

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN INTENSITAS BERMAIN

***GAME ONLINE* PADA MAHASISWA AKUNTANSI SYARIAH**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI

SKRIPSI



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH WASIL
KEDIRI**

Oleh:

SIKA ALIYAH SARI

NIM. 21104051

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI

2025

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN INTENSITAS BERMAIN
GAME ONLINE PADA MAHASISWA AKUNTANSI SYARIAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri

Untuk memenuhi salah satu persyaratan

dalam menyelesaikan program sarjana

Oleh:

SIKA ALIYAH SARI

NIM 21104051

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN INTENSITAS BERMAIN
GAME ONLINE PADA MAHASISWA AKUNTANSI SYARIAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI

SKRIPSI

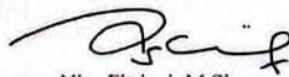
Oleh:

SIKA ALIYAH SARI

NIM. 21104051

Telah diperiksa dan disetujui oleh:

Dosen Pembimbing 1



Nisa Fitriani, M.Si

NIP. 19910104 202203 2 001

Dosen Pembimbing 2



Saidah, M.Pd

NIP. 19881201 202321 2 042

NOTA DINAS

NOTA DINAS

Nomor : Kediri, 18 November 2025
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Sika Aliyah Sari
NIM : 21104051
Judul : Hubungan Stres Akademik Dengan Intensitas Bermain *Game Online* Pada Mahasiswa Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri

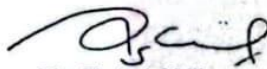
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Nisa Fitriani, M.Si
NIP: 19910104 202203 2 001

Pembimbing II



Saidah, M.Pd
NIP: 19881201 202321 2 042

NOTA PEMBIMBING

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri, 18 November 2025

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Sika Aliyah Sari
NIM : 21104051
Judul : Hubungan Stres Akademik Dengan Intensitas Bermain *Game Online* Pada Mahasiswa Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri

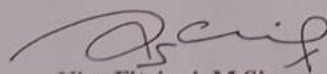
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, sesuai dengan petunjuk dan tuntunan yang telah diberikan dalam Sidang Munaqasah, maka kami dapat menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

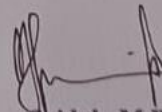
Pembimbing I

Pembimbing II



Nisa Fitriani, M.Si

NIP: 19910104 202203 2 001



Saidah, M.Pd

NIP: 19881201 202321 2 042

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN INTENSITAS BERMAIN
GAME ONLINE PADA MAHASISWA AKUNTANSI SYARIAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI

SIKA ALIYAH SARI

21104051

Telah diujikan di depan Sidang Munaqasah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri
Pada Tanggal 04 Desember 2025

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Prof. Dr. A. Halil Thahir, M.HI
NIP. 19711121 200501 1 006
2. Penguji I
Nisa Fitriani M.Si
NIP. 19910104 202203 2 001
3. Penguji II
Saidah M.Pd
NIP. 19881201 202321 2 042

(.....)

(.....)

(.....)

Kediri, 04 Desember 2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil
Kediri



Prof. Dr. A. Halil Thahir, M.HI
NIP. 19711121 200501 1 006

MOTTO

“Permainan dapat menjadi hiburan, tetapi kendali diri menjadikannya pelajaran.”

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya, yang bertanda tangan dibawah ini ;

Nama : Sika Aliyah Sari
NIM : 21104051
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Fakultas Ushuludin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya, maka saya beredia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 20 November 2025



Sika Aliyah Sari

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya yang tak terhingga, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan hati yang lapang dan rasa syukur yang melimpah. Keberhasilan penyelesaian skripsi ini tentunya merupakan hasil dari dukungan dan bantuan berbagai pihak. Maka dari itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kepada Mama Siti Umamah S.P dan Papa Ir. Kamal selaku kedua orang tua tercinta, gelar sarjana ini adalah persembahan saya. Terima kasih atas semua dukungan moral dan materiil, serta doa dalam setiap langkah, yang telah mengantarkan saya menyelesaikan studi ini. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, kebahagiaan, dan umur panjang dalam ridha-Nya.
2. Ibu Nisa Fitriani, M.Si dan Ibu Saidah, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing I dan II yang dengan sabar, penuh dedikasi, serta tulus memberikan bimbingan, ilmu, dan arahan selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga Allah membalas segala kebaikan dengan pahala berlipat ganda.
3. Kepada Bapak dan Ibu dosen serta civitas akademika Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri, saya haturkan terima kasih atas ilmu, nasihat, dan pengalaman berharga yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
4. Kakak kandung dan adik tercinta, yang selalu memberi semangat, tawa, dan dukungan moral dalam setiap perjuangan. Terima kasih atas perhatian dan dorongan yang membuat penulis tidak mudah menyerah.

5. Saya ingin menyampaikan terima kasih yang tulus kepada rekan-rekan seperjuangan, Arsinta, Maryatul, Nia Nur Afifah, Nadhilla, Ella, dan Antik. Kehadiran dan bantuan kalian sangat berarti dalam menghadapi berbagai tantangan selama penyusunan skripsi. Dukungan, motivasi, dan arahan yang kalian berikan telah menguatkan saya untuk tetap percaya diri hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan tepat waktu dan kita bisa merayakan kelulusan bersama. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan yang telah kalian berikan.
6. Saya mengucapkan terima kasih yang tulus kepada teman-teman se-prodi Psikologi Islam 2021, teman-teman KKN, dan seluruh pihak yang telah membantu dalam penyelesaian tugas akhir ini, yang namanya tidak dapat saya sebutkan satu persatu, saya menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga atas bantuan kalian dalam merampungkan tugas akhir ini.

ABSTRAK

SIKA ALIYAH SARI. Dosen Pembimbing NISA FITRIANI, M.Si dan SAIDAH, M.Pd Hubungan Stres Akademik Dengan Intensitas Bermain *Game Online* Pada Mahasiswa Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri, Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) Syekh Wasil Kediri, 2025.

Kata Kunci: Stres Akademik, Intensitas Bermain *Game Online*

Stres akademik merupakan kondisi psikologis yang muncul ketika tuntutan akademik melebihi kemampuan individu dalam mengatasinya. Mahasiswa sering menjadikan bermain *game online* sebagai bentuk mekanisme pelarian dalam menghadapi tekanan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan intensitas bermain *game online* pada mahasiswa Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi penelitian berjumlah 90 mahasiswa Akuntansi Syariah angkatan 2021 yang dipilih menggunakan teknik *sampling* jenuh. Instrumen yang digunakan adalah skala stres akademik yang disusun berdasarkan teori Sarafino & Smith, serta skala intensitas bermain *game online* yang disusun berdasarkan teori *theory of planned behavior* (Fishbein & Ajzen). Analisis data dilakukan dengan menggunakan metode uji korelasi *pearson product moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres akademik dan intensitas bermain *game online* mahasiswa berada pada kategori sedang. Selain itu, adanya hubungan positif yang signifikan antara stres akademik dengan intensitas bermain *game online*, dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,224$ dan signifikansi $p = 0.034$ ($p < 0,05$). Nilai tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa, semakin tinggi pula intensitas mereka dalam bermain *game online*, meskipun tingkat korelasinya termasuk kategori rendah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa stres akademik memiliki kontribusi terhadap intensitas bermain *game online* pada mahasiswa Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri. Hasil ini mengindikasikan perlunya strategi pengelolaan stres yang lebih adaptif agar mahasiswa tidak bergantung pada *game online* secara berlebihan dan tetap mampu menjaga keseimbangan antara aktivitas akademik dan hiburan digital.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Hubungan Stres Akademik Dengan Intensitas Bermain *Game Online* Pada Mahasiswa Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri. Segala kesulitan dan hambatan yang dilalui penulis dapat teratasi berkat pertolongan-Nya. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, keluarga, para sahabat, serta seluruh pengikutnya. Semoga kelak kita semua memperoleh syafa'at beliau di hari kiamat, Aamiin.

Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari dukungan, bimbingan, motivasi, dan bantuan dari banyak pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan tulus hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wahidul Anam, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.
2. Bapak Prof. Dr. H. A. Halil Thahir, M.HI, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.

4. Ibu Nisa Fitriani, M.Si selaku Dosen Pembimbing I, yang dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, motivasi, serta masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Saidah M.Pd selaku Dosen Pembimbing II, yang juga telah memberikan bimbingan, masukan, dukungan serta semangat selama proses penyusunan skripsi.
6. Mahasiswa Akuntansi Syariah tahun angkatan 2021 yang telah bersedia jadi informan dalam penelitian ini dan sudah bertahan untuk terus berusaha menyelesaikan apa yang sudah dimulai.
7. Mama Siti Umamah S.P, selaku orang tua tersayang, terima kasih atas doa yang menjadi kekuatan, kasih yang menjadi inspirasi, dan kesabaran yang menjadi teladan dalam setiap perjalanan hidupku.
8. Saudara-saudaraku, sahabat-sahabatku, serta semua pihak yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung, baik dalam bentuk dukungan moral, materiil, maupun doa yang terus menguatkan penulis hingga skripsi ini selesai.

Penulis hanya mampu mendoakan, semoga segala amal baik dan bantuan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu, penulis terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan karya di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat baik secara akademik maupun praktis, serta menjadi amal jariyah bagi semua pihak yang telah berkontribusi di dalamnya. *Aamiin ya Rabbal ,Alamiin.*

Kediri, 20 November 2025

Sika Aliyah Sari

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
NOTA DINAS	iv
NOTA PEMBIMBING	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Penelitian Terdahulu.....	6
BAB II	12
LANDASAN TEORI	12
A. Stres Akademik	12
1. Definisi Stres Akademik	12
2. Aspek - aspek Stres Akademik.....	14
3. Faktor - faktor Stres Akademik	16
B. Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	18
1. Definisi Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	18
3. Aspek – aspek Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	21
4. Faktor - faktor Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	24
5. Dampak Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	31

C. Dinamika hubungan antara Stres Akademik dengan Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	33
D. Variabel Penelitian	37
E. Kerangka Teoritis	38
F. Hipotesis Penelitian	38
BAB III	39
METODE PENELITIAN	39
A. Rancangan Penelitian	39
B. Populasi dan Sampel	40
1. Populasi	40
2. Sampel.....	41
C. Teknik Pengumpulan Data	42
D. Instrumen Penelitian	43
1. Skala Stres Akademik	43
2. Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	44
E. Teknik Analisis Data	45
1. Tabulasi data.....	46
2. Uji Instrumen.....	46
3. Uji Asumsi.....	48
4. Uji Hipotesis.....	50
BAB IV	52
HASIL PENELITIAN	52
A. Gambaran Umum Deskripsi Karakteristik Responden	52
1. Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin	58
2. Karakteristik Berdasarkan Usia.....	59
3. Karakteristik Berdasarkan Tempat Tinggal.....	59
B. Uji Instrumen Penelitian.....	60
1. Uji Validitas	60
C. Deskripsi Data	66
D. Uji Asumsi.....	71
BAB V	73
PEMBAHASAN	73
A. Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Akuntansi Syariah UIN Syekh Wasil Kediri.....	73

B. Tingkat Intensitas Bermain <i>Game Online</i> pada Mahasiswa Akuntansi Syariah UIN Syekh Wasil Kediri	75
C. Hubungan Stres Akademik dengan Intensitas Bermain <i>Game Online</i> .	78
BAB VI	81
KESIMPULAN	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN-LAMPIRAN	87

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kerangka Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	38
Tabel 3. 1 <i>Blue Print</i> Stres Akademik.....	44
Tabel 3. 2 <i>Blue Print</i> Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	45
Tabel 4. 1 Hasil Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin.....	58
Tabel 4. 2 Hasil Karakteristik Berdasarkan Usia.....	59
Tabel 4. 3 Hasil Karakteristik Berdasarkan Tempat Tinggal.....	59
Tabel 4. 4 Uji Validitas Skala Stres Akademik.....	61
Tabel 4. 5 <i>Blueprint</i> Skala Stres Akademik.....	62
Tabel 4. 6 Uji Validitas Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	63
Tabel 4. 7 <i>Blueprint</i> Skala Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	64
Tabel 4. 8 Hasil Uji Reliabilitas Stres Akademik.....	65
Tabel 4. 9 Hasil Uji Reliabilitas Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	65
Tabel 4. 10 Deskripsi Hipotetik Variabel Stres Akademik.....	66
Tabel 4. 11 Rumus Hipotetik Kategorisasi.....	67
Tabel 4. 12 Kategorisasi Stres Akademik.....	68
Tabel 4. 13 Deskripsi Hipotetik Variabel Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	69
Tabel 4. 14 Rumus Hipotetik Kategorisasi.....	69
Tabel 4. 15 Kategorisasi Variabel Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	70
Tabel 4. 16 Hasil Uji Normalitas.....	72
Tabel 4. 17 Hasil Uji linieritas Stres Akademik dan Intensitas Bermain <i>Game Online</i>	73
Tabel 4. 18 Hasil Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar <i>Ekspert Judgement</i>	88
Lampiran 2 Angket Penelitian.....	90
Lampiran 3 Hasil Jawaban dari Responden Mahasiswa Akuntansi Syariah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.....	95
Lampiran 4 Lampiran Uji Validitas	112
Lampiran 5 Lampiran Uji Reliabilitas.....	114
Lampiran 6 Lampiran Uji Normalitas	114
Lampiran 7 Lampiran Uji Linearitas	115
Lampiran 8 Lampiran Uji T (Pengujian Hipotesis).....	115
Lampiran 9 Lampiran Tabel Nilai <i>r Product Moment</i>	116
Lampiran 10 Lampiran Surat Izin Penelitian	117