HUBUNGAN ANTARA KOMITMEN RELIGIUS DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA BARU S1 FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA ANGKATAN 2025/2026

Astalia Rezky
15000123420035

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

Email: astaliarezky@students.undip.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara komitmen religius dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 155 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik cluster random sampling. Data dikumpulkan menggunakan Skala Komitmen Religius, Skala Dukungan Teman Sebaya, dan Skala Kecemasan Akademik, kemudian dianalisis menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara komitmen religius dengan kecemasan akademik ($r = -0{,}254$; $p = 0{,}001$) serta hubungan negatif yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik ($r = -0{,}386$; $p = 0{,}000$). Analisis regresi linear berganda juga menunjukkan bahwa komitmen religius dan dukungan teman sebaya secara simultan berhubungan signifikan dengan kecemasan akademik ($F = 14{,}390$; $p = 0{,}000$; $R = 0{,}399$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi komitmen religius dan dukungan teman sebaya, maka semakin rendah kecemasan akademik pada mahasiswa baru.

Kata kunci: komitmen religius: dukungan teman sebaya; kecemasan akademik; mahasiswa baru

THE RELATIONSHIP BETWEEN KOMITMEN RELIGIUS AND PEER SOCIAL SUPPORT WITH ACADEMIC ANXIETY AMONG FIRST-YEAR UNDERGRADUATE STUDENTS OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY AT SOEGIJAPRANATA CATHOLIC UNIVERSITY, ACADEMIC YEAR 2025/2026

Astalia Rezky
15000123420035

Faculty of Psikologi Universitas Diponegoro
Prof. Sunario St., Tembalang, Semarang, 50275
astaliarezky@students.undip.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between Komitmen Religius and peer support and academic anxiety among first-year students in the Faculty of Psychology at Soegijapranata Catholic University. The study employed a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 155 students selected using cluster random sampling. Data were collected using the Komitmen Religius Scale, the Peer Support Scale, and the Academic Anxiety Scale, and were then analyzed using Pearson's product-moment correlation and multiple linear regression. The results showed a significant negative relationship between Komitmen Religius and academic anxiety ($r = -0.254$; $p = 0.001$) as well as a significant negative relationship between peer support and academic anxiety ($r = -0.386$; $p = 0.000$). Multiple linear regression analysis also showed that Komitmen Religius and peer support were simultaneously and significantly associated with academic anxiety ($F = 14.390$; $p = 0.000$; $R = 0.399$). The results indicate that the higher the levels of Komitmen Religius and peer support, the lower the academic anxiety among first-year college students.

Keywords: Komitmen Religius; peer support; academic anxiety; freshmen

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesadaran akan kesehatan mental saat ini penting untuk digaungkan pada mahasiswa, mahasiswa cenderung lebih berisiko untuk terkena gangguan psikologis. Menurut Callendeer dkk (dalam Madani dkk., 2022) mahasiswa yang mengalami gangguan kesehatan mental berisiko tinggi mengalami kegagalan akademis bahkan tidak jarang yang memilih untuk berhenti kuliah. Permasalahan kesehatan mental tersebut tidak hanya muncul dalam bentuk gangguan klinis, tetapi juga tercermin pada perilaku sehari-hari mahasiswa seperti kesulitan beradaptasi dengan tuntutan akademik. Penelitian yang dilakukan (Ren dkk., 2021) menunjukkan bahwa lebih dari 70% mahasiswa sering menunda tugas dan 40% mahasiswa mengakui menunda secara sengaja.

Kondisi ini juga tercermin pada konteks mahasiswa Indonesia. Penelitian Prasetio dan Triwahyuni (2022) menunjukkan bahwa sebanyak 76,9% mahasiswa diindikasikan mengalami gangguan psikologis, sedangkan hanya 23,1% yang tidak menunjukkan indikasi tersebut. Sejalan dengan temuan tersebut, penelitian Setyanto dkk (2023) menunjukkan bahwa dari 227 mahasiswa yang disurvei, sebanyak 86,8% mengalami kecemasan dalam kategori tinggi dan 54,7% di antaranya juga menunjukkan gejala depresi ringan hingga berat. Data ini menegaskan bahwa gangguan kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang paling dominan pada kalangan mahasiswa

Indonesia, terutama pada kelompok usia produktif 18–24 tahun. Temuan ini memperlihatkan tingginya kerentanan mahasiswa terhadap masalah kesehatan mental di tingkat perguruan tinggi .

Karyati dan Julisawati (2025) menemukan bahwa tekanan akademik merupakan salah satu pemicu utama munculnya gangguan psikologis pada mahasiswa. Dalam kajiannya, beban akademik yang tinggi, kompetisi antar mahasiswa, dan ekspektasi lingkungan kampus menjadi sumber stres yang dominan dan berpotensi berkembang menjadi kecemasan, terutama ketika mahasiswa belum mampu beradaptasi dengan sistem pembelajaran perguruan tinggi. Cassady dkk (2019) mengatakan bahwa lingkungan universitas adalah tantangan baru bagi orang dewasa muda yang bertransisi ke lingkungan baru dan menghadapi berbagai macam stresor sehingga meningkatnya tingkat gejala kecemasan.

Di antara seluruh kelompok mahasiswa, mahasiswa baru merupakan kelompok yang paling rentan terhadap tekanan psikologis tersebut. Rohmadani dan Wirnarsih (2019) menjelaskan bahwa mahasiswa baru rentan terhadap tekanan psikis seperti kecemasan karena proses pembelajaran di perguruan tinggi berbeda dengan pembelajaran di sekolah. Novitria dan Khoirunnisa (2022) menyatakan bahwa mahasiswa baru juga harus beradaptasi dengan proses perkuliahan dan beban akademik, termasuk tugas, ujian tengah semester, maupun ujian akhir. Proses tersebut sering menimbulkan kekhawatiran yang yang berlebihan sehingga dapat memicu stres dan kecemasan (Wahyuni & Winarso, 2022). Sementara Novitria dan Khoirunnisa (2022) mengungkapkan

bahwa tingkat kecemasan akademik paling tinggi terjadi pada mahasiswa tingkat pertama dan tingkat akhir. Mahasiswa tingkat pertama cenderung mengalami kecemasan akademik karena kesulitan beradaptasi dari lingkungan sekolah menengah ke perguruan tinggi.

Kecemasan akademik atau yang dikenal sebagai *academic anxiety* secara umum dianggap sebagai fenomena yang sering dialami oleh siswa, mahasiswa, maupun pelajar yang merujuk pada perasaan cemas dan khawatir terkait dengan prestasi akademis (Azhari dkk., 2022). Kecemasan ini muncul sebagai respons terhadap tekanan akademik, tuntutan prestasi, serta ekspektasi orang tua maupun masyarakat. Kecemasan akademik dianggap serius karena dapat mengganggu pola pikir, memengaruhi respon fisiologis, serta berdampak pada persiapan ujian, pengerjaan tugas, dan kinerja akademik (Bülbül & Odacı, 2023; Ottens, 1991).

Kecemasan akademik ditandai oleh gejala fisik seperti mual, peningkatan denyut jantung, dan sakit kepala, serta gejala kognitif seperti *self-talk* negatif dan kesulitan berkonsentrasi (Chen & Wang, 2023; Ghattas & El-Ashry, 2024). Beragam gejala tersebut memperlihatkan bahwa kecemasan akademik bukan sekadar persoalan emosional, tetapi telah menjadi isu global yang memengaruhi mahasiswa di berbagai negara. Individu yang mengalami kecemasan akademik biasanya sering khawatir akan kegagalan, membandingkan diri dengan orang lain, kesulitan fokus, merasa tidak cukup baik, dan menyalahkan diri ketika membuat kesalahan.

Penyebab kecemasan ini meliputi tekanan orang tua, dorongan untuk selalu berprestasi, serta gaya belajar yang tidak efektif (Ottens, 1991; Worthington dkk., 2003). Sejalan dengan hal tersebut, Karyati dan Julisawati (2025) menekankan bahwa tekanan akademik yang berlangsung terus-menerus tanpa adanya dukungan emosional yang memadai dapat memicu kelelahan psikologis dan memperburuk tingkat kecemasan mahasiswa. Mahasiswa dengan kemampuan manajemen stres rendah cenderung lebih cepat mengalami gejala gangguan kecemasan akademik.

Penelitian Prasetio dan Triwahyuni (2022) menemukan empat area utama yang paling sering menjadi sumber beban psikologis mahasiswa, yaitu kekhawatiran terhadap masa depan dan karier (62,9%), penyesuaian terhadap tugas akademik (54%), kondisi fisik (51,8%), serta keterbatasan waktu luang (50,4%). Faktor-faktor tersebut selaras dengan pemicu kecemasan akademik yang berakar pada tuntutan performa dan ekspektasi diri.

Studi global memperkirakan prevalensi kecemasan akademik pada mahasiswa berkisar antara 14,3%–56% (Ghattas & El-Ashry, 2024; Nihayah dkk., 2021). Meskipun kecemasan akademik sering dianggap sebagai bagian yang wajar dari kehidupan mahasiswa, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecemasan yang tinggi dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik, serta meningkatkan risiko kegagalan studi apabila tidak dikelola dengan baik (Brumariu dkk., 2022). Periode transisi remaja akhir menuju dewasa baru ditandai dengan perubahan fisiologis dan psikologis, termasuk peningkatan stres (Chiang et dkk., 2019; Matud dkk., 2020).

Pada fase ini, mahasiswa berada dalam tahap *emerging adulthood*, yakni masa peralihan dari remaja menuju dewasa muda yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan emosional, serta tuntutan kemandirian (Prasetio & Triwahyuni, 2022). Kondisi ini membuat mereka rentan mengalami stres dan kecemasan saat menghadapi tantangan akademik dan sosial di lingkungan universitas. Ketika kecemasan akademik tidak memperoleh penanganan memadai, dampaknya dapat meluas hingga menimbulkan konsekuensi serius. Fenomena kecemasan akademik yang tidak tertangani dapat berujung pada peristiwa tragis, seperti kasus mahasiswa Universitas Brawijaya berinisial LD yang diduga bunuh diri karena depresi menjelang ujian (Saputra, 2023), dan mahasiswa Universitas Petra Surabaya berinisial R yang juga diduga bunuh diri setelah menghadapi ujian (Rohman, 2024).

Berdasarkan kasus tersebut, Setyanto dkk. (2023) menekankan pentingnya pendekatan sistemik di lingkungan perguruan tinggi dalam menangani permasalahan kecemasan mahasiswa. Diperlukan upaya promotif dan preventif yang terintegrasi, termasuk layanan konseling aktif, skrining kesehatan mental berkala, serta dukungan sosial dari dosen pembimbing dan teman sebaya untuk mencegah gangguan kecemasan menjadi kronis. Untuk memahami fenomena tersebut lebih dalam, penting meninjau faktor-faktor yang berperan dalam munculnya kecemasan akademik. Kecemasan akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal mencakup dukungan sosial dari teman sebaya, keluarga, dan dosen, sementara faktor internal meliputi motivasi belajar, kepercayaan diri, serta kemampuan mengelola

stres (Kaur dkk., 2021; Ottens, 1991). Dapat disimpulkan bahwa faktor pribadi, keluarga, sosial, maupun kebijakan institusi pendidikan dapat memengaruhi kecemasan akademik.

Salah satu strategi koping yang banyak dikaji dalam literatur psikologi ialah pendekatan religius atau spiritual, yang diyakini dapat mengurangi tekanan emosional. Menurut (Ottens, 1991) juga menjelaskan bahwa koping berbasis religius atau spiritual dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan akademik. Keyakinan terhadap kekuatan yang lebih tinggi memberikan rasa aman dan nyaman, sehingga mahasiswa lebih adaptif menghadapi tekanan.

Komitmen religius diartikan sebagai tingkat keterlibatan, kepatuhan, dan prioritas individu terhadap ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari (Hohenschue dkk., 2022). Seseorang yang memiliki religiusitas tinggi umumnya memiliki daya juang dan motivasi lebih kuat ketika menghadapi kesulitan (Aliche dkk., 2020; Husni dkk., 2020; Tyara dkk., 2023).

Susanto dan Susilo (2022) menjelaskan bahwa religiositas merupakan tingkat komitmen dan pemahaman seseorang terhadap agama yang dianutnya. Secara umum, agama bertujuan menciptakan rasa aman dan damai bagi penganutnya serta membentuk individu menjadi pribadi yang lebih baik. Penelitian Koçak (2021) menunjukkan bahwa religiositas merupakan keyakinan yang berkontribusi dalam mengatasi masalah dan dapat mengurangi beban psikologis. Hasil penelitiannya membuktikan bahwa komitmen religius berpengaruh negatif terhadap kecemasan. Artinya, semakin tinggi komitmen

religius seseorang, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialaminya. Temuan ini sejalan dengan Susanto dan Susilo (2022) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara religiositas dan kecemasan akademik dengan arah hubungan negatif. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat religiositas individu, semakin rendah kecemasan akademik yang dirasakannya.

Selain faktor spiritual, kesejahteraan psikologis mahasiswa juga sangat ditentukan oleh kualitas hubungan sosial mereka. Dukungan teman sebaya juga berperan penting. Dukungan ini didefinisikan sebagai bantuan yang diberikan oleh individu dengan pengalaman atau status sosial yang sama (Lestari & Antika, 2023). Hurlock (dalam Sula & Kristianingsih, 2023) mengatakan bahwa dukungan sosial hadir sebagai bentuk atau perhatian kepada orang lain dalam lingkungan sosial dan terjadi ketika seorang individu mengalami masalah atau suatu hal yang membuatnya merasa tertekan dan cemas, disitulah dukungan sosial sangat diperlukan dan juga membuat individu lebih merasa diperhatikan dan dapat mencapai tujuannya. Ottens (1991) menegaskan bahwa dukungan sosial memungkinkan individu merasa dihargai dan dipahami, sehingga mereka lebih kuat secara emosional dalam menghadapi tekanan akademik. Dalam konteks mahasiswa, dukungan sosial dapat bersumber dari teman sebaya di kelas maupun organisasi kampus. Mahasiswa yang merasa didukung orang-orang di sekitarnya cenderung lebih mampu mengelola stres akibat tuntutan akademik. Ottens (1991) menyatakan bahwa interaksi sosial yang positif bukan hanya meningkatkan kesejahteraan emosional, tetapi juga berkontribusi dalam menurunkan kecemasan akademik. Hasil studi Karyati dan Julisawati (2025)

turut menunjukkan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai *buffer* yang mampu menurunkan intensitas stres dan kecemasan akademik. Hubungan interpersonal yang positif, baik dengan teman sebaya maupun dosen, dapat meningkatkan rasa aman psikologis dan membantu mahasiswa menyesuaikan diri terhadap tekanan belajar.

Sebagaimana studi oleh Worley dkk (2023) menjelaskan bahwa hubungan emosional yang terjalin melalui dukungan teman sebaya penting untuk mengurangi perasaan terisolasi dan menumbuhkan pandangan positif terhadap tantangan akademik. Lingkungan yang mendukung keterbukaan dalam mendiskusikan kekhawatiran akademis dapat membantu mahasiswa meredakan kecemasan sekaligus meningkatkan motivasi dan tujuan belajar. Dengan demikian, mekanisme dukungan teman sebaya berperan penting dalam membentuk pengalaman akademis mahasiswa serta mendukung kesejahteraan emosional dan keberhasilan akademis mereka.

Berdasarkan temuan statistik dan data kuantitatif tersebut, fenomena kecemasan akademik pada mahasiswa baru juga terlihat jelas dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada mahasiswa semester satu Falkultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Angkatan 2025/2026. A (18 tahun) menyampaikan bahwa dirinya merasa cemas ketika tidak memahami materi dan sering merasa minder akan kemampuannya, sehingga kecemasan muncul terutama menjelang ujian. E (18 tahun) juga menunjukkan kecemasan yang kuat terkait adaptasi terhadap materi perkuliahan yang lebih berat dibandingkan SMA, serta tekanan perbandingan sosial dengan teman yang dianggap lebih

cepat memahami materi. C (18 tahun) mengungkapkan kesulitan tidur, terutama ketika memikirkan nilai dan ekspektasi orang tua ataupun dosen dan memiliki rasa khawatir terhadap sistem penilaian dan mata kuliah yang menuntut hafalan yang banyak, terutama seringnya kuis-kuis dadakan. Sementara itu, G (18 tahun) merasa takut tertinggal secara akademik dan cemas jika soal ujian tidak sesuai dengan materi yang dipelajari.

Berdasarkan keseluruhan narasi tersebut, terlihat bahwa kecemasan akademik pada mahasiswa baru Psikologi bukan hanya terkait volume tugas, namun berakar pada ketidaksiapan untuk melakukan transisi ke pola belajar mandiri yang menjadi karakteristik pembelajaran di perguruan tinggi. Kondisi ini semakin relevan mengingat jurusan psikologi sejak semester awal sudah menuntut pemahaman literatur teoritis, istilah ilmiah, interpretasi konsep perkembangan, dan pembacaan referensi berbasis riset, sehingga beban pemaknaan dan penyerapan informasi lebih berat dibandingkan pola belajar di SMA. Dengan kata lain, mahasiswa psikologi harus beradaptasi lebih cepat terhadap tuntutan kognitif dan kedisiplinan belajar mandiri, sehingga fase awal perkuliahan menjadi titik yang rentan memicu kecemasan. Kondisi ini kemudian diperkuat oleh perbandingan sosial, distraksi digital, kesulitan manajemen waktu, serta penggunaan strategi koping yang sebagian besar bersifat mengalihkan diri (*avoidance coping*) seperti bermain gawai, mendengarkan musik, makan, atau tidur.

Ketiga narasumber juga lebih banyak mengandalkan dukungan keluarga sebagai bentuk penanganan cemas, sedangkan strategi berbasis komitmen

religius dan dukungan teman sebaya belum muncul secara spontan. Temuan lapangan ini memperkuat gambaran bahwa mahasiswa baru jurusan Psikologi tidak hanya berhadapan dengan tuntutan akademik, tetapi juga tekanan evaluasi sosial dan ketidakpastian performa selama masa transisi awal kuliah.

Kondisi ini sejalan dengan temuan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan akademik dan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Psikologi, di mana semakin tinggi kecemasan akademik, semakin rendah kemampuan mahasiswa beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan (Shandy & Khoirunnisa, 2022). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa terdapat kecemasan akademik yang signifikan dikalangan mahasiswa baru jurusan psikologi, dipicu oleh berbagai faktor seperti perubahan lingkungan, tekanan akademik, dan belum terbiasanya dengan materi kuliah yang dianggap sulit (Novitria & Khoirunisa, 2022).

Pemilihan mahasiswa baru Psikologi sebagai subjek studi juga relevan karena tahap awal perkuliahan merupakan fase penyesuaian yang paling rentan memicu kecemasan akademik, terlebih jurusan Psikologi dikenal memiliki beban literatur, teori, dan tugas reflektif yang cukup intensif pada semester awal, sehingga dapat meningkatkan sensitivitas terhadap tekanan akademik dibandingkan kelompok mahasiswa tingkat lanjut. Dengan adanya temuan lapangan tersebut, muncul pertanyaan penting mengenai faktor apa yang dapat membantu mahasiswa baru mereduksi kecemasan akademik mereka.

Namun, hingga saat ini masih sedikit penelitian yang secara spesifik mengkaji interaksi antara komitmen religius dan dukungan sosial teman sebaya dalam memengaruhi kecemasan akademik. Penting untuk mengetahui apakah kedua faktor tersebut bekerja secara independen atau saling melengkapi dalam mengurangi kecemasan akademik mahasiswa. Berdasarkan urgensi tersebut, penelitian ini berupaya mengkaji lebih lanjut bagaimana komitmen religius dan dukungan sosial berkontribusi, baik secara bersama-sama maupun masing-masing, dalam menurunkan kecemasan akademik mahasiswa.

Diharapkan, hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa serta menjadi dasar perancangan intervensi yang efektif untuk membantu mahasiswa mengatasi kecemasan akademik, baik melalui penguatan spiritual maupun peningkatan dukungan sosial. Berdasarkan latar belakang dan penjelasan tersebut maka judul penulisan penelitian ini adalah "Hubungan antara Komitmen Religius dan Dukungan Sosial Teman sebaya Dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Baru S1 Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Angkatan 2025/2026.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, Apakah Terdapat Hubungan antara komitmen religius dan dukungan teman sebaya terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa baru S1 Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Angkatan 2025/2026.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji Hubungan antara komitmen religius dan dukungan teman sebaya terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa baru S1 Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Angkatan 2025/2026.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan akademik pada mahasiswa baru. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai peran komitmen religius dan dukungan sosial dalam kesehatan mental mahasiswa baru.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian menggambarkan tingkat orisinalitas suatu studi dengan menelaah penelitian-penelitian terdahulu dan membandingkannya dengan penelitian yang sedang dilakukan. Dengan demikian, unsur kebaruan dapat terlihat melalui perbedaan-perbedaan yang berhasil diidentifikasi dari perbandingan tersebut. Berikut daftar keaslian penelitian pada penelitian ini:

Tabel 1.
Keaslian Penelitian

No	Nama, Tahun, dan Lokasi	Judul Penelitian	Subjek dan Metode	Hasil	Perbedaan
1	Worthington dkk., (1999) Virginia	Religion and the Forgiving Personality	Sampel terdiri dari 1. mahasiswa dari kelas psikologi universitas besar (155), 2. mahasiswa dari kelas psikologi unversitas yang sama (132), 3. mahasiswa dari dua universitas Kristen (150) 4. orang dewasa yang telah menikah, terutama yang beragama kristen (190) 5. mahasiswa universitas san francisco bay area, termaksud beragama Kristen, buddha, muslim, hindu dan nonreligius (468) 6. 217 klien dan 52 konselor dari berbagai konseling, termaksud sekuler atau salah satu dari 6 lembaga konseling agama.	Dari penelitian tersebut di dapatkan bahwa RCI-10 adalah alat ukur yang valis dan reliabel untuk mengukur komitmen religius. .	Penelitian ini berfokus pada pemembuatan alat ukur yang RCI-10 untuk mengukur komitmen religius

			Metode : Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah pengembangan skala PCI-10 dari versi sebelumnya RCI-17 melalui analisis faktor untuk menyempurnakan dan mempersingkat skala.		
2	Aliche dkk., (2018) Nigeria	Roles of religious commitmen, emotion regulation and sosial support in preoperative anxiety	Metode : 1. Desain penelitian menggunakan Cross-sectional 2. Alat ukur yang digunakan, **State Anxiety Inventory** untuk mengukur kecemasan, **Komitmen Religius Inventory (RCI-10)** untuk mengukur komitmen religius, **Emotion Regulation Questionnaire** untuk mengukur strategi regulasi emosi, **Multidimensional Scale of Perceived Social Support** untuk mengukur dukungan sosial. 3. **Analisis Statistik** , Menggunakan **regresi berganda** dan **Analisis korelasi**	Hasil penelitian ini menujukkan bahwa regulasi emosi dan dukungan sosial memengaruhi kecemasan pasca operasi. Intervensi yang meningkatkan komitmen religius, regulasi emosi positif fan kualitas dukungan sosial dapat meningkatkan kesehatan mental bagi pasien bedah	Penelitian ini berfokus pada kecemasan pasca operasi, sedangkan dalam penelitian yang diteliti peneliti sendiri berfokus pada kecemasan akademik dan untuk dukungan sosial nya lebih berfokus pada dukungan teman sebaya.

			Sampel yang digunakan terdiri dari : 210 pasien bedah yang dijadwalkan untuk operasi elektif di UNTH (universitas of Nigeria Teaching Hospita)		
3	Chodijah & Mahalle (2023) Bandung	The Muslim's Meaning of life : How Komitmen Religius and Attachment to God Influenced it?	Metode : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian survei data melalui kuesioner. Alat ukur yang digunakan RCI-10 , AGI (Attechment to God inventory) dan MIL (Meaning in life Questionnaire) Subjek : 312 responden dengan kriteria muslim dewasa yang terdiri dari 76,7% Wanita dan 23,3% pria. Rentang usia 18-22 tahun.	Hasil dari penelitian ini menujukan bahwa komitmen religius dan ketertarikan kepada Tuhan sangat memiliki peran penting dalam seseorang membentuk makna kehidupannya khusus nya bagi Muslim.	Penelitian ini memiliki indikator yang tidak dijelaskan secara lebih lanjut berkaitan aitem pemembentuknya.
4	(Agarwal et al., 2020) London	The role of peer support in managing Occupational stress	Metode yang digunakan dalam penilitian ini adalah kualitatif dengan wawancara semi -terstruktur. Analisis data mengunakan analisis tematik. Subjek pada penelitian ini terdiri dari 9 partisipan. 4 pria dan 5 wanita, dengan kriteria berasal dari organisasi publik dan swasta, berkerja di berbagai bidang sumber daya manusia, komersial,	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya dapat menjadi srategi efektif dalam mengelola stres dan dapat meningkatkan kesehatan karyawan.	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan populasi yang digunakan organisasi public dan swasta, berkerja di berbagai bidang sumber daya

			periklanan dan administrasi. Semua partisipan adalah praktisi straw yang telah dilatih selama 1 tahun.		manusia, komersial, periklanan dan Administrasi
5	Mirawdali dkk., (2018) United Kingdom	Academic Anxiety and its effects on Academic Performance	Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional dengan kuesioner yang terdiri 58 item dibagi menjadi sembilan kategori (kecemasan ujian, kompetensi akademik, kompetensi ujian , manajemen waktu dan strategi belajar). Subjek dalam penelitian ini terdiri 132 mahasiswa program master of pharmacy dari Universitas Wolverhampton.	Kecemasan akademik memiliki dampak negatif terhadap kinerja akademik mahasiswa, serta perlu dipertimbangkan dukungan dan strategi yang lebih baik untuk membantu mahasiswa mengatasi kecemasan tersebut.	Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa program master of pharmacy dari Universitas Wolverhampton.