

ABSTRAK

“PENGARUH MURATTAL AL-QUR’AN TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA MUSLIM YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG”

Muhammad Iskandar Zulkarnaen¹

Arif Rahman Hakim²

Lania Muharsih³

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

(ps18.muhammadzulkarnaen@mhs.ubpkarawang.ac.id)

(arif.hakim@ubpkarawang.ac.id)

(lania.muaharsih@ubpkarawang.ac.id)

Setiap mahasiswa mempunyai masalah dan situasi berbeda-beda yang dihadapi dalam menjalani perkuliahan dari semester awal hingga semester akhir. Semakin tinggi tingkat semesternya maka semakin tinggi pula tingkat stres yang diterima mahasiswa, khususnya stres pada mahasiswa muslim yang sedang menyusun skripsi. Salah satu faktor penyebab stresnya mahasiswa muslim adalah jauhnya nilai-nilai *religious* dan semakin dekatnya dengan dunia modern terutama pengaruh dari *smartphone*, maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *murattal* Al-Qur'an terhadap tingkat stres mahasiswa muslim yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang. Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperiment*, pada desain ini menggunakan metode *one group pretest-posttest design* dengan skala DASS 42 (*Depression Anxiety Stress Scale*) yang sudah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Demanik. Yang mengikuti eksperimen berjumlah 9 partisipan dengan diberikannya perlakuan berupa mendengarkan *murattal* Al-Qur'an surat Ar-Rahman dan Al-Kahfi. Setelah itu dilakukannya uji hipotesis pada Sembilan partisipan tersebut dengan menggunakan *statistic parametric* dibantu dengan *JASP 0.15* dengan uji *paired samples t test* didapatkan hasil *sig.* sebesar $P = 0.003 < 0.005$, yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh penggunaan media *murattal* Al-Qur'an dapat menurunkan tingkat stres pada mahasiswa muslim yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang.

Kata Kunci: Tingkat stres, *murattal* Al-Qur'an, mahasiswa tingkat akhir

ABSTRACT

“INFLUENCE OF THE MURATTAL QUR'AN ON STRESS LEVEL OF MUSLIM STUDENTS WHO ARE WORKING ON THE THESIS AT THE FACULTY OF PSYCHOLOGY UNIVERSITY BUANA PERJUANGAN KARAWANG”

Muhammad Iskandar Zulkarnaen¹

Arif Rahman Hakim²

Lania Muharsih³

Faculty of Psychology University Buana Perjuangan Karawang

(ps18.muhammadzulkarnaen@mhs.ubpkarawang.ac.id)

(arif.hakim@ubpkarawang.ac.id)

(lania.muharsih@ubpkarawang.ac.id)

Each student has different problems and situations faced in lectures from the first semester to the final semester. The higher the semester level, the higher the stress level received by students, especially stress on Muslim students who are writing the thesis. One of the factors that cause stress for Muslim students is the distance from religious values and in the future with the modern world, especially the influence of smartphones, therefore this study aims to see the effect of murattal on the stress of Muslim students who are working on a thesis at the Faculty of Psychology, University of Buana Perjuangan Karawang. The experimental design used in this study is a quasi-experimental, in this design using the one-group pretest-posttest design method with a DASS 42 scale (Depression Anxiety Stress Scale) which has been adapted into Indonesian by Demanik. Those who followed the experiment conducted by 9 participants were given treatment in the form of listening to the murattal Al-Qur'an letters Ar-Rahman and Al-Kahf. After testing the hypothesis on the nine participants using parametric statistics assisted by JASP 0.15 with the paired-sample t-test, the results obtained sig. of $P = 0.003 < 0.005$, which means that H_0 is rejected and H_a is accepted. This shows that the effect of using the media murattal Al-Qur'an can reduce stress levels in Muslim students who are working on a thesis at the Faculty of Psychology, University of Buana Perjuangan Karawang.

Keywords: *Stress level, murattal Al-Qur'an, final year students*