

**STRES PADA MAHASISWA AKTIVIS ORGANISASI:
APAKAH SPIRITUALITAS BERPERAN?**

SKRIPSI

Amarissa Sara Allodatu Siahaan

21.E1.0144



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025

STRES PADA MAHASISWA AKTIVIS ORGANISASI: APAKAH SPIRITUALITAS BERPERAN?

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk
Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelara Sarjana Psikologi

Oleh:
Amarissa Sara Allodatu Siahaan
21.E1.0144



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025

Stres pada Mahasiswa Aktivis Organisasi: Apakah Spiritualitas Berperan?

(Stress among Activists in Student Organization: Does Spirituality Play a Role?)

Amarissa Sara Allodatu Siahaan, Augustina Sulastri

Soegijapranata Catholic University, Semarang, Indonesia

Abstrak

Mahasiswa yang terlibat di dalam organisasi mengalami berbagai pengalaman yang menimbulkan stres. Beberapa penelitian telah menunjukkan spiritualitas memiliki keterkaitan dengan tingkat stres seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah tingkat spiritualitas memiliki keterkaitan dengan tinggi dan rendahnya stres mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara spiritualitas dengan stres pada mahasiswa aktivis organisasi. Subjek yang dilibatkan adalah 108 mahasiswa yang aktif mengikuti organisasi intra kampus atau ekstra kampus. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Spiritualitas yang diadaptasi berdasarkan *Spiritual Orientation Inventory* dan Skala Stres dengan menggunakan aspek stres menurut Sarafino dan Smith. Analisis data dengan korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan $r_{xy} = -.284$, $p = .003$ ($p < .01$) yang artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara spiritualitas dan stres pada mahasiswa aktivis organisasi. Hubungan negatif ini memiliki arti tingkat spiritualitas mahasiswa aktivis yang tinggi berperan pada tingkat stres yang rendah, begitu pula sebaliknya. Selain uji tersebut, peneliti juga menguji hubungan antara stres dengan spiritualitas pada responden perempuan dan laki-laki. Tidak ada hubungan antara spiritualitas dengan stres pada responden laki-laki. Namun, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara spiritualitas dengan stres pada responden perempuan.

Kata kunci: Mahasiswa Aktivis Organisasi, Spiritualitas, Stres

Abstract

Students who are involved in organizations experience various stressful experiences. Several studies have shown that spirituality has been related to a person's stress levels. The current study aimed to determine whether student stress levels are related to their high or low spirituality. The hypothesis proposed that there's a negative relationship between spirituality and stress among organizational activist students. The subjects in this research were 108 students who actively participated in intra-campus or extra-campus organizations. The measures used were the Spirituality Scale, adapted based on the *Spiritual Orientation Inventory* and Stress Scale using the stress aspects according to Sarafino and Smith. Data analysis using the *Pearson Product Moment* correlation revealed that the $r_{xy} = -.284$, $p = .003$ ($p < .01$), which means that there's a significant negative relationship between spirituality and stress in student activist organizations. This negative relationship means that the high spiritual level of