

## Tingkat Religius dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Akhir Semester (UAS) Kelas 8 SMPN 12 Kota Bekasi

Intan Cahnia, Halimatussadiyah, Fitri Nur Raihana, Irma Nurul Halimah,  
Rachmitha Widiya Rochman, Muhalisah, Yayat Suharyat

Universitas Islam 45 Bekasi, Bekasi, Indonesia

Korespondensi penulis [intanchania1711@gmail.com](mailto:intanchania1711@gmail.com)

**Abstrak :** Kecemasan sering terjadi pada semua orang, khususnya pada siswa sekolah ketika menjelang pelaksanaan ujian, hal ini ditunjukkan dengan beberapa perilaku sebagai respon kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui level kecemasan pada siswa kelas 8 SMPN 12 Kota Bekasi ketika menjelang ujian akhir semester. Penelitian dirancang dengan menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Subyek penelitian yaitu siswa kelas 8 SMPN 12 Kota Bekasi. Pengumpulan data menggunakan angket melalui google form. Sedangkan analisis data menggunakan uji t dan uji f. Hasil penelitian menunjukkan persamaan regresi variabel kecemasan siswa adalah sebesar 53,078. Angka tersebut mengindikasikan bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak yang mengatakan tidak ada pengaruh tingkat religius dengan kecemasan siswa, artinya bahwa setiap siswa dipastikan mengalami kecemasan, hanya kadar kecemasannya yang berbeda-beda. Implikasi penelitian ini mengarahkan bahwa setiap sekolah dapat memperdalam dan memperkuat kompetensi religius siswa agar tingkat kecemasan tidak pada kadar yang tinggi. Kecemasan yang rendah dapat memotivasi anak untuk belajar. Selama tes, orang yang merasa percaya diri tampil lebih baik daripada mereka yang merasa kurang cemas. Rasa khawatir yang berlebihan juga dapat melemahkan kemampuan belajar siswa. Menurunnya rasa percaya diri siswa saat ujian dapat mempengaruhi pembelajaran mereka. Karena religiusitas atau keragaman mengacu pada seberapa dalam pemahaman atau pengamalan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari, doa menjadi sangat penting sebelum setiap ujian di semester akhir.

**Kata kunci:** Tingkat Religius, Ujian Akhir, Kecemasan

**Abstract :** Anxiety is common in everyone, especially in school students when it comes to the implementation of exams, this is indicated by some behaviors as a response to anxiety. The purpose of this study was to determine the level of anxiety in grade 8 students of SMPN 12 Kota Bekasi when approaching the final semester exam. The research was designed using quantitative methods with a correlational approach. The subjects of the study were grade 8 students of SMPN 12 Bekasi City. Data collection using questionnaires through google form. Meanwhile, data analysis uses the t test and the f test. The results showed that the regression equation of student anxiety variables was 53,078. The figure indicates that the null hypothesis ( $H_0$ ) is rejected which says there is no influence of religious level with student anxiety, meaning that each student is confirmed to have anxiety, only the level of anxiety varies. The implications of this study suggest that each school can deepen and strengthen students' religious competence so that anxiety levels are not at high levels. Low anxiety can motivate children to learn. During the test, people who felt confident performed better than those who felt less anxious. Excessive worry can also weaken students' learning abilities. Decreased confidence of students during exams can affect their learning. Because religiosity or diversity refers to how deeply understood or practiced religious teachings in daily life, prayer becomes very important before each exam in the final semester.

**Keywords:** *anxiety, students, finall exams*

## **PENDAHULUAN**

Efektivitas pendidik dalam melaksanakan proses pembelajaran bagi peserta didik dapat ditunjukkan dalam keberhasilan peserta didik. Evaluasi hasil belajar siswa yang sering dilakukan pada pertengahan atau akhir semester diperlukan untuk menentukan derajat pencapaian. Ujian adalah komponen kunci dari proses pengajaran karena mereka digunakan untuk mengevaluasi kinerja akademik siswa. Siswa sering merasa cemas dan stres selama ujian. Kecemasan tes, yang biasa disebut sebagai kecemasan tes, menghasilkan kekhawatiran yang mungkin berdampak pada seberapa baik kinerja siswa dengan mempertahankan perhatian pada kegiatan yang ada. Namun, jika tidak dikendalikan, kekhawatiran yang berlebihan dapat menjadi sangat menguras tenaga dan mengganggu siswa saat mereka mendekati ujian (Lallo, Kandou, dan Munayang 2013).

Kecemasan menjelang ujian akhir semester menyebabkan munculnya pikiran, perasaan, dan perilaku motorik yang tidak terkendali. Ketidakmampuan mengendalikan pikiran secara kognitif menyebabkan timbulnya ketegangan, sedangkan ketidakmampuan mengendalikan perasaan secara afektif menciptakan perasaan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Selain itu, perilaku motorik yang tidak terkendali membuat siswa merasa gelisah dan goyah menjelang ujian akhir semester (Satria 2013).

Fenomena ketakutan siswa terhadap ujian tentu saja dapat menghambat tercapainya tujuan belajar siswa. Ketakutan akan ujian akhir semester memicu ide, perasaan, dan tindakan yang di luar kendali. Perilaku motorik tersebut dapat membuat siswa gugup dan cemas menjelang ujian akhir semester sehingga siswa sulit berkonsentrasi dalam menjawab soal. Rasa takut yang dialami siswa membuat siswa menginginkan rasa aman dan nyaman serta berusaha menghilangkan rasa takut tersebut. Rasa aman ini dapat dicapai dengan meningkatkan religiusitas mereka.

Ujian akhir semester disiapkan dengan beberapa cara berbeda. Itu dimulai dengan persiapan pada tingkat fisik, kognitif, psikologis dan spiritual. Bahkan bagi banyak anak yang mengikuti les setelah sekolah, cara paling umum untuk mempersiapkan siswa secara kognitif adalah melalui les. Karena pembinaan membantu siswa mempersiapkan ujian, ukuran ini diterapkan. Bagian mental adalah aspek penting lainnya. Salah satu hal yang dapat mencegah manusia mengalami kecemasan, stress dan putus asa adalah ajaran agama. Agama dapat

memberi orang cara untuk merasa aman, tidak takut, atau tanpa beban ketika menghadapi tantangan hidup (Swasti, Helena C. D., dan Pujasari 2017).

Tingkat religius dengan kecemasan menghadapi ujian akhir semester (UAS) telah dieksplorasi dalam beberapa penelitian. Dalam penelitian (Lauditta dan Ariana 2021) Berdasarkan temuan, tidak terdapat korelasi yang signifikan antara tingkat keyakinan diri siswa dalam menghadapi ujian SBMPTN dan tingkat kecemasan yang dirasakan oleh mereka. (Ardianty 2017) Manusia secara alami menderita kecemasan. Jika kecemasan tidak segera ditangani, itu berpotensi membahayakan kesejahteraan fisik dan psikologis seseorang. Kecemasan itu adalah semacam reaksi umum, ketidakmampuan untuk menangani masalah, atau munculnya rasa tidak aman pada orang, dan bahwa itu adalah perasaan subjektif dari ketegangan mental yang meresahkan. (Prameswari 2019) Pada dasarnya religiusitas timbul dalam diri masing-masing individu terhadap ketaannya kepada agama. Sedangkan kecemasan dapat dialami oleh siapapun dan dimanapun termasuk juga para siswa yang berada di sekolah.

Kecemasan merupakan keadaan khawatir yang timbul ketika seseorang mengalami rasa takut terhadap sesuatu yang tidak subjektif atau terkait dengan perasaan yang tidak stabil. Rasa cemas ini adalah hal yang normal dalam situasi yang menegangkan, seperti berbicara di depan umum, menjalani ujian, atau melakukan presentasi di kelas. Sementara itu, religiusitas mengacu pada kesatuan yang menjadikan seseorang dianggap sebagai individu yang beragama, bukan hanya secara klaim saja. Religiusitas melibatkan pengetahuan agama, keyakinan agama, perilaku yang sesuai dengan ajaran agama (moralitas agama), dan sikap sosial yang berkaitan dengan agama.

Religiusitas dianggap sebagai variabel yang dapat mengurangi tingkat kecemasan seseorang. Individu dengan tingkat religiusitas yang rendah lebih rentan mengalami peningkatan kecemasan. Hal ini dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi tingkat religiusitas, sikap pesimis, ketakutan akan kegagalan, pengalaman masa lalu, dan tingkat kepercayaan diri. Sementara itu, faktor eksternal melibatkan kurangnya dukungan sosial (Novega 2021).

Sementara dimensi religius, atau spiritualitas, lebih menekankan pada hubungan seseorang dengan Tuhan, religiusitas adalah komponen religius yang berfokus pada makna dan kehidupan. Islam memberikan instruksi tentang bagaimana menjalani kehidupan yang bebas dari stres, kecemasan, keputusan, dan emosi negatif lainnya. Ini juga termasuk doa yang pada dasarnya memohon kepada Allah SWT untuk memberikan kedamaian, kesejahteraan, dan

keselamatan bagi orang-orang dalam kehidupan ini dan selanjutnya (Juwita dan Nasution 2018).

Oleh karena itu, ketika siswa kelas VIII dari SMPN 12 Kota Bekasi sedang mempersiapkan ujian akhir semester (UAS) mereka, peneliti melihat lebih jauh untuk melihat apakah ada hubungan antara tingkat religiusitas mereka dan kecemasan mereka. Berdasarkan penjelasan di atas, masalah utama yang diteliti dalam penelitian ini adalah apakah ada korelasi antara derajat religiusitas dan tingkat kecemasan yang dialami siswa kelas 8 SMPN 12 Kota Bekasi saat mereka mempersiapkan ujian akhir semester. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi seberapa besar kontribusi ujian akhir semester yang akan datang terhadap tingkat kecemasan yang dialami oleh siswa kelas 8 di SMPN 12 Kota Bekasi.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian dirancang dengan menggunakan metode kuantitatif korelasi dengan teknik pengumpulan data penyebaran angket melalui *google form*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat religiusitas terhadap kecemasan siswa menghadapi ujian akhir semester. Objek penelitian ini adalah tingkat religiusitas dan kecemasan siswa. Populasi dalam penelitian ini terdapat 3 kelas dengan jumlah 65 siswa yang terdiri dari kelas 8A, kelas 8B, dan kelas 8C di SMPN 12 Kota Bekasi menggunakan skala likert. Sesuai dengan teknik survei yang digunakan, maka data diperoleh dengan teknik angket yang telah diukur validitas dan reliabilitasnya.

Responden diberikan satu set pernyataan tertulis untuk menanggapi sebagai bagian dari kuesioner. Sampel penelitian terdiri dari dua kelas. Karena metode klasifikasi dan random sampling dengan menentukan jumlah sampel yang akan dianalisis, pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metodologi simple random sampling. Untuk mengestimasi kontribusi Variabel X terhadap Variabel Y, analisis data menggunakan pendekatan analisis regresi linier berganda dengan kriteria signifikansi 5% atau 0,05. Normalitas, Linearitas, Multikolinearitas, dan Heteroskedastisitas adalah hipotesis uji atau aplikasi dari pendekatan analitis ini.

**HASIL**

Tabel 1. Hasil analisis regresi sederhana

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	53.078	10.348		5.129	<.001
	Religiusitas	-1.036	.529	-.303	-1.959	.057

a. Dependent Variable: Kecemasan

Persamaan regresi di atas menunjukkan bahwa variabel tingkat religiusitas memiliki koefisien sebesar 53,078. Hal ini berarti jika tidak ada perubahan pada variabel tingkat religiusitas, maka tingkat kecemasan siswa akan tetap sebesar 53,078. Namun, jika variabel tingkat religiusitas (X) mengalami peningkatan sebesar 1%, maka tingkat kecemasan siswa akan mengalami peningkatan dari nilai 53,078. Persamaan regresi ini memiliki nilai yang negatif, yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel tingkat religiusitas (X) dan kecemasan siswa (Y).

Tabel 2. Hasil Uji t

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	53.078	10.348		5.129	<.001
	Religiusitas	-1.036	.529	-.303	-1.959	.057

a. Dependent Variable: Kecemasan

Dari hasil analisis statistik, ditemukan bahwa nilai signifikansi (Sig) dari variabel tingkat religiusitas adalah 0,057. Karena nilai Sig sebesar 0,057 lebih besar dari tingkat signifikansi yang telah ditetapkan (0,05), maka berdasarkan prosedur pengambilan keputusan dalam uji t, hipotesis yang diajukan dapat ditolak. Ini berarti

bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dan kecemasan siswa.

Selanjutnya, dengan membandingkan nilai  $t$  hitung (-1,959) dengan nilai  $t_{tabel}$  (2,024), ditemukan bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih kecil daripada nilai  $t_{tabel}$ . Berdasarkan prosedur pengambilan keputusan yang sama, hipotesis juga ditolak, yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara religiusitas dan kecemasan siswa.

Dalam kesimpulan, hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dan kecemasan siswa berdasarkan nilai signifikansi dan perbandingan nilai  $t$ .

### 3. Tabel 3. Hasil uji F

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	152.410	1	152.410	3.838	.057 <sup>b</sup>
	Residual	1509.190	38	39.716		
	Total	1661.600	39			

a. Dependent Variable: Kecemasan

b. Predictors: (Constant), Religiusitas

Berdasarkan hasil output diatas, diketahui nilai sig. adalah 0,057. Karena nilai sig. 0,057 lebih besar dari 0,05, maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji F dapat disimpulkan bahwa hipotesis signifikan atau dengan kata lain religiusitas secara stimulan tidak berhubungan terhadap kecemasan siswa.

## PEMBAHASAN

### 1. Kecemasan

Setiap orang pasti pernah khawatir. Saat emosi ini hadir, mereka dipaksa bereaksi terhadap fluktuasi. Beberapa dapat mengendalikannya, tetapi seringkali mereka sepenuhnya dimanipulasi oleh emosi mereka sampai mereka benar-benar terserap. Karena mereka dapat mengatasi kecemasan, banyak orang menemukan bahwa mereka memiliki seseorang yang sukses dalam hidup mereka. Sebaliknya, banyak orang yang tidak stabil (stres), beberapa di antaranya karena tidak dapat mengontrol kecemasannya. Kecemasan adalah keadaan pikiran

yang melihat ke depan yang ditandai dengan kekhawatiran karena kita tidak dapat memprediksi atau mengendalikan kejadian di masa depan (Iskandar, Noupal, dan Setiawan 2018).

Kecemasan adalah keadaan yang menuntut yang memaksa Anda untuk bertindak. Kecemasan nyata, kecemasan neurotik, dan kecemasan moral adalah tiga jenis kecemasan yang berbeda. a) Ketakutan akan bahaya dari dunia luar merupakan kecemasan yang sebenarnya, dan tingkat kecemasan mencerminkan tingkat bahaya yang sebenarnya. (b) Kecemasan neurotik adalah jenis ketakutan yang didasarkan pada naluri dan memaksa seseorang untuk bertindak dengan cara yang akan membahayakannya. Ketakutan akan hati nurani dikenal sebagai kecemasan moral (c). Ketika mereka melakukan sesuatu yang melanggar prinsip-prinsip moral, orang-orang dengan hati nurani yang berkembang dengan baik sering merasa bersalah (Hayat 2017).

Kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan terkait dengan kesulitan hidup yang dialami atau dibayangkan. Kecemasan ujian adalah perasaan terganggu oleh imajinasi atau pikiran buruk siswa itu sendiri dan membayangkan bahwa ini akan terjadi sebelum ujian. Rasa khawatir ketika soal-soal ujian terlalu sulit untuk dijawab, tidak ada penilaian atas apa yang ia pelajari dalam ujian tersebut. Kondisi tersebut dapat menyebabkan gangguan tidur atau insomnia pada siswa. Siswa yang menghadapi ujian semester mengalami kecemasan yang berat karena beberapa hal, yaitu ujian semester tidak menentu, soal-soal ujian begitu sulit dijawab, jadwal belajar mahasiswa tidak teratur, sehingga tidak siap menghadapi perguruan tinggi terapan (Turana 2017).

Siswa mengalami kecemasan yang luar biasa menjelang ujian. Namun, kecemasan yang dirasakan tidak berlebihan atau masih dalam taraf yang dapat diterima. Kecemasan dengan intensitas sedang dapat dianggap sebagai motivasi positif, tetapi ketika intensitasnya sangat kuat dan bersifat negatif, hal itu menyebabkan kerusakan dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikologis seseorang (Suratmi et al. 2017). Ada beberapa variabel yang berkontribusi terhadap kegugupan siswa selama mengikuti ujian akhir semester, antara lain:

a. Siswa kesulitan mengingat materi

Rata-rata siswa mengalami kesulitan dalam menghafal materi saat ujian. Kegagalan siswa untuk lulus ujian pasti memiliki pengaruh yang lemah terhadap kinerja siswa, sehingga ketika siswa mendapat nilai buruk saat ujian, siswa merasa gagal, yang dapat membuat siswa merasa putus asa.

b. Siswa kurang percaya diri dalam menjawab soal ujian

Percaya diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat bertindak dengan cara yang diperlukan untuk menghasilkan hasil yang diinginkan. Mandiri, berbakti, relatif toleran, ambisius, optimis, tidak malu-malu, percaya diri dalam sudut pandangnya, dan tidak berlebihan adalah ciri-ciri orang yang percaya diri. Orang yang percaya diri sadar diri. Meskipun kemandirian dan kepercayaan diri saling terkait, orang dengan harga diri tinggi cenderung lebih mudah terhubung dengan orang lain dan memiliki hubungan romantis yang lebih memuaskan.

c. Harapan yang berlebihan dari orang tua

Harapan orang tua untuk anak-anak mereka dapat membuat mereka cemas. Berbeda dengan kenyataan bahwa anak tidak memahami materi, tekanan dari orang tua yang ingin anak-anak mereka berprestasi di sekolah dapat membuat siswa cemas.. (Nurfitri dan Muldayanti 2018).

Ketika tubuh dan pikiran tidak rileks sebelum menghadapi tantangan, kecemasan dapat terjadi. Setiap Muslim didesak oleh Islam untuk mengingat Allah setiap saat untuk mencegah kekhawatiran dan penderitaan. Berikut ini dikatakan dalam Al-Qur'an dan Hadis: Artinya: "(Kemudian) orang-orang yang beriman, dan ketika mereka mengingat Allah, hati mereka tenang. Ingatlah bahwa hati menemukan ketenangan ketika Anda memikirkan Tuhan. Tuhan selalu ada di pikiran kita, sehingga kita selalu hidup dengan aman dan nyaman.

Beberapa karakteristik terkait kecemasan ini menjadi masalah karena merupakan hasil dari keyakinan yang tidak masuk akal. Sebagian besar karena orang memiliki kecenderungan untuk berpikir logis dan tidak rasional. Etika pemikiran dan tindakan logis seringkali efektif, menyenangkan, dan sah. Seseorang kehilangan efektivitas dengan melakukan dan berpikir salah pada saat yang bersamaan. Setiap murid mengalami kecemasan, kekhawatiran, atau ketakutan yang intens ketika mereka berpartisipasi dalam suatu kegiatan yang dimaksudkan untuk membuat mereka melakukannya. Siswa sering menghadapi ketakutan ini dalam kehidupan sehari-hari mereka (Rozak 2020).

Menurut uraian yang diberikan di atas, kecemasan adalah kekhawatiran yang dihasilkan dari rasa takut akan sesuatu yang tidak subjektif atau terhubung dengan perasaan tidak nyaman. Kecemasan umum terjadi dalam keadaan yang menuntut, seperti memberikan pidato di depan audiens, mengikuti ujian, atau menghadiri presentasi di kelas.



## 2. Religius

Religiusitas berasal bahasa Inggris, yaitu “religion” dan berubah menjadi “religiosity”. Dalam bahasa Indonesia, istilah tersebut diartikan dalam dua kata, yaitu keberagamaan dan religiusitas. Religi berasal dari bahasa Latin, yaitu “religio” kata ini memiliki akar kata ‘re’ dan “ligare” yang berarti mengikat kembali. Jadi religiusitas adalah kewajiban yang harus dipenuhi dan mengikat diri seseorang dalam hubungannya kepada Allah, sesama manusia, dan lingkungan.

Keyakinan terhadap ajaran agama (aqidah), ketaatan terhadap ajaran agama (syariah atau ibadah), keikhlasan dalam ketaatan seseorang terhadap ajaran agama, pengetahuan ajaran agama (ilmu), dan penerapan ajaran agama (charity atau akhlak) merupakan faktor penting yang menentukan religiusitas. Mengenai perlunya orang tersebut untuk mempraktikkan apa yang disebut agama untuk menjalani kehidupan, baik dalam kehidupan ini atau kehidupan berikutnya, ia harus dapat mempertahankan.

Berdasarkan pendapat Shihab (2006) bahwa agama tidak hanya vertikal dalam arti bahwa ia mengatur bagaimana manusia berinteraksi dengan Tuhan atau hanya pemujaan mahda. Agama juga mengajarkan penganutnya bagaimana berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan, yang merupakan aspek horizontal dari agama. (Suryadi dan Bahrul 2021).

Religiusitas adalah hubungan pribadi dengan Tuhan-Nya untuk taat dan patuh terhadap apa yang dianjurkan dan dilarang-Nya. Religiusitas dianggap sebagai tingkat pengetahuan, keyakinan, pelaksanaan ibadah dan akidah, serta penghayatan melalui amal perbuatan. Kebahagiaan, emosi positif, serta moral yang baik akan dapat diperoleh dengan meningkatkan keyakinan dalam beragama. Bahkan lebih jauh dampak keyakinan keagamaan pada kalangan muda adalah untuk menurunkan gejala depresi dan harga diri yang lebih baik (Habibie, Syakarofath, dan Anwar 2019).

Bahwa religiusitas yang tinggi akan membuat seseorang lebih tenang menghadapi objek kecemasan. Kondisi kepasrahan dan kepatuhan terhadap kekuatan yang lebih besar tersebut akan lebih mampu mengendalikan rasa cemas yang berlebihan daripada jiwa yang bergejolak dan penuhketidaksabaran (Hidayatin dan Darmawanti 2013).

Menurut Suhardiyanto, religiusitas adalah hubungan pribadi (manusia) dengan Sang Pencipta (Tuhan), menjalankan perintah-Nya dan menghindari lidah-Nya. (Erfan Muhammad

dan Atik Abidah 2022). Menurut Glock dan Stark, religiusitas adalah komitmen perilaku terhadap keyakinan atau keyakinan yang dianut. Keempat dimensi religiusitas tersebut, antara lain:

1. Religious belief (the ideological dimension)

Dimensi keyakinan ideologis ini mengacu pada sejauh mana seseorang menerima, mengakui, dan berpegang teguh pada pandangan atau doktrin agamanya yang bersifat fundamental dan dogmatis. Dengan kata lain, terkait dengan level seseorang yang meyakini kebenaran keyakinan agamanya (religious belief), seperti keyakinan akan adanya Tuhan, nabi, kitab, malaikat, hari akhirat, surga dan neraka, dll.

2. Religious practice (the ritualistic dimension)

Dimensi ini berkaitan dengan seberapa setia seseorang melakukan tugas ritual keagamaan mereka untuk menunjukkan kesetiaan mereka kepada agama pilihan mereka. Aspek ini juga dapat ditemukan dalam praktik keagamaan seperti beribadah melalui ritual keagamaan. Melakukan ibadah, membaca Alkitab, berdoa, memberi sedekah, dll.

3. Religious feeling (the experiential dimension)

Sejauh mana seseorang merasakan dan bertemu dengan perasaan dan pengalaman religius, atau peristiwa yang merupakan keajaiban Tuhannya, disebut sebagai dimensi ini. Ini adalah partisipasi emosional, yang melibatkan persepsi dan sentimen transendental atau supranatural, bahwa seseorang terlibat dalam agama. Contohnya termasuk merasa dekat dengan Tuhan, percaya bahwa doa-doanya didengar, dan merasa aman dari bahaya berkat bantuan Tuhan. Setelah dibawa untuk beribadah, dll., Damai.

4. Religious knowledge (the intellectual dimension)

Dimensi ini berkaitan dengan seberapa baik seseorang mengetahui, memahami, dan memahami ajaran agama mereka serta kesediaan mereka untuk mengambil tindakan untuk memajukan pengetahuan mereka tentang topik-topik agama. memiliki pengetahuan atau keahlian yang mendalam tentang ajaran agamanya. Misalnya, mengikuti prinsip-prinsip agama, membaca literatur agama, dll. (Basri 2017).

Religiusitas dianggap sebagai sifat pribadi yang memengaruhi seberapa besar kecemasan dipengaruhi oleh pensiun. Religiusitas adalah sifat yang menjadi lebih kuat ketika orang mencapai usia dewasa akhir. Religiusitas mempengaruhi sikap dan perilaku masyarakat, serta nilai-nilai penting dalam struktur kognitif yang dapat mempengaruhi individu. Religiusitas adalah kepercayaan terhadap sesuatu yang diberikan oleh Tuhan, yang baik jika orang memahami agama dengan baik. Seseorang yang memahami agama dengan baik tidak mudah menyerah dan optimis dalam menghadapi kesulitan. Sebaliknya, jika seseorang tidak memahami agamanya, ia mudah menyerah pada keadaan dan pesimis menghadapi kesulitan.

Religiusitas memiliki keterkaitan positif yang signifikan dengan *psychological well being* (PWB). Ini menyiratkan bahwa tingkat religiusitas seseorang akan berdampak pada PWB-nya juga. Seseorang dengan PWB tinggi dan keyakinan agama yang kuat akan memiliki lebih sedikit dampak negatif dari pengalaman traumatis dalam hidupnya dan akan memiliki PWB yang lebih tinggi secara keseluruhan. Ryff menjelaskan bahwa *psychological well being* (PWB) adalah hasil evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri, yang merupakan evaluasi dari peristiwa kehidupan yang dia miliki. Tingkat agama yang tinggi memungkinkan manajemen stres yang efektif.

Religius terdapat dua variabel, yaitu faktor internal (fitrah) dan aspek eksternal (lingkungan), berdampak pada agama manusia. Menurut perspektif Islam, orang secara alami cenderung mempraktikkan agama sejak lahir. Manusia dikenal sebagai "manusia religius," atau makhluk religius, karena salah satu keistimewaan mereka sebagai makhluk hidup adalah memiliki sifat atau kapasitas untuk percaya kepada Allah SWT dan mematuhi sila-titah-Nya. (1) Pengaturan rumah, keluarga yang berfungsi sebagai "pusat pendidikan" atau memiliki dampak signifikan pada karakteristik agama anak adalah contoh faktor eksternal. (2) Karena sekolah menggantikan keluarga dan guru menggantikan orang tua, lingkungan sekolah memiliki dampak yang signifikan terhadap kepribadian anak. (3) Lingkungan lokal, adanya faktor sosial dan sosial budaya yang terhubung yang dapat berdampak pada pertumbuhan normal kaum muda.

Menurut Glock & Stark dalam bukunya yang berjudul "American Piety: The Nature Of Religious" yang dikutip oleh Ancok dan Suroso, mengklaim bahwa religiusitas adalah representasi dari sisi religius manusia, termasuk dimensi pengetahuan, ibadah, pengalaman, dan hasratnya. Dimensi-dimensi ini juga disebut sebagai kepercayaan, ibadah, pengetahuan, dan gairah.

- a. Dimensi Keyakinan, Ini ada hubungannya dengan apa yang seharusnya kita percayai mengenai keyakinan agama. Dengan kata lain, dimensi ini menggambarkan tingkat kepastian seseorang mengenai kebenaran ajaran inti. Iman kepada Allah, Malaikat, Alkitab, Rasul, Hari Terakhir, Qadha', dan Qadar adalah bagian dari dimensi kepercayaan.
- b. Dimensi Ibadah, termasuk merujuk beberapa kegiatan sekaligus. Secara khusus, istilah "perilaku" mengacu pada tindakan yang harus dilakukan sesuai dengan prinsip-prinsip Islam setiap saat, seperti membaca Al-Qur'an, mempersembahkan shalat wajib, berpuasa, dan mengamati infak.
- c. Dimensi Penghayatan, beberapa orang mungkin mengalami kesalahpahaman agama dan dukungan terhadap praktik keagamaan satu sama lain. Salah Contohnya adalah memiliki hubungan langsung dengan Allah, merasakan kehadiran-Nya, dan percaya bahwa semua yang dilakukan seseorang akan diberkati oleh-Nya. Menurut doktrin Muhammadiyah, Ihsan muncul pada hadits Nabi ketika Dia menjawab pertanyaan Jibril yang paling penting.
- d. Dimensi Pengetahuan, Ilmu Seorang terkait tentang ajaran-ajaran yang ada di agamanya. Pemahaman ini diperoleh melalui pendidikan formal dan informal. Sebagai contoh, pertimbangkan bagaimana elemen ini berinteraksi dengan aktivitas seseorang untuk memahami pelajaran yang terkandung dalam cerita yang lebih besar.

Dimensi Pengalaman, faktor yang menilai seberapa besar perilaku seseorang dipengaruhi oleh keyakinan agamanya. berkaitan dengan emosi yang dialami umat beragama. Ini juga dikenal sebagai pengalaman religius dalam psikologi dan hasil dari kata-kata, sikap, dan perbuatan sehari-hari seseorang (Nawawi 2007).

Menurut beberapa definisi yang diberikan di atas, religiusitas adalah kesatuan yang memenuhi syarat seseorang sebagai orang yang religius daripada hanya mengaku mengikuti agama tertentu. Sedangkan religiusitas meliputi kebijaksanaan agama, keyakinan agama, moralitas, dan sikap sosial. Religiusitas adalah tindakan yang terus-menerus diulang dan diperkuat. Religiositas adalah keyakinan yang teguh, menghargai agama mereka, seberapa banyak pengetahuan yang mereka miliki tentang agama, dan beramal dan beribadah bertujuan. Padahal agama memiliki aspek formal terkait dengan tugas dan aturan yang tetap. Agama dan agama tidak dapat dipisahkan satu sama lain karena merupakan satu kesatuan dalam kehidupan manusia. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa religiusitas atau keragaman adalah

tingkat atau kualitas seberapa dalam individu memahami atau menerapkan ajaran agamanya dalam kehidupan sehari-hari.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah ada hubungan tingkat religius dengan kecemasan menghadapi ujian khir emester kelas 8 SMPN 12 Kota Bekasi. Hal ini berarti jika tidak ada perubahan pada variabel tingkat religiusitas, maka tingkat kecemasan siswa akan tetap sebesar 53,078. Namun, jika variabel tingkat religiusitas (X) mengalami peningkatan sebesar 1%, maka tingkat kecemasan siswa akan mengalami peningkatan dari nilai 53,078. Persamaan regresi ini memiliki nilai yang negatif, yang mengindikasikan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel tingkat religiusitas (X) dan kecemasan siswa (Y).

Tingkat kecemasan yang rendah dapat memotivasi siswa untuk belajar. Individu yang merasa lebih percaya diri selama ujian berkinerja lebih baik daripada siswa yang kurang khawatir. Kemampuan siswa untuk belajar mungkin juga terhambat oleh tingkat kekhawatiran yang berlebihan. Saat mengikuti ujian, siswa merasa kurang percaya diri, yang mungkin berdampak pada hasil belajar mereka. Dalam hal ini berdoa juga penting setiap melakukan ujian akhir semester, religiusitas atau keberagaman adalah kadar atau kualitas seberapa dalam individu merealisasikan atau menerapkan ajaran-ajaran agamanya dalam kehidupan sehari-hari.

Siswa dengan kecemasan tinggi dapat mencoba mengurangi stres dengan menjadi lebih religius. Peningkatan ibadah, baik melalui doa, ibadah di tempat ibadah, atau membaca Alkitab adalah beberapa tindakan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan religiusitas. Tentu saja, untuk menghindari menjadi sekadar teratur, ibadah dan pembacaan tulisan suci harus dilakukan dengan penuh semangat. Selain itu, peneliti tambahan didesak untuk meningkatkan ukuran sampel yang digunakan dalam studi mereka sehingga temuan dapat lebih akurat dan komprehensif menggambarkan situasi anak-anak di kelas VIII.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardianty, Septi. 2017. "Pengaruh Terapi Komplementer Dengan Self Healing Terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Akhir Semester Siswa Sma Negeri 8 Palembang 2017." *Jurnal Ilmu Keperawatan STIKes Muhammadiyah Palembang* 5(2):538–47.
- Basri, A. Said Hasan. 2017. "Prokrastinasi Akademika Mahasiswa di Tinjau Dari Religiusitas." *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 14(2):62.
- Erfan Muhammad, dan Atik Abidah. 2022. "Peran Religiusitas Dalam Pengelolaan Kantor Akuntan Publik Pada Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Ekonomi Syariah Pelita Bangsa* 7(01):38. doi: 10.37366/jespb.v7i01.309.
- Habibie, Alfiesyahrianta, Nandy Agustin Syakarofath, dan Zainul Anwar. 2019. "Peran Rekgiusitas Terhadap Quarter Life Crisis (QLC) Pada Mahasiswa."
- Hayat, Abdul. 2017. "Kecemasan dan Metode Pengendaliannya." *Khazanah: Jurnal Studi Islam dan Humaniora* 12(1):54. doi: 10.18592/khazanah.v12i1.301.
- Hidayatin, Alfina, dan Ra Darmawanti. 2013. "Hubungan Anantara Religiusitas dan Self Efficacy Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Kelas XII MAN Model Bojonegoro." *Jurnal Penelitian Psikologi* 2(1):6.
- Iskandar, Bobi Januar, Muhammad Noupal, dan Kiki Cahaya Setiawan. 2018. "Sikap Tawakal Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Kelas Xii Madrasah Aliyah Di Kota Palembang." *Psikis: Jurnal Psikologi Islami* 4(1):17–26. doi: 10.19109/psikis.v4i1.2158.
- Juwita, Mana, dan Nurseri Hasnah Nasution. 2018. "Penghayatan Religiusitas Pada Ibu Hamil Dalam Menghadapi Kecemasan Pra Persalinan Di Puskesmas Pandan Agung Kecamatan Madang Suku II." *Energies* 6(1):19.
- Lallo, Daniel Alberth, L. F. Joyce Kandou, dan Herdy Munayang. 2013. "Hubungan Kecemasan Dan Hasil Uas-1 Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado Tahun Ajaran 2012 / 2013." *e-CliniC* 1(2):2. doi: 10.35790/ecl.1.2.2013.3283.
- Lauditta, Adelia Eka, dan Atika Dian Ariana. 2021. "Hubungan antara Efikasi diri dengan Kecemasan dalam menghadapi Ujian SBMPTN pada Siswa SMA." *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1(2):1246–52. doi: 10.20473/brpkm.v1i2.29053.
- Nawawi, Imam. 2007. *Al-Minhaj Shahih Muslim Ibnul Hajjaj*. Jilid 1. Kairo: Darul Ghad Al-Jadid.
- Novega, Bhevy. 2021. "Hubungan Antara Afikasi Diri dan Religiusitas Dengan Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Fikes Universitas Muhammadiyah Purwwokerto Menghadapi Skripsi di Masa Pandemi Covid-19."
- Nurfitri, ., dan Nuri Dewi Muldayanti. 2018. "Analisis Tingkat Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Akhir Semester Pada Mata Pelajaran IPA Kelas VIII Mts. Raudlatul Firdaus." *Jurnal Bioeducation* 5(1):5–6. doi: 10.29406/1000.

- Prameswari, Yuditia. 2019. "Hubungan Religiusitas Dengan Kecemasan Sebelum Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa-Siswi Kelas IX SMP Muhammadiyah Plus Batam." *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi* 1(2):4.
- Rozak, Abdul. 2020. "Penerapan Teknik Desentisasi Sistematis Melalui Penguatan Spiritual (Istighosah Akbar) Dalam Mengurangi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional." *Jurnal Prakarsa Paedagogia* 2(2):193. doi: 10.24176/jpp.v2i2.4520.
- Satria, F. 2013. "Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Kecemasan Menghadapi Ulangan Akhir Semester Pada Siswa Kelas X Smk Negeri 3 Yogyakarta." *jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling* 3(66):505.
- Suratni, Abdullah, Rukaman, dan M. Taufik. 2017. "Hubungan Antara Tingkat kecemasan dengan Hasil Belajar mahasiswa di Progran Studi Pendidikan Biologi UNTIRTA." *Jurnal Pembelajaran Biologi* 4(1):73.
- Suryadi, Bambang, dan Hayat Bahrul. 2021. *Religiusitas Konsep, Pengukuran, dan Implementasi di Indonesia*. Jakarta Utara: Bibliosmia Karya Indonesia.
- Swasti, Keksi Girindra, Novy Helena Helena C. D., dan Hening Pujasari. 2017. "Penurunan Ansietas Dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Kelas XII SMA X Melalui Pemberian Terapi Supportif." *The Soedirman Journal of Nursing* 8(2):130.
- Turana. 2017. "Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa yang akan menghadapi ujian akhir semester (uas) di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang." *Nursing News* 2(1):552.