
	Merasakan ketenangan setelah selesai beribadah	20	-	1
	Merasa dirinya dekat dengan Allah	23	-	1
	Merasa tentram dan bahagia	22	-	1
Jumlah :				23

Tabel 2 : Pembobotan Skor Kuesioner Kemampuan Pemahaman Agama

	Ya	Tidak
<i>Favorable</i>	1	0
<i>Unfavorable</i>	0	1

b) Definisi operasional peningkatan level stres (DASS 42)

Sedangkan pada peningkatan level stres, menggunakan acuan dari DASS 42 (*Depression Anxiety Stres Scale 42*) yang merupakan instrumen psikologis yang dipergunakan Lovibon guna mengukur tingkat depresi, kecemasan serta stres, yang merupakan tes standar yang diterima internasional. Menurut pengukuran ini, dikategorikan 5 tingkatan stres yaitu tidak stres (skor 0-14), stres ringan (skor 15-18), stres sedang (skor 19-25), stres berat (skor 26-33), dan stres sangat berat (skor >34).⁴⁹

Instrumen ini berbentuk laporan individu mengenai kondisinya (*self-report*). Memiliki 14 pertanyaan untuk mengukur depresi, 14 pernyataan untuk mengukur ansietas dan 14 pertanyaan untuk mengukur stres pada diri seseorang.⁵⁰ DASS merupakan instrumen yang terdiri dari 42 pertanyaan yang merupakan bentuk laporan sendiri dari individu untuk mengukur kondisi emosi negatif untuk mengetahui depresi, cemas dan stres yang masing-masing masalah tersebut diukur dengan 14 item pertanyaan, skala stres

⁴⁹ Rahmi Imelisa dkk, *Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikososial*, Edu Publisher, Tasikmalaya, Cetakan Pertama, 2021, h.29-30

⁵⁰ *Ibid*, h.265

akan mengukur kesulitan untuk merasa rileks, respon saraf, mudah merasa gelisah ataupun sedih, mudah tersinggung/reaksi berlebihan serta ketidaksabaran.⁵¹

Memiliki empat dimensi besar yaitu perilaku dan emosi. Seseorang dikatakan meningkat level stresnya dilihat dari perilaku yang dapat diamati seperti cenderung bereaksi yang berlebihan pada situasi tertentu, tidak sabaran, kesulitan beristirahat, dan juga aspek emosi yang bisa dilihat dari mudah kesal, mudah marah jarena hal sepele, mudah tersinggung dan sebagainya. Mengukur seberapa sering seseorang menampilkan perilaku dampak dari stres individu yang meningkat, dampak pada perilaku (aspek fisik yang mudah diamati). Pernyataan kenaikan level stres terlampir pada **Lampiran 1**.

⁵¹ *Ibid*, h.33

Tabel 3 : *Blueprint* level stres :

Dimensi	Indikator	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Perilaku	Cenderung bereaksi berlebihan pada kondisi tertentu	25	-	1
	<i>Grusa-grusu</i> (tidak sabaran)	28	-	1
	Menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas	27	-	1
	Sulit beristirahat	30	-	1
	Sulit mendapat ketenangan setelah kesal	32	-	1
	Sulit bersabar dalam menghadapi gangguan terhadap yang dilakukan	33	-	1
	Tidak bisa memaklumi hal yang menghalangi menyelesaikan hal yang tengah dilakukan	34	-	1

Emosional	Mudah kesal	26	-	1
	Mudah marah karena hal sepele	24	-	1
	Mudah tersinggung	29	-	1
	Mudah marah	31	-	1
	Mudah gelisah	35	-	1
Total				12

Tabel 4 : Pembobotan Skor Kuesioner Peningkatan Level Stres

Angka	0	1	2	3
Ket.	Tidak pernah	Kadang	Sering	Setiap saat

D. Metode Pengambilan Data

Metode pengambilan data yakni metode yang ditempuh peneliti saat mengumpulkan data. Dilakukan agar mendapat informasi yang diperlukan guna memperoleh tujuan penelitian. Metode pengambilan data biasanya menggunakan bantuan instrumen pengumpulan data yang menjadi alat yang dipakai dalam rangka pengambilan data.⁵²

Dalam penelitian yang dilakukan, peneliti memakai metode pembagian angket dengan skala *Guttman* (skala yang menyajikan

⁵² *Ibid*, h.148

hanya dua pilihan jawaban⁵³) dan skala *likert* pada partisipan. Secara langsung dengan dibagikan dalam bentuk *print out* kertas dan diisi partisipan dengan memberi tanda centang (*checklist*) pada jawaban *rating scale* yang dirasa tepat, dan didukung dengan wawancara singkat pada partisipan. Metode ini dipilih oleh peneliti dengan alasan keadaan dari partisipan yang sebagian besar telah mencapai usia 30 hingga 40 tahun dan lebih menyukai menulis atau menjawab pertanyaan di atas kertas daripada dengan edaran melalui *google form*.

Kuesioner adalah cara dalam mengambil data dengan memberi beberapa pertanyaan/ Pernyataan tertulis pada partisipan penelitian guna mendapat respon. Dapat menjadi langkah yang efisien jika peneliti memahami variabel yang bakal dihitung serta hal yang diharapkan dari partisipan. Kuesioner ini bisa saja berbentuk pertanyaan ataupun pernyataan tertutup maupun terbuka yang bisa diberi pada partisipan langsung ataupun melalui internet.⁵⁴

Dalam wawancara, meskipun kuesioner atau daftar pertanyaan telah distandarisasi dengan penetapan koefisien reliabilitas dan validitas pertanyaan dan kuesioner, namun masih tetap memungkinkan adanya bias hasil yang diperoleh karena akan

⁵³ Viktor Handrianus Pranatawijaya dkk, "Pengembangan Aplikasi Kuesioner Survey Berbasis Web Menggunakan Skala Likert dan Guttman", *Jurnal Sains dan Informatika*, Vol. 5 No. 5, November 2019, h. 129

⁵⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian: Kuantitatif...*, h.142

bergantung pada cara bertanya, kalimat yang digunakan dalam angket atau wawancara. Respon seorang partisipan akan dipengaruhi oleh kualitas pemahaman partisipan terhadap makna konten pertanyaan yang ditanyakan kepadanya. Sehingga semakin paham seorang partisipan dengan makna konten pertanyaan, maka semakin kecil bias hasil yang diperoleh, begitu juga sebaliknya.⁵⁵

Penggunaan kuesioner dengan skala *Guttman* digunakan dengan menggunakan dua kategori respon “Ya” dan “Tidak”. Skala *Guttman* digunakan apabila seseorang yang mengukur ingin jawaban tegas dari pernyataan yang diberikan, bisa berbentuk *checklist* ataupun dalam bentuk pertanyaan pilihan ganda. *Skoring* diberikan dengan jawaban positif seperti halnya setuju, benar, ya, pernah atau sejenisnya mendapat skor 1, dan jawaban negatif semacam tidak setuju, salah, tidak, tidak pernah atau sejenisnya mendapat skor 0.⁵⁶

E. Teknik Analisa Data

1. Data Instrumen

Pengumpulan data dilaksanakan menggunakan 1 skala ukur gabungan dari dua variabel penelitian. Skala ukur mencakup panduan tertulis mengenai pernyataan yang sudah

⁵⁵ Fred L. Benu dan Agus S. Benu, *Metode Penelitian Kuantitatif Ekonomi, Sosiologi, Komunikasi, Administrasi, Pertanian, dan Lainnya Edisi Pertama*, Kencana, Jakarta, Cetakan Pertama, 2019, h.148

⁵⁶ Nizwardi Jalinus dkk, *Riset Pendidikan dan Aplikasinya*, , UNP Press, Padang, Cetakan Pertama, 2021, h.183

dipersiapkan guna mendapat suatu informasi tertentu. Alat ukur juga satu alat yang telah sesuai dengan syarat akademis hingga boleh dipakai sebagai pengukuran guna menghitung satu objek ukur ataupun pengumpulan data mengenai variabel tertentu. Baik ataupun tidak instrumen dilihat dari validitas serta reliabilitasnya.⁵⁷

a) Validitas Instrumen

Validitas memiliki makna sejauh mana tepat dan cermat dari alat ukur dalam mengukur. Validitas instrumen mencakup tentang masalah ketepatan perhitungan dalam menghitung sesuatu yang dihitung. Suatu alat ukur dinyatakan valid ketika bisa menunjukkan data variabel dengan tepat dan tak membias dari keadaan aslinya.⁵⁸

Sebelum instrumen diterapkan, instrumen haruslah diuji coba dahulu guna mengetes kelayakan instrumen untuk mengukur variabel tertentu pada penelitian.⁵⁹ Uji coba instrumen dilaksanakan terhadap populasi umum diluar sampel terpilih serta diutamakan dari populasi yang

⁵⁷ Ovan & Andika Saputra, *CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web*, Yayasan Amar Cendekia Indonesia, Sulawesi Selatan, Cetakan Pertama, 2020, h.1

⁵⁸ *Ibid*, h.2-3

⁵⁹ I Putu Ade Andre Payadnya & I Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantika, *Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik dengan SPSS*, Deepublish Publisher, Yogyakarta, Cetakan Pertama, 2018, h. 27

sama yaitu sesama pedagang. Uji coba dilaksanakan menggunakan tes uji keterbacaan aitem, dilaksanakan melalui *platform Google Form* dengan menjangring 10 partisipan dari kalangan umum untuk melakukan penilaian terhadap instrumen penelitian.

Validitas butir dilihat dari sejauh mana hasil perhitungan butir ini sejalan dengan hasil perhitungan alat ukur menyeluruh, maka validitas butir terlihat dari skor koefisien korelasi antara skor butir dan skor total instrumen. Jika koefisien korelasi skor butir dengan skor total instrumen positif signifikan maka butir itu dinyatakan valid.⁶⁰

Semakin tinggi angka pada koefisien korelasi skor butir dibanding skor total menandakan tingginya konsistensi hasil pengukuran menyeluruh instrumen dengan hasil pengukuran butir instrumen atau butir instrumen tersebut dikatakan konvergen dengan butir lainnya dalam menghitung satu konstruk yang akan dihitung.⁶¹

Nilai koefisien korelasi untuk tiap butir akan disejajarkan dengan angka koefisien korelasi pada tabel-r alpha tertentu, misalkan $\alpha = 0,05$. Apabila koefisien

⁶⁰ Adhariksa Zukhruf Kurniullah dkk, *Metode Penelitian Sosial*, Yayasan Kita Menulis, Medan, Cetakan Pertama, 2021, h. 136

⁶¹ *Ibid*, h. 136

korelasi skor butir dengan skor total lebih besar daripada koefisien korelasi tabel-r, koefisien korelasi butir signifikan serta butir itu valid secara empiris.⁶²

Hasil uji validitas butir pernyataan yang tak mencapai kriteria validitas akan dihapuskan serta butir pernyataan yang mencapai kriteria validitas akan dipakai sebagai instrumen penelitian.⁶³

Kriteria dalam uji validitas butir yakni jika r hitung dalam taraf signifikan 5% sesudah dikorelasikan dengan r tabel angkanya lebih besar, butir ini dikatakan valid. Dengan $n = 10$, besarnya *critical value* koefisien korelasi (r) *product moment* di taraf signifikansi 5% didapat angka r tabel = 0,632. Maka butir instrumen yang dikatakan valid yakni butir yang koefisien korelasinya lebih besar dari 0,632.⁶⁴

Sesudah uji validitas serta reliabilitas terhadap skala kemampuan pemahaman agama, dan kenaikan level stres menggunakan program SPSS disimpulkan bahwasanya dari 81 butir soal dengan rincian 35 butir soal kemampuan pemahaman agama dan 31 soal kenaikan level stres,

⁶² *Ibid*, h.137

⁶³ Sugiyono, *Statistika untuk Penelitian*, Alfabeta, Bandung, Cetakan Pertama, 2007, h. 125

⁶⁴ *Ibid*, h. 333

didapat hasil soal valid sejumlah 70 pernyataan, dan tidak valid sejumlah 11 pernyataan, dengan rincian :

- 1) Kemampuan pemahaman agama, jumlah butir 35, valid 23 butir, yaitu nomor 1,2,3,4,9,12,14,15,17, 18,19,20,21,23,25,26,27,28,29, 30,31,32,33.
- 2) Peningkatan level stres, jumlah butir 14, valid 12, yaitu nomor 36,37,39,40,41,42,43,44,45,46,48,49.

Untuk rincian perhitungan lebih lengkap, termuat dalam **Lampiran 2** pada halaman lampiran.

b) Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas diartikan sebagai seberapa jauh hasil ukur instrumen penelitian bisa dipercaya. Hasil ukur instrumen bisa dipercaya jika dilakukan pengukuran beberapa kali pada partisipan sama, didapat hasil ukur yang relatif sama pula. Reliabilitas terkait sejauh mana skor deviasi individu, ataupun skor-z, relatif konsisten jika dilaksanakan repetisi pengambilan data yang serupa. Reliabilitas merupakan salah satu indikator bahwa instrumen tersebut baik. Suatu instrumen dinyatakan reliabel ketika memberi hasil sama dengan waktu berbeda.⁶⁵

⁶⁵ Adhariksa Zukhruf Kurniullah dkk, *Metode Penelitian Sosial...*, h. 138

Menurut Sudjana, mengemukakan reliabilitas instrumen yakni ketepatan instrumen dalam menilai hal yang dinilai. Maknanya, kapan saja alat ukur ini dipakai bakal memberi hasil relatif sama.⁶⁶

Setelah dilakukan uji validitas, perlu juga dilaksanakan uji reliabilitas, apa alat ukur bisa dipakai ataukah tidak. Konsepnya yakni uji reliabilitas menghitung variabel yang digunakan lewat pernyataan dengan mensejajarkan skor *Cronbach's alpha* dengan taraf signifikansi yang digunakan. Taraf signifikansi yang digunakan bisa 0,5, 0,6, hingga 0,7 bergantung pada keperluan penelitian. Kriteria pengujian adalah :

- a. Apabila nilai *Cronbach's alpha* > taraf signifikan, alat ukur dinyatakan reliabel
- b. Apabila nilai *Cronbach's alpha* < taraf signifikan, alat ukur dinyatakan tidak reliabel⁶⁷

Validitas butir pernyataan yang telah dinyatakan valid seterusnya diuji reliabilitasnya memakai rumus *Alpha Cronbach* guna menyatakan instrumen reliabel atau tidak. Kriteria tingkat reliabilitas berdasar pada tabel berikut ini :

⁶⁶ *Ibid*, h. 138

⁶⁷ Budi Darma, *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)*, Guepedia, Bogor, Cetakan Pertama, 2021, h. 17

Tabel 5 : Interval dari Kriteria Reliabilitas

INTERVAL	KRITERIA
<0,200	Sangat rendah
0,200-0,339	Rendah
0,400-0,599	Cukup
0,600-0,799	Tinggi
0,800-1000	Sangat Tinggi

Dari uji reliabilitas yang dilakukan terhadap dua skala yang akan digunakan, skala kemampuan pemahaman agama memiliki reliabilitas 0,580 dengan total aitem 23. Berdasarkan pada indeks reliabilitas, jika nilai r_{hitung} berada di interval 0,400-0,599 maka reliabilitas instrumen dinyatakan cukup. Kemudian dilakukan perhitungan reliabilitas dari alat ukur untuk variabel level stres dengan 12 item valid, reliabilitasnya adalah 0,971 yang mana menurut tabel kriteria reliabilitas dinyatakan termasuk dalam interval yang sangat tinggi. Dikarenakan kedua alat ukur telah dikatakan valid serta reliabel, alat ukur telah memenuhi syarat guna disebarkan pada partisipan. Hasil uji reliabilitas dilampirkan pada **Lampiran 2**.

2. Uji Normalitas

Bermaksud guna melihat apakah distribusi data normal ataukah tidak. Dalam konsepnya, uji normalitas ialah membandingkan data yang didapat peneliti dengan data yang berdistribusi normal yang mempunyai rerata serta standar deviasi yang serupa dengan data yang diteliti. Uji normalitas penting dilakukan karena merupakan satu ketentuan agar bisa dilakukannya *parametric test*.⁶⁸

Model korelasi yang bagus yaitu yang berdistribusi normal ataupun dekat dengan normal. Guna menilik data yang didapat berdistribusi secara normal ataukah tidak, dilaksanakan uji normalitas memakai aplikasi SPSS dan menilik hasil yang tampak di kolom *kolmogrov-smirnov* atau pada *Shapiro Wilk*. Dengan menggunakan dasar pengambilan putusan normal ataupun tidak yaitu jika x hitung $> 0,05$ data dinyatakan berdistribusi normal, dan jika x hitung $< 0,05$ data dinyatakan berdistribusi tidak normal.⁶⁹

Uji normalitas yang dilakukan memakai dasar uji normalitas *Kolmogorov-smirnov*, memiliki dasar pengambilan keputusan yaitu:

⁶⁸ Haryadi Sarjono dan Winda Julianita, *SPSS vs LISREL: Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset*, Salemba Empat, Jakarta, Cetakan Pertama, 2011, h. 53

⁶⁹ *Ibid*, h.63

- Nilai Sig. > 0,05, data berdistribusi normal
- Nilai Sig. < 0,05, data tidak berdistribusi normal

3. Uji Korelasi

Sesudah data kuesioner dinyatakan valid dan reliabel, maka data telah pantas untuk dianalisis dan dilakukan langkah selanjutnya yaitu pengujian hipotesis. Dengan memakai analisis korelasional sebagai dasar pengujian hipotesis. Penelitian korelasi ialah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui sejauhmana variabel pada satu atau lebih faktor saling berkaitan dilihat dari koefisien korelasinya. Hal utama yang menjadi perhatian peneliti dalam penelitian korelasi yaitu (1) adanya kerangka teori yang menunjang ada atau tidaknya hubungan antar variabel, (2) keterandalan instrumen pengukuran yang dipakai, (3) jumlah sampel yang dianalisis.⁷⁰

Uji korelasi ini memungkinkan peneliti menganalisis hubungan antar variabel dalam satu studi tunggal. Koefisien korelasi yang didapat memberikan suatu ukuran tingkat dan arah hubungan. Dasar pengambilan keputusannya adalah jika koefisien korelasi semakin mendekati angka satu, maka variabel yang diteliti memiliki hubungan yang kuat. Arah hubungan korelasi ditandai dengan simbol + ataupun -, jika korelasi bertanda positif maka diartikan sebagai semakin

⁷⁰ Abd. Mukhid, *Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, Surabaya, 2021, h.18

tinggi variabel kemampuan pemahaman agama, maka semakin tinggi pula level stres pedagang yang berarti H1 ditolak dan H0 diterima. Namun jika korelasi bertanda negatif, maka berarti bahwa semakin tinggi variabel kemampuan pemahaman agama, maka semakin rendah level stres yang dimiliki pedagang dan mendapat simpulan H1 diterima dan H0 ditolak.⁷¹

⁷¹ Imam Santoso dan Harries Madiistriyatno, *Metodologi Penelitian Kuantitatif...*, h.46

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kancah Penelitian

1. Orientasi Kancah

Penelitian ini bertempat di Pasar Bitingan Kudus dengan fokus pada bagian Pasar Zaik Bitingan Kudus sebagai subjek penelitian. Pasar Bitingan Kudus dibagi menjadi 3 pasar jika dibagi menurut waktu berjualan. Pertama adalah Pasar Bitingan Kudus, yang menjual konveksi, kelontong hingga kebutuhan dapur dan sehari-hari baik ecer maupun grosir yang buka mulai pukul 08.00-15.00 WIB. Kedua adalah Pasar Zaik Bitingan Kudus yang khusus menjual konveksi pria maupun anak-anak, ratengan atau angkringan, juga sepatu dan aksesoris pria seperti sabuk dan topi, sejak pukul 15.00-23.00 WIB. Disambung dengan Pasar Grosir Sayur Bitingan Kudus yang menjual aneka sayuran dan buah-buahan *fresh* dan langsung dari petani, buka sejak pukul 23.00 WIB berakhir di pagi hari pukul 07.00 WIB.

Pasar Zaik Bitingan Kudus yang terletak di Jl. Mayor Basuno, Cobowo, Ploso, Kec. Jati, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah. Memiliki organisasi yang menampung para pedagangnya, dinamakan Paguyuban Pasar Zaik Bitingan

(PPZB) Kudus. Memiliki anggota sebanyak 70 pedagang yang tercatat pada daftar anggota paguyuban.

Pengambilan data dilaksanakan menggunakan instrumen yang telah disusun dan diuji validitas dan reliabilitasnya. Menggunakan kertas cetak dengan skala *Guttman* dua kategori yaitu Ya dan Tidak. Memakai metode *non probability sampling* yakni metode sampling jenuh disebut pula sensus dengan menetapkan kriteria pedagang yang aktif berjualan selama masa penerapan PPKM Darurat.

2. Persiapan Penelitian

Semasa belum pengumpulan data berlangsung, peneliti melaksanakan tahap-tahap perencanaan diantaranya yakni persiapan administrasi, penyusunan alat ukur penelitian yang berbentuk angket serta persediaan modul. Berikut ini adalah perincian dari tahap yang dilaksanakan peneliti :

a) Persiapan Administrasi

Langkah pertama yang dilakukan peneliti adalah pengurusan surat ijin dilaksanakan penelitian pada Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Semarang perihal permohonan pengambilan data penelitian guna diajukan pada Kepala Pasar Zaik Bitingan Kudus. Kemudian pihak universitas menerbitkan izin melalui surat edaran nomor B-

0446/Un.10.2/D/PP.00.9/2/2022 sehingga peneliti sudah bisa memulai penelitian.

b) Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur yang dipakai mencakup skala kemampuan pemahaman agama dan skala pengukuran level stress dengan menggunakan acuan DASS 42. Penyusunan alat ukur diawali penetapan konsep, teori, dimensi, serta definisi operasional yang bakal dipakai. Seterusnya dilakukan penjabaran yang terinci perihal dimensi, indikator perilaku yang seterusnya diturunkan menjadi pernyataan. Skala kemampuan pemahaman agama dengan 20 aitem *favorable* serta 15 aitem *unfavorable* dan total keseluruhan 35 aitem. Dan skala pengukuran level stres sebanyak 14 aitem yang keseluruhannya merupakan aitem *favorable*.

Sebelum dilaksanakannya penelitian, peneliti telah melaksanakan uji coba alat ukur yang ditujukan mengukur validitas serta reliabilitas dari instrumen yang telah disusun hingga memenuhi syarat dalam pengambilan data sesungguhnya. Uji coba instrumen dilakukan mulai tanggal 20-25 Februari 2022 yang diujikan pada 10 orang subjek.

Peneliti melaksanakan pengukuran validitas serta reliabilitas dari alat ukur yang telah dibuat. Sesudah

dilakukannya pengukuran, dari 35 aitem pada skala kemampuan pemahaman agama, 23 diantaranya dinyatakan sahih berdasar pada nilai validitas serta reliabilitasnya. Dan skala level stres dari 14 aitem, 12 diantaranya sahih dan dapat digunakan dalam mengukur data penelitian yang akan diambil. Aitem yang tidak dapat digunakan mempunyai koefisien korelasi $< 0,632$.

Setelah dilakukan uji validitas, aitem yang lolos uji akan dilakukan uji reliabilitasnya untuk mengetahui konsistensi dari alat ukur. Skala kemampuan pemahaman agama memiliki reliabilitas 0,580 yang menyatakan bahwa alat ukur cukup reliabel dalam mengukur variabel kemampuan pemahaman agama. Sedangkan skala level stres memiliki reliabilitas 0,971 yang mana menyatakan bahwa skala memiliki reliabilitas tinggi dalam mengukur variabel level stres.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian ini sebanyak 39 partisipan, terdiri dari 31 pedagang perempuan serta 8 pedagang laki-laki. Kriteria yang diterapkan dalam memilih partisipan penelitian yakni pedagang kaki lima pasar zaik bitingan kudu yang aktif berjualan pada saat penerapan PPKM darurat berlangsung.

2. Karakteristik Partisipan

Partisipan penelitian berjumlah 39 pedagang. Karakteristik partisipan dibedakan menurut jenis kelamin, usia, dan pekerjaan. Data tersebut digambarkan dalam tabel 7 berikut:

Tabel 6 : Karakteristik Partisipan

Karakteristik Partisipan	Frekuensi	Persen
Jenis Kelamin		
Laki-laki	8 partisipan	21%
Perempuan	31 partisipan	79%
Jumlah	39 partisipan	100%
Usia		
15-25 tahun	7 partisipan	18%
26-36 tahun	12 partisipan	31%
37-47 tahun	9 partisipan	23%
≥ 48 tahun	11 partisipan	28%
Jumlah	39 partisipan	100%
Pekerjaan		
Pedagang Kaki Lima	27 partisipan	69%
Wiraswasta	7 partisipan	18%
Karyawan	5 partisipan	13%
Jumlah	39 partisipan	100%

Disimpulkan dari data jenis kelamin, mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan, dengan persentase 79% dibandingkan dengan laki-laki angka ini terlihat signifikan, persentase partisipan laki-laki yaitu 21%. Dari segi usia partisipan, persebarannya hampir merata di seluruh kelas interval, didominasi pada usia 26-36 tahun dengan 12 orang partisipan (31%), disusul dengan kelompok usia tua (≥ 48 tahun) sebanyak 11 partisipan (28%), dan kelompok usia 37-47 tahun sebanyak 9 partisipan dengan persentase 23% dan kelompok usia muda 15-25 tahun sebanyak 7 partisipan dengan persentase 18%.

Ditinjau dari pekerjaan partisipan, pedagang kaki lima mendominasi sebanyak 27 partisipan atau sebanyak 69% dari keseluruhan, wiraswasta sebanyak 7 partisipan dengan persentase sebanyak 18% dan karyawan dari pedagang sebanyak 5 orang memegang persentase terkecil yaitu 13% dari keseluruhan total persentase partisipan.

3. Tingkat Pemahaman Agama Partisipan

Berdasar data yang telah diperoleh melalui pembagian kuesioner untuk variabel tingkat kemampuan pemahaman agama, diperoleh data yang tertuang pada tabel 7:

Tabel 7 : Kemampuan Partisipan dalam Memahami Agama

Kemampuan Partisipan Memahami Agama	Frekuensi	Persen
Tinggi	23 partisipan	59%
Rendah	16 partisipan	41%
Jumlah	39 partisipan	100%

Berdasarkan pengukuran yang sudah dilaksanakan pada data yang didapat dari lapangan, diperoleh perhitungan terhadap kemampuan memahami ajaran agama pada partisipan yaitu kategori tinggi dominan sebanyak 23 partisipan (59%) dari keseluruhan. Sedangkan kemampuan memahami agama pada partisipan yang tergolong rendah sejumlah 16 partisipan (41%).

4. Tingkat Stres pada Partisipan

Menggunakan pedoman pengukuran pada DASS 42 yang turut memiliki patokan penggolongan kategori yaitu tidak stres (0-14), stres ringan (skor 15-18), stres sedang (skor 19-25), stres berat (skor 26-33) dan stres sangat berat (skor >34). Berdasarkan penggolongan tersebut diperoleh data dalam tabel 8:

Tabel 8 : Level Stres pada Partisipan

Level Stres Partisipan	Frekuensi	Persen
Normal	19 partisipan	49%
Ringan	1 partisipan	2,5%
Sedang	11 partisipan	28%
Parah	7 partisipan	18%
Sangat Parah	1 partisipan	2,5%
Jumlah	39 partisipan	100%

Pengukuran terhadap tingkat stres pada partisipan berjumlah 39 partisipan ini mendapatkan hasil bahwa hampir separuh partisipan (49%) memiliki tingkat stres yang normal, partisipan yang memiliki stres ringan sebanyak satu partisipan, disusul dengan partisipan yang memiliki tingkat stres sedang sebesar 28%, berada di tingkat stres parah sebesar 18 partisipan (18%), dan satu partisipan berada di level stres yang sangat berat.

5. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas memakai uji normalitas yang digunakan untuk melihat sebaran data dari suatu sampel. Pada pengujian, data dinyatakan berdistribusi normal ketika skor signifikansi lebih daripada 0,05 (Sig. > 0.05). Data uji normalitas dinyatakan dalam tabel 9:

Tabel 9 : Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pemahaman_agama	,231	39	,000	,873	39	,000
level_stres	,146	39	,035	,941	39	,042

a. Lilliefors Significance Correction

Dari tabel didapatkan bahwa nilai signifikansi adalah 0,00 dan 0,035 sedangkan menurut pedoman pengambilan putusan adalah ketika nilai signifikansi lebih besar daripada 0,05 maka data dinyatakan berdistribusi normal. Hasil yang diperoleh ialah 0,000 dan 0,035 yang mana lebih kecil daripada 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi tidak normal, maka pengujian korelasi menggunakan metode *Spearman's rho*.

6. Hasil Uji Korelasi

Tujuan dilakukannya uji korelasi adalah untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya, yakni untuk menguji adanya korelasi antara pengaruh kemampuan pemahaman agama terhadap level stres pedagang kaki lima Pasar Zaik Bitingan Kudus pada masa diterapkannya PPKM Darurat.

Tabel 10 : Hasil Uji Korelasi

Correlations

		level_stres	pemahaman _agama
Spearman's rho	level_stres	Correlation Coefficient	1,000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	39
pemahaman_agama		Correlation Coefficient	-,436**
		Sig. (2-tailed)	,006
		N	39

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Nilai pengujian korelasi antara kemampuan pemahaman agama (X) dengan level stres (Y) memiliki koefisien korelasi sebesar -0,436 yang berhubungan negatif dengan level stres, yang berarti bahwa jika kemampuan pemahaman agama pada pedagang kaki lima semakin tinggi, maka tingkat stres pada pedagang kaki lima menurun. Koefisien korelasi sebesar 0,436 menunjukkan korelasi yang cukup kuat antara variabel kemampuan pemahaman agama (X) dengan level stres (Y). Dengan ini maka ditarik simpulan bahwa H1 yang menyatakan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kemampuan pemahaman agama dengan level stres pedagang kaki lima Pasar Zaik Bitingan Kudus pada masa Penerapan PPKM Darurat diterima dan H0 ditolak.

C. Pembahasan

Berdasar pada hasil dari analisis data serta uji hipotesis yang sudah dipaparkan diatas, diketahui bahwa variabel kemampuan pemahaman agama memiliki koefisien korelasi cukup tinggi serta signifikan terhadap peningkatan level stres pada pedagang kaki lima Pasar Zaik Bitingan Kudus, yaitu variabel kemampuan pemahaman agama dengan korelasi sebesar -0,436.

Secara teoritis, hasil penelitian dari korelasi kemampuan pemahaman agama dengan level stres sesuai dengan penelitian yang telah dilaksanakan Rofiqoh Laili (2018) pada skripsinya mengenai “Pengaruh Religiusitas terhadap Stres pada Mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta”, mendapat simpulan bahwa ditemukan pengaruh negatif yang signifikan religiusitas terhadap stres pada mahasiswa, artinya ketika tingkat religiusitas tinggi maka tingkat stres makin rendah, begitu pula sebaliknya. Sama-sama memiliki korelasi negatif terhadap tingkat stres pada diri individu, yang kali ini ditemukan pada subjek pedagang kaki lima.

Hasil penelitian ini juga mendukung hasil penelitian dari Abdul Fakhri dkk mengenai “Ritual Ibadah sebagai Upaya Penurunan Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19”, bahwasanya semakin diri seseorang memahami agama, melalui ritual ibadah yang dilakukan, pemahaman agama yang mendalam, kemudian mengimplementasikan pada kehidupan sehari-hari, maka individu akan menghadapi permasalahan yang terjadi dalam

hidupnya dengan berpedoman pada agamanya. Termasuk pada saat menghadapi pandemi covid-19 termasuk dengan seperangkat aturan yang diterapkan didalamnya guna mencegah penyebaran covid-19. Dengan individu memahami agama dan beribadah mendekati diri dengan Tuhannya, maka individu beragama akan merasa tenang, merasa ada Dzat yang lebih tinggi yang akan menolongnya keluar dari masalah yang dialami.

Hasil penelitian yang dilakukan ini juga membuktikan teori oleh Yusron Masduki dan Idi Warsah, dalam bukunya yaitu *Psikologi Agama*, bahwasanya individu yang memiliki pemahaman pada ajaran agamanya, ia akan dekat dengan agama dan agama akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupannya termasuk tentang cara pandangya terhadap suatu keadaan yang bisa menjadi *stressor* (dalam penelitian ini adalah masa penerapan PPKM darurat). Individu akan berpikir bagaimana menjadikan masalah yang dihadapinya sebagai jalan mendekati dirinya pada Tuhannya dan menjadikannya sebagai bimbingan hidup, sehingga batinnya tetap tenang dan jiwanya tidak terguncang karena tahu bahwa individu tersebut memiliki Tuhan yang senantiasa ada di dekatnya, mempercayai bahwa Tuhan akan membantu dirinya keluar dari masalah yang dialaminya. Melalui penelitian ini dibuktikan korelasi antara kemampuan pemahaman agama dengan level stres individu pedagang sebesar -0,420 yang berkontribusi dengan korelasi yang cukup kuat untuk mempengaruhi tingkat stres pada diri seseorang

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini mendapatkan hasil akhir yaitu adanya hubungan dari kemampuan pemahaman agama dengan level stres pada Pedagang Kaki Lima Pasar Zaik Bitingan Kudus dengan koefisien korelasi sebesar $-0,436$ yang cukup signifikan. Tanda negatif menandakan hubungan negatif antara tingkat pemahaman agama dan peningkatan level stres pada Pedagang Kaki Lima Pasar Zaik Bitingan Kudus. Nilai koefisien $0,436$ membuktikan hubungan yang cukup kuat antara variabel kemampuan pemahaman agama dengan level stres pada Pedagang Kaki Lima Pasar Zaik Bitingan Kudus. Berdasar kesimpulan diatas, maka dinyatakan H1 penelitian diterima dan H0 penelitian ditolak.

B. Saran

Saran bagi peneliti selanjutnya dapat pula meneliti dengan menggunakan metode wawancara mendalam dengan beberapa pedagang yang dianggap mewakili, menggunakan metode kualitatif dalam meneliti korelasi dan pengaruh dari suatu religiusitas atau pemahaman agama pada diri seseorang terhadap bagaimana perilaku individu dalam menghadapi suatu kebijakan atau keadaan tertentu dan kaitannya dengan tingkat stres pada dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A. N. (2020). Pengaruh Pemahaman Agama dan Sosialisasi Program Terhadap Minat Berwakaf Uang. *MAQDIS*, 1-18.
- Basuki. (2021). *Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Benu, F. L., & Benu, A. S. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Ekonomi, Sosiologi, Komunikasi, Administrasi, Pertanian, dan Lainnya Edisi Pertama*. Jakarta: Kencana.
- Bros, R. A. (2021, Maret 29). *Manajemen Stres di Masa Pandemi Covid-19*. Diambil kembali dari awalbros.com: <http://awalbros.com/kejiwaan/manajemen-stres-di-masa-pandemi-covid-19/>
- Candra, I. W., Harini, I. G., & Sumirta, I. N. (2017). *Psikologi: Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Darma, B. (2021). *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R²)*. Bogor: Guepedia.
- Darmawanti, I. (2012). HUBUNGAN ANTARA TINGKAT RELIGIUSITAS DENGAN KEMAMPUAN DALAM MENGATASI STRES (COPING STRESS). *JURNAL PSIKOLOGI : TEORI & TERAPAN*, 102-107.
- Darwin, M., Mamondol, M. R., Sormin, S. A., Nurhayati, Y., Tambunan, H., Sylvia, D., . . . Gebang, A. A. (2021). *Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Bandung: Media Sains Indonesia.

- Fakhri, A., Ohara, S., Melinda, V., & Putri, A. (2020). Ritual Ibadah sebagai Upaya Penurunan Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19. *PSISULA:Prosiding Berkala Psikologi*, 413-428.
- Febriyani, S. (2021, Februari 28). Resiliensi Pedagang Kaki Lima di Tengah Pandemi (Studi Kasus pada Pedagang Kaki Lima di sekitar IAIN Purwokerto. *Skripsi S1*, hal. 1-73.
- Firdausita, R. S. (2018, Januari 29). Pengaruh Pemahaman Agama dan Lingkungan Terhadap Perilaku Perempuan Hamil di Luar Nikah di Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan. *Tesis S2*, hal. 1-137.
- Fitri, W. M. (2017, Februari 27). Coping Religius pada Narapidana Perempuan Kasus Pembunuhan di Lapas Perempuan Kota Palembang. *Skripsi S1*, hal. 1-144.
- Ghufron, M. N., & S., R. R. (2016). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Herlambang, H., Saputra, N. E., Supian, Iranda, A., & Rahman, M. A. (2021). Studi Deskriptif Tentang Dampak Covid-19 Terhadap Psikologis Pada Masyarakat Jambi. *PSIKODIMENSIA Kajian Ilmiah Psikologi*, 10-21.
- Hidayah, B. (2017, September 25). Pengaruh Pemahaman Keagamaan Terhadap Ketaatan Beragama pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi S1*, hal. 1-120.
- Husailah, N. F. (2020, November 23). Pengaruh Keaktifan Mengikuti Majelis Taklim Terhadap Pemahaman Agama Islam Jamaah Majelis Taklim Se-Kecamatan Ngrambe Selatan, Kabupaten Ngawi Tahun 2020. *Skripsi S1*, hal. 1-224.

- Imelisa, R., Roswendi, A. S., Wisnusakti, K., & Ayu, I. R. (2021). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikososial*. Tasikmalaya: Edu Publisher.
- Irsyad, M. (2012). *Hilangkan Stres dengan Terapi Hipno Ikhlas*. Jogjakarta: Penerbit najah.
- Ismayani, A. (2020). *Metodologi Penelitian*. Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Jackman, A. (2006). *How to Get Things Done : Kiat Sukses Merealisasikan Rencana*. Jakarta: Penerbit Esensi Erlangga Group.
- Jalinus, N., Ganefri, Jailani, E. D., Alias, M., Syahril, Sukardi, & Risfendra. (2021). *Riset Pendidikan dan Aplikasinya*. Padang: UNP Press.
- Khalifah, S. N., & Lutfiah, N. (2010). Religiopsikoneuroimunologi Al-Qur'an (Studi Kolaborasi Terapi Al-Qur'an dan Fungsi Otak dalam Menghadapi Stres). *Buletin Psikologi*, 19-28.
- Kharisma, R. (2018, Maret 23). Coping Religius pada Penderita Lupus. *Skripsi S1*, hal. 1-130.
- King, L. A. (2012). *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif (Buku 2)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kurniullah, A. Z., Revida, E., Hasan, M., Tjiptadi, D. D., Saragih, H., Rahayu, P. P., . . . Hidayatulloh, A. N. (2021). *Metode Penelitian Sosial*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Laili, R. (2018, Agustus 6). Pengaruh Religiusitas terhadap Stres pada Mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta. *Skripsi S1*, hal. 1-115.
- Losyk, B. (2007). *Kendalikan Stres Anda! Mengatasi Stres dan Sukses di Tempat Kerja*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- LSPR Communication Research Conference 2010. (2010). *Beyond Borders : Communication Modernity & History*. Jakarta: London School.
- Luwihono, A., & Palpialy, J. V. (2021). *Buku Ajar Implementasi dan Pengukuran*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- M.M, F. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dilengkapi Analisis Regresi IBM SPSS Statistics Version 26.0*. Riau: DOTPLUS Publisher.
- Masduki, Y., & Warsah, I. (2020). *Psikologi Agama*. Palembang: Tunas Gemilang Press.
- Mukhid, A. (2021). *Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Surabaya: Jakad Media Publishing.
- Nazir, M. (2017). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Ovan, & Saputra, A. (2020). *CAMI: Aplikasi Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Berbasis Web*. Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.
- Payadnya, I. A., & Jayantika, I. A. (2018). *Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik Dengan SPSS*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Pranatawijaya, V. H., Widiatry, Priskila, R., & Anugrah, P. A. (2019). Pengembangan Aplikasi Kuesioner Survey Berbasis Web Menggunakan Skala Likert dan Guttman. *Jurnal Sains dan Informatika*, 128-137.
- Rabbi, C. P. (2021, Juli 7). *Terdampak PPKM Darurat, Omzet Pedagang Pasar Turun Hingga 80%*. Diambil kembali dari katadata.co.id:
<https://katadata.co.id/safrezifitra/berita/60e57b5d36dd2/terdampak-ppkm-darurat-omzet-pedagang-pasar-turun-hingga-80>

- Rahmaniah, F. (2021, Juli 6). *Curhat Pedagang Kaki Lima di Area Pasar Beringharjo Yogyakarta Soal Dampak PPKM Darurat*. Diambil kembali dari yoursay.id: <https://yoursay.suara.com/news/2021/07/06/065845/curhat-pedagang-kaki-lima-di-area-pasar-beringharjo-yogyakarta-soal-dampak-ppkm-darurat>
- Roflin, E., & Zulvia, F. E. (2021). *Kupas Tuntas Analisis Korelasi*. Pekalongan: Nasya Expanding Management.
- Saerozi. (2012). *Pemahaman Agama & perilaku Ekonomi sebagai Faktor Tingkat Kesejahteraan Nelayan di Desa gempolsewu Kecamatan Rowosari Kabupaten Kendal*. Semarang: Lembaga Penelitian IAIN Walisongo.
- Saifuddin, A. (2019). *Psikologi Agama : Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Agama*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Santoso, I., & Madiistriyatno, H. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Tangerang: Indigo Media.
- Saputro, E. B. (2020). *Bodo Amat! Seni Mencipta Bahagia, Meraih Cita-cita dan Cinta*. Yogyakarta: Penerbit Araska.
- Sarinah. (2017). *Pendidikan Agama Islam*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sarjono, H., & Julianita, W. (2011). *SPSS vs LISREL: Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset*. Jakarta: Salemba Empat.
- Sarwono, J. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Edisi 2*. Jogjakarta: Suluh Media.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suma, M. I. (2013). *Dinamika Wacana Islam*. Jakarta: Nagamedia.

- Sumargo, B. (2020). *Teknik Sampling*. Jakarta: UNJ Press.
- Supradewi, R. (2019). Koping Religius dan Stres pada Guru Sekolah Islam. *PSISULA : Prosiding Berskala Psikologi* (hal. 150-165). Semarang: Fakultas Psikologi Unissula.
- Tanjung, A. A., & Muliyani. (2021). *Metodologi Penelitian : Sederhana, Ringkas, Padat dan Mudah Dipahami*. Surabaya: Scopindo Media Pustaka.
- Tumanggor, R. (2016). *Ilmu Jiwa Agama (The Psychology of Religion)*. Jakarta: Prenada Media.
- Wicaksono, Y. I. (2016). *Gejala Gangguan Jiwa dan Pemeriksaan Psikiatri dalam Praktek Klinis*. Malang: Media Nusa Creative.
- Winurini, S. (2019). Hubungan Religiositas dan Kesehatan Mental pada Remaja Pesantren di Tabanan. *Aspirasi: Jurnal Masalah-masalah Sosial*, 139-153.
- Yakhamid, R. Y., & Zaqi, N. A. (2021). Efektivitas PPKM Darurat dalam Penanganan Lonjakan Kasus Covid-19: Studi Kasus 128 Kabupaten/Kota di Pulau Jawa dan Bali. *Seminar Nasional Official Statistics* (hal. 235-244). Jakarta: Politeknik Statistika STIS.
- Yayanriani, I. (2020, Agustus 25). Analisis Pendapatan, Kesesuaian Harga, Pemahaman Agama, dan Etika Konsumsi Islam Terhadap Keputusan Penggunaan Hijab (Studi Kasus Mahasiswi Muslim Universitas Brawijaya Malang). *Skripsi SI*, hal. 1-24.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Pernyataan dalam Kuesioner yang diedarkan pada partisipan

Kuesioner “Hubungan Kemampuan Pemahaman Agama Dengan Level Stress Pedagang Pasar Zaik Bitingan Kudus”

Petunjuk pengisian :

1. Bacalah dengan teliti pertanyaan/pertanyaan terlampir
2. Isilah sesuai dengan pengalaman yang dialami oleh Bapak/Ibu
3. Berikan tanda centang (√) pada kolom penilaian yang sesuai

Pemahaman Agama

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya merasa yakin bahwa Allah akan memberi saya solusi atas permasalahan yang saya hadapi sekarang		
2.	Saya merasa yakin Allah tidak akan memberi saya cobaan diluar kemampuan saya		
3.	Saya merasa yakin takdir Allah akan lebih baik setelah cobaan yang diberikan pada saya		
4.	Saya merasa yakin bahwa Allah akan memberi saya jalan keluar karena saya dekat dengan Allah		
5.	Saya berdo'a kepada Allah setelah selesai shalat		
6.	Saya membaca Al-Qur'an setelah selesai shalat		
7.	Saya memahami bahwa Allah yang Maha mengatur takdir hambanya		

8.	Saya memahami dan meyakini bahwa Allah itu ada		
9.	Saya memahami bahwa Allah mempunyai nama lain Maha Penolong dalam <i>Asmaul Husna</i>		
10.	Saya sering menyalahkan keadaan yang terjadi sekarang		
11.	Saya sering menyalahkan orang lain atas keadaan saya saat ini		
12.	Saya merasa pemerintah adalah orang yang bertanggung jawab atas keadaan saya sekarang		
13.	Saya merasa bahwa saya mudah panik dan tergesa-gesa dalam menghadapi cobaan/ujian		
14.	Saya berserah diri kepada Allah setelah berusaha		
15.	Saya merasa penerapan PPKM darurat tidak adil bagi saya		
16.	Saya merasa putus asa ketika menghadapi keadaan yang sulit		
17.	Saya merasa kecewa ketika ada hal yang terjadi diluar harapan dan kehendak saya		
18.	Saya meninggalkan shalat ketika kios sedang ramai		
19.	Saya merasa bersyukur dengan hidup saya saat ini		
20.	Saya merasa bahagia dengan hidup saya saat ini		
21.	Saya menerima apapun keadaan yang terjadi saat ini		
22.	Saya merasa tenang setelah selesai shalat		
23.	Saya merasa dekat dengan Allah		

Level Stres

No.	Pernyataan	0	1	2	3
24.	Saya merasa diri saya mudah marah karena hal sepele sekalipun				
25.	Saya cenderung bereaksi berlebih terhadap PPKM darurat				
26.	Saya merasa diri saya mudah merasa kesal				
27.	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas				
28.	Saya merasa diri saya <i>grusa-grusu</i> dalam melakukan sesuatu				
29.	Saya merasa diri saya mudah tersinggung				
30.	Saya merasa sulit beristirahat				
31.	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah				
32.	Saya merasa sulit tenang setelah dibuat kesal oleh suatu hal				
33.	Saya merasa sulit bersabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan				
34.	Saya tidak dapat memaklumi hal yang menghalangi saya menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan				
35.	Saya menemukan diri saya mudah gelisah				

Lampiran 2. Uji Validitas dan Reliabilitas Angket

Hasil Uji Validitas

Variabel Kemampuan Pemahaman Agama

No.	Pernyataan	rhitung	rtabel	Ket.
1.	Saya merasa yakin bahwa Allah akan memberi saya solusi atas permasalahan yang saya hadapi sekarang	0,946	0,632	Valid
2.	Saya merasa yakin Allah tidak akan memberi saya cobaan diluar kemampuan saya	0,946	0,632	Valid
3.	Saya merasa yakin takdir Allah akan lebih baik setelah cobaan yang diberikan pada saya	0,795	0,632	Valid
4.	Saya merasa yakin bahwa Allah akan memberi saya jalan keluar karena saya dekat dengan Allah	0,940	0,632	Valid
5.	Saya ragu Allah akan memberi jalan keluar bagi masalah yang sedang saya hadapi	0,256	0,632	Tidak Valid
6.	Saya merasa takut keadaan saya akan semakin buruk kedepannya	0,216	0,632	Tidak Valid
7.	Saya merasa tidak yakin Allah akan memberi jalan keluar bagi saya	0,218	0,632	Tidak Valid
8.	Saya melaksanakan shalat lima waktu	0,483	0,632	Tidak Valid
9.	Saya berdo'a kepada Allah setelah selesai shalat	0,891	0,632	Valid
10.	Saya melaksanakan puasa sunnah	0,361	0,632	Tidak Valid

11.	Saya melaksanakan shalat sunnah	0,361	0,632	Tidak Valid
12.	Saya membaca Al-Qur'an setelah selesai shalat	0,639	0,632	Valid
13.	Saya menyisihkan sebagian harta saya untuk bershodaqoh	0,361	0,632	Tidak Valid
14.	Saya memahami bahwa Allah yang Maha mengatur takdir hambanya	0,842	0,632	Valid
15.	Saya memahami dan meyakini bahwa Allah itu ada	0,946	0,632	Valid
16.	Saya merasa mampu mengendalikan keadaan sesuai kehendak dan harapan saya	0,483	0,632	Tidak Valid
17.	Saya memahami bahwa Allah mempunyai nama lain Maha Penolong dalam <i>Asmaul Husna</i>	0,940	0,632	Valid
18.	Saya sering menyalahkan keadaan yang terjadi sekarang	0,946	0,632	Valid
19.	Saya sering menyalahkan orang lain atas keadaan saya saat ini	0,639	0,632	Valid
20.	Saya merasa pemerintah adalah orang yang bertanggung jawab atas keadaan saya sekarang	0,639	0,632	Valid
21.	Saya merasa bahwa saya mudah panik dan tergesa-gesa dalam menghadapi cobaan/ujian	0,639	0,632	Valid
22.	Saya tetap berusaha mencari jalan keluar atas permasalahan saya	0,361	0,632	Tidak Valid

23.	Saya berserah diri kepada Allah setelah berusaha	0,946	0,632	Valid
24.	Saya merasa PPKM darurat adalah langkah yang buruk yang diambil oleh pemerintah	0,483	0,632	Tidak Valid
25.	Saya merasa penerapan PPKM darurat tidak adil bagi saya	0,946	0,632	Valid
26.	Saya merasa putus asa ketika menghadapi keadaan yang sulit	0,946	0,632	Valid
27.	Saya merasa kecewa ketika ada hal yang terjadi diluar harapan dan kehendak saya	0,946	0,632	Valid
28.	Saya meninggalkan shalat ketika kios sedang ramai	0,946	0,632	Valid
29.	Saya merasa bersyukur dengan hidup saya saat ini	0,946	0,632	Valid
30.	Saya merasa bahagia dengan hidup saya saat ini	0,639	0,632	Valid
31.	Saya menerima apapun keadaan yang terjadi saat ini	0,639	0,632	Valid
32.	Saya merasa tenang setelah selesai shalat	0,842	0,632	Valid
33.	Saya merasa dekat dengan Allah	0,745	0,632	Valid
34.	Saya merasa saya tidak dekat dengan Allah	0,445	0,632	Tidak Valid
35.	Saya merasa cemas ketika dalam keadaan sulit	0,161	0,632	Tidak Valid

Level Stres

No.	Pernyataan	Rhitung	Rtabel	Ket.
36.	Saya merasa diri saya mudah marah karena hal sepele sekalipun	0,973	0,632	Valid
37.	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap PPKM darurat	0,849	0,632	Valid
38.	Saya merasa sulit untuk bersantai	0,630	0,632	Tidak Valid
39.	Saya merasa diri saya mudah merasa kesal	0,909	0,632	Valid
40.	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas	0,973	0,632	Valid
41.	Saya merasa diri saya <i>grusa-grusu</i> dalam melakukan sesuatu	0,875	0,632	Valid
42.	Saya merasa diri saya mudah tersinggung	0,973	0,632	Valid
43.	Saya merasa sulit beristirahat	0,973	0,632	Valid
44.	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah	0,726	0,632	Valid
45.	Saya merasa sulit tenang setelah dibuat kesal oleh suatu hal	0,973	0,632	Valid
46.	Saya merasa sulit bersabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan	0,973	0,632	Valid
47.	Sekarang ini saya sedang merasa gelisah	0,592	0,632	Tidak Valid
48.	Saya tidak dapat memaklumi hal yang menghalangi saya menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan	0,726	0,632	Valid
49.	Saya menemukan diri saya mudah gelisah	0,973	0,632	Valid

Hasil Uji Reliabilitas

- Kemampuan Pemahaman Agama

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,580	23

- Level Stres (DASS 42)

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
,971	12

Lampiran 3 Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pemahaman_agama	,231	39	,000	,873	39	,000
level_stres	,146	39	,035	,941	39	,042

a. Lilliefors Significance Correction

*Lampiran 4. Hasil Uji Korelasi***Correlations**

		level_stres	pemahaman _agama
Spearman's rho	level_stres	Correlation Coefficient	1,000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	39
	pemahaman_agama	Correlation Coefficient	-,436**
		Sig. (2-tailed)	,006
		N	39

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 5 : Tabulasi Data**- Level Stress**

	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12
1.	0	3	3	1	1	1	0	0	0	0	0	1
2.	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	0	3
3.	3	3	2	3	0	3	2	2	0	0	2	0
4.	1	1	3	0	0	1	1	0	0	0	1	0
5.	1	1	3	0	0	0	1	1	0	1	0	0
6.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
7.	0	2	3	0	0	0	1	1	1	2	2	2
8.	1	1	3	0	0	1	1	1	1	1	1	0
9.	2	2	3	2	0	2	2	2	2	2	0	0
10.	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1
11.	1	3	3	2	2	0	2	2	0	2	2	2
12.	0	0	2	0	0	2	0	1	3	0	0	3
13.	0	0	3	0	0	0	0	0	3	0	0	3
14.	2	2	1	0	0	0	0	0	3	0	0	0
15.	0	0	2	0	0	0	0	0	3	0	0	3
16.	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
17.	0	1	2	0	0	2	2	1	3	0	0	3
18.	0	0	3	1	0	0	1	1	0	0	0	0
19.	3	3	3	3	0	0	3	3	0	3	0	0
20.	1	1	2	1	0	1	1	0	0	0	1	1
21.	3	3	2	3	0	0	0	3	3	0	1	1
22.	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	0	0
23.	0	2	3	2	0	0	1	1	3	0	0	1
24.	3	3	2	3	1	3	2	2	1	1	2	0
25.	3	3	3	2	0	1	2	2	0	0	1	0
26.	3	3	3	3	3	3	3	2	3	0	3	0
27.	3	3	3	3	1	0	3	3	3	3	1	0
28.	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1
29.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3
30.	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3

38.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1
39.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1

Lampiran 6 Dokumentasi



Dokumentasi Permohonan Izin Penelitian dengan Kepala Pasar



Dokumentasi Penyebaran Kuesioner pada Pedagang Pasar Zaik Bitingan

Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Prof. Hamka Km.2 Semarang 59185
Telepon 024-7601295, Website: www.fuhum.walisongo.ac.id, Email: fuhum@walisongo.ac.id

Nomor : B-0446/Un.10.2/D/PP.00.9/2/2022

07 Februari 2022

Lamp : Proposal Penelitian

Hal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.

**Kepala Pasar Zaik Bitingan
Kudus, Jawa Tengah**

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, dengan ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin penelitian kepada:

Nama : Saidatur Rosidah
NIM/Program/Smt : 1804046059 / Tasawuf & Psikoterapi / 8
Alamat : Pegunungan Bae Kudus RT/RW : 01/01
Tujuan Research : Pengumpulan data dalam penyusunan skripsi
Judul Skripsi : Hubungan Penerapan PPKM Darurat dan Tingkat Pemahaman Agama Terhadap Kenaikan Level Stress Pedagang Pasar Zaik Bitingan Kudus
Waktu Penelitian : Bulan Februari - Selesai
Lokasi : Pasar Zaik Bitingan Kudus

Bersama ini kami lampirkan Proposal Penelitian dan Instrumen Pengumpulan data yang bersangkutan.

Demikian atas perhatian dan terkabulnya permohonan ini kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb



Dekan,

HASYIM MUHAMMAD

DATA DIRI**SAIDATUR ROSIDAH**
Tasawuf dan Psikoterapi

Tempat, tanggal lahir : Kudus, 23 Februari 2000
Alamat : Pegunungan, Bae, Kudus, RT :
01/RW :01
Email : aidaaa487@gmail.com
Nomor Telepon/*Whatsapp* : 0895379154632
Riwayat Pendidikan :

2006-2012

MI NU Raudlatus Shibyan 02

Jl. Lingkar Utara, RT. 01/RW. 02 No. 44, Jatisari Pegunungan Bae,
Pegunungan, Kec. Kota Kudus, Kab. Kudus, Jawa Tengah 5927.

2012-2014

MTs. NU Raudlatus Shibyan

Jl. Dewi Sartika No. 252 Pegunungan Bae Kudus, Jawa Tengah,
59327

2015-2017

SMA Negeri 2 Kudus

Jl. Ganesha Raya, Purwosari, Kec. Kota Kudus, Kabupaten Kudus,
Jawa Tengah, 59332

2018-2022

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Jl. Walisongo No. 3-5, Tambakaji, Kecamatan Ngaliyan, Kota
Semarang, Jawa Tengah, 50185

Semarang, 18 Agustus 2022
Pembuat Pernyataan

Saidatur Rosidah
1804046059