

## Hubungan antara stres dan religiusitas pada dewasa muda beragama Islam = The relationship between stress and religiosity within muslim young adult

Kresna Astri, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=123604&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menginvestigasi hubungan antara stres dan religiusitas pada dewasa muda beragama Islam. Hipotesis pada penelitian ini adalah akan ada korelasi negatif antara stres dan religiusitas. Ada 101 dewasa muda beragama Islam yang berpartisipasi dan mengisi kuesioner.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, sesuai dengan hipotesis, terdapat korelasi negatif yang signifikan antara stres dan religiusitas. Ditinjau dari dimensi-dimensi religiusitas, stres juga berkorelasi positif dengan dimensi ritualistic. Beberapa asumsi telah dimunculkan untuk memberikan penjelasan mengenai penemuan dalam penelitian. Pertama, religiusitas dapat menjadi suatu faktor pelindung terhadap stres, sehingga mengurangi risiko munculnya stres. Kedua, religiusitas mungkin telah digunakan sebagai suatu strategi coping yang efektif sehingga membantu individu dalam menanggulangi stres. Ketiga, ritual keagamaan yang dapat memberikan efek relaks (relaxing effect) pada tubuh diasumsikan sebagai suatu sumber dari ketenangan dan kenyamanan yang lebih nyata dibandingkan dengan dimensi lainnya.

<hr>

This aim of the current research was to examine the relationship between stress and religiosity. In the research, it was hypothesized that there would be a negative correlation between stress and religiosity within muslim young adults. There were 101 muslim young adults who participated and completed the questionnaires.

The results revealed that, supporting the hypothesis, there was a significant negative correlation between stress and religiosity. Investigating the religiosity dimensions, it was also found that there was a significant negative correlation between stress and ritualistic dimensions. Several assumptions have been derived in order to explain the findings. Firstly, religiosity could be a protective factor towards stress, and thus decreases the likelihood of stress to occur. Secondly, religiosity might be used as an effective coping strategy and it helps individuals to cope with stress. Thirdly, religious rituals that have their relaxing effect to the body, might act as a real source of comfort compared to the other dimensions.