

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Religiusitas

1. Pengertian Religiusitas

Religiusitas berasal dari bahasa latin religio yang akar katanya adalah religure yang berarti mengikat. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia religi berarti kepercayaan kepada Tuhan, yaitu percaya akan adanya kekuatan adikodrati diatas manusia. Artinya religiusitas merupakan keyakinan yang mendasari jiwa manusia atas apa kepercayaan yang menciptakan dirinya baik fisik maupun batin.¹

Religiusitas menurut Jalaludin rahmat adalah keberagamaan, yaitu suatu keadaan yang ada dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk bertingkah laku sesuai dengan kadar ketaatannya kepada agama. Sedangkan Zakiah Daradjat berpendapat bahwa religiusitas merupakan suatu sistem yang kompleks dari kepercayaan keyakinan dan sikap-sikap dan upacara-upacara yang menghubungkan individu dari satu keberadaan atau kepada sesuatu yang bersifat keagamaan.²

Anggasari membedakan antara istilah religi atau agama dengan istilah religiusitas. Agama atau religi menunjuk pada aspek formal yang berkaitan dengan aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban yang harus dipatuhi dan dilaksanakan oleh pemeluknya dan semua itu berfungsi untuk mengikat seseorang atau sekelompok orang dalam hubungan dengan Tuhan, sesame manusia dan alam sekitarnya, sedangkan religiusitas menunjuk pada aspek yang dihayati oleh individu. Hal ini selaras dengan pendapat Dister yang mengartikan religiusitas sebagai keberagamaan, yang berarti adanya unsur internalisasi agama itu dalam diri individu. Lindridge menyatakan bahwa religiusitas dapat diukur

¹ Sugiono, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi-4*, (Jakarta: Gramedia Utami, 2008)

² Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 2007)

dengan kehadiran lembaga keagamaan dan kepentingan agama dalam kehidupan sehari-hari.³

Dalam islam, menurut Daradjat bahwa wujud dari religiusitas yang paling penting adalah seseorang dapat merasakan dan mengalami secara batin tentang Tuhan, hari akhir dan komponen agama yang lain. Dengan demikian religiusitas merupakan sebuah konsep untuk menjelaskan kondisi religiusitas dan spiritualitas yang tidak dapat dipisahkan.⁴

Krauss menyebutkan religiusitas secara khusus yaitu religiusitas islami. Religiusitas islami merupakan tingkat kesadaran akan Tuhan yang dimengerti menurut pandangan tauhidiah islam, berperilaku sesuai dengan kesadaran tersebut, atau tingkat manifestasi dengan kesadaran akan Tuhan dalam kehidupan sehari-hari yang dipahami melalui ajaran islam sunni.⁵

Dari banyaknya definisi religiusitas yang dikemukakan oleh para ahli diatas, peneliti ini memilih definisi yang dikemukakan oleh Glock & Stark dalam bukunya yang berjudul “*American Piety: The Nature Of Religious*” yang dikutip oleh Ancok dan Suroso, menegaskan bahwa religiusitas adalah simbol dari dimensi keagamaan dalam diri manusia yakni, dimensi keyakinan, dimensi peribadatan, dimensi pengetahuan, dimensi pengalaman, dan dimensi penghayatan.⁶

2. Aspek-aspek Religiusitas

Menurut Huben ada lima aspek religiusitas adapun lima aspek tersebut yaitu:

- 1) *Intellectual* Adalah pengetahuan yang dimiliki seseorang mengenai agamanya, sehingga ia dapat menjelaskan pandangan mereka

³ Firmansyah, *Analisis Pengaruh Tingkat Religiusitas Pasien Dengan Keputusan Menggunakan Jasa*, Skripsi (Semarang: Universitas Diponegoro, 2010)

⁴ Ros Mayasari, “Religiusitas Islam dan Kebahagiaan”, *Jurnal Al-Munzir*, (Vol.7, No.2, 2014), hlm.85

⁵ Fitriani Y, “Religiusitas Islam dan Kerendahan Hati Dengan Pemanfaatan Pada Mahasiswa”, *Jurnal Psikologi*, (Vol.14, No., 2018) hlm.167

⁶ Suroso, A, *Psikologi Islam Solusi Islam Dan Problem-Problem Psikolog*, (Yogyakarta: Pustaka, 2018)

mengenai Tuhan, agama, dan keberagamaan.

- 2) *Ideology* Adalah kepercayaan yang dimiliki seseorang yang berkaitan dengan keberadaan dan makna kehidupan serta hubungan antara Tuhan dan manusia.
 - 3) *Public practice* (Ibadah publik) Adalah ibadah yang dilakukan seseorang dan dimanifestasikan dalam partisipasinya dalam ritual, upacara dan aktivitas keagamaan.
 - 4) *Private practice* (Ibadah pribadi) Adalah ibadah yang dilakukan seseorang yang ditunjukkan dengan mencurahkan dirinya pada Tuhan dalam aktivitas, ibadah dan ritual yang dilakukan sendiri.
 - 5) *Religious experience* (Pengalaman beragama) Mengarah pada pengalaman kontak langsung seseorang dengan Tuhan, sehingga berdampak secara emosional pada diri mereka.⁷
3. Dimensi Religiusitas

Menurut Glock & Stark dalam bukunya yang berjudul “*American Piety: The Nature Of Religious*” yang dikutip oleh Ancok dan Suroso, menegaskan bahwa religiusitas adalah simbol dari dimensi keagamaan dalam diri manusia yakni, dimensi keyakinan, dimensi peribadatan, dimensi pengetahuan, dimensi pengalaman, dan dimensi penghayatan:

1) Dimensi Keyakinan

Berkaitan dengan apa yang harus dipercayai dalam ajaran Agama. Dengan kata lain Dimensi ini menunjuk pada seberapa tingkat keyakinan seseorang dengan kebenaran ajaran-ajaran yang bersifat fundamental. Dimensi keyakinan menyangkut iman kepada Allah, kepada Malaikat, kepada Kitab, kepada Rasul, hari Akhir, Qadha' dan Qadar. Menurut pandangan Muhammadiyah bahwasanya iman tidak cukup hanya sekedar pengakuan, tetapi juga harus dibuktikan dengan

⁷ Farah Hanifah Purnomo dan Bambang Suryadi, “Validitas Konstruksi Pada Instrumen Religiusitas Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA)”, *Jurnal* (Vol.6, No.2, 2017)

konsekuensi yang menjadi iman mencakup keyakinan, berserah diri, dengar dan taat, mengikuti sistem, tidak merasa berat, dan tidak memilih-milih. Sedangkan Ahlu Sunnah Wal Jama'ah atau NU mengartikan iman mencakup I'tiqad (keyakinan), perkataan, dan perbuatan.

2) Dimensi Peribadatan

Mencakup sekaligus berkaitan dengan sejumlah perilaku. Yang dimaksud disini adalah perilaku-perilaku yang mengacu kepada perilaku khusus yang telah ditetapkan oleh ajaran agama islam seperti halnya yang dilakukan setiap saat yaitu, membaca Al- Qur'an, menjalankan sholat wajib, berpuasa, infak dll. Segala sesuatu yang ditunjukkan untuk berbakti kepada Allah, maka itu dapatlah dihitung sebagai ibadah, asal saja cara-cara itu tidak bertentangan dengan peraturan-peraturan islam. Ibadah yang diterima Allah harus memenuhi tiga kriteria yaitu, iman, ikhlas, dan sesuai dengan syariat islam. Jika salah satu dari tiga kriteria itu tidak terpenuhi, maka ibadahnya ditolak. Jika ibadah seseorang diterima, maka Allah yang akan menganugerahinya pahala sesuai dengan kalitas ibadahnya masing-masing.

3) Dimensi Penghayatan

Seberapa jauh tingkat seseorang dalam merasakan perasaan-perasaan dan pengalaman-pengalaman religius yang dialami. Salah satu contoh ialah terwujudnya perasaan dekat dengan Allah, merasa takut dengan Allah, dan merasa doanya dikabulkan oleh Allah. Subtansi ihsan ialah kebaikan tertinggi yang lahir dari ruh beribadah.

4) Dimensi Pengetahuan

Ilmu seseorang terkait tentang ajaran-ajaran yang ada dalam agamanya. Pengetahuan ini diperoleh melalui pendidikan Formal dan non formal. Sebagai contoh dari dimensi ini berhubungan dengan aktivitas seseorang untuk mengetahui ajaran-ajaran dalam agamanya.

5) Dimensi Pengalaman

Dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran agamanya didalam kehidupannya. Berkaitan dengan perasaan Keagamaan yang dialami oleh penganut agama. Dalam ilmu psikologi disebut juga *Religious experience* atau pengalaman Agama yang mana dari perilaku sehari-hari dari ucapan, sikap, dan perbuatan seseorang.

6) Dimensi Pengetahuan

Ilmu seseorang terkait tentang ajaran-ajaran yang ada dalam agamanya. Pengetahuan ini diperoleh melalui pendidikan Formal dan non formal. Sebagai contoh dari dimensi ini berhubungan dengan aktivitas seseorang untuk mengetahui ajaran-ajaran dalam agamanya.

7) Dimensi Pengalaman

Dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran agamanya didalam kehidupannya. Berkaitan dengan perasaan Keagamaan yang dialami oleh penganut agama. Dalam ilmu psikologi disebut juga *Religious experience* atau pengalaman Agama yang mana dari perilaku sehari-hari dari ucapan, sikap, dan perbuatan seseorang.⁸

4 .Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Religiusitas

Sabda Rasulullah dalam sebuah hadist yang artinya: “setiap anak yang dilahirkan dalam keadaan fitrah, hanya karena orangtuanyalah, anak itu menjadi yahudi, nasrani dan majusi. Sejalan dengan hadist Rasulullah, Syamsu Yusuf menyatakan religiusitas tidak muncul begitu saja, tetapi berkembang melalui suatu proses dan dipengaruhi dua faktor, yaitu: faktor internal (pembawaan) dan faktor eksternal (lingkungan). Faktor-faktor tersebut adalah:

⁸ Suroso, A, *Psikologi Islam Solusi Islam Dan Problem-Problem Psikolog*, (Yogyakarta: Pustaka, 2018)

a. Faktor Internal (Pembawaan)

Perbedaan antara manusia dengan binatang adalah bahwa manusia mempunyai fitrah (pembawaan) beragama (homo religious). Setiap manusia yang lahir ke dunia ini, baik masih primitif, bersahaja maupun modern, baik yang lahir di negara komunis maupun kapitalis; baik yang lahir dari orang tua yang saleh ataupun yang jahat, sejak Nabi Adam sampai akhir jaman, menurut fitrah kejadiannya mempunyai potensi beragama atau iman kepada Tuhan atau percaya adanya kekuatan diluar dirinya yang mengatur hidup dan kehidupan alam semesta.

b. Faktor Lingkungan (Eksternal)

Faktor eksternal yang dimaksud adalah faktor lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat.

a) Lingkungan Keluarga

Pembentukan sikap keberagamaan berlangsung bersamaan dengan perkembangan kepribadian yang dimulai sejak anak lahir yaitu dengan mengumandangkan adzan dan iqomah, bahkan sejak dalam kandungan. Di dalam keluarga, orang tuanyalah yang bertanggung jawab untuk membina akhlak dan kepribadian anak-anaknya sebagai peletak dasar konsep tersebut. Adapun pelaksanaan pendidikan agama didalam keluarga meliputi keteladanan orang tua, perlakuan dengan anak sesuai dengan agama serta melatih dan membiasakan anak untuk melaksanakan ibadah sesuai dengan kemampuan dan perkembangan.

b) Lingkungan Pendidikan

Lembaga pendidikan yang melaksanakan pembinaan pendidikan dan pelajaran dengan sengaja, teratur, dan terencana adalah sekolah. Karena itu sekolah mempunyai kewajiban dalam membentuk kepribadian dan perilaku peserta didiknya. Selain itu keteladanan guru sebagai pendidik dinilai berperan dalam

menanamkan kebiasaan yang baik dan merupakan bagian dari pembentukan moral yang erat kaitannya dengan perkembangan perilaku keberagamaan seseorang.

c) Lingkungan Masyarakat

Lingkungan yang agamis dapat mempengaruhi jiwa keberagamaan seseorang. Melalui pembinaan dan bimbingan agama di lingkungan masyarakat dengan melalui ceramah agama, pengajian atau contoh yang baik dari tokoh masyarakat dapat menjadikan kepribadian dan perilaku seseorang lebih dapat sesuai dengan nilai-nilai yang telah dianutnya dan dipelajarinya melalui lingkungan keluarga dan sekolah.

d) Fungsi Religiusitas

Fungsi religiusitas bagi manusia erat kaitannya dengan fungsi agama. Dister mengemukakan ada empat fungsi (emosional-efektif, sosio-moral, intelektual-kognitif dan psikologis) dari keberagamaan yaitu untuk mengatasi frustrasi, untuk menjaga kesusilaan serta tata tertib masyarakat, untuk mengatasi ketakutan.⁹

B. Regulasi Emosi

1. Pengertian Regulasi Emosi

Regulasi emosi menurut Gross didefinisikan sebagai cara individu mempengaruhi emosi yang mereka miliki, kapan mereka merasakannya dan bagaimana mereka mengalami atau mengekspresikan emosi itu. Seseorang yang dapat meregulasi emosi akan mendapatkan dampak positif baik kesehatan fisik, tingkah laku dan hubungan sosial.¹⁰

Menurut Thomson Pengolahan emosi atau regulasi emosi adalah

⁹Yusuf, S.(2003). *Psikologi Belajar Agama*, (Bandung: Pustaka Bumi, 2003)

¹⁰Wulan “Regulasi emosi dan Burnout pada guru honorer

¹⁰Yusuf, S.(2003). *Psikologi Belajar Agama*, (Bandung: Pustaka Bumi, 2003)
sekolah dasar swasta menengah ke bawah” . *Jurnal penelitian dan pengukuran psikologi*, (Vol.76, No., 2015)

kemampuan individu untuk memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosional individu untuk mencapai tujuan.¹¹ Definisi lain Regulasi emosi Gross dalam penelitian Mayangsari merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai, mengatasi, mengelola, dan mengungkapkan emosi yang tepat untuk mencapai keseimbangan emosional. Setiap individu memiliki cara untuk meregulasi emosi.¹²

Menurut Cicchetti & Rogosch mendefinisikan regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang untuk meningkatkan atau menjaga dorongan emosi seseorang yang juga mempunyai peranan yang mendasar pada perkembangan sosial, afeksi dan emosi. Sedangkan menurut Gyurak menuliskan bahwa regulasi emosi merupakan seperangkat alat mental untuk menurunkan, meningkatkan atau mempertahankan intensitas, durasi dan kualitas dari pengalaman emosi.¹³

Reivich dan Shatte mendefinikan regulasi emosi dengan kemampuan seseorang agar tetap dalam kondisi tenang dibawah tekanan. Menurut Jerman regulasi emosi adalah strategi emosi yang melibatkan individu dan kejiwaan termasuk emosi dan perkembangan sosial (termasuk kegembiraan).¹⁴

Berdasarkan beberapa definisi di atas bisa disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang dalam bagaimana merasakan, mengolah dan mengekspresikan emosi.

2. Aspek- aspek Regulasi Emosi

Menurut Gross aspek-aspek regulasi emosi dibagi menjadi lima yaitu:

a) Pemilihan situasi (*Situation Selection*)

¹¹ Maharani, A. I. (2017). Regulasi Emosi Pada Ibu Bekerja Yang Mengalami Konflik Peran Ganda. *Skripsi. Universitas Sanata Dharma*, 37

¹² khsanah, T. D. (2014). Regulasi emosi pada ibu single parent. *Jurnal psikologi integrative*, 86.

¹³ Ninda, E. (2019). Hubungan Antara Kelekatan Orang Tua Dengan Regulasi Emosi Remaja. *universitas muhammadiyah Surakarta*, 9

¹⁴ Aprisandytas, A. (2011). Hubungan antara regulasi emosi dengan kecemasan pada ibu hamil. *Skripsi. Universitas Islam negeri sultan syarif kasim Riau*, 25.

Yaitu keadaan seseorang dalam memilih situasi yang didasarkan pada pemilihan untuk bersosialisasi atau menutup diri dengan orang lain, tempat dan hal-hal yang lain untuk mengatur emosinya atau meregulasi emosinya. Misalnya, seseorang yang memilih untuk makan malam dengan teman malam sebelum ujian.

b) Pemilihan situasi (*Situation Selection*)

Yaitu keadaan seseorang dalam memilih situasi yang didasarkan pada pemilihan untuk bersosialisasi atau menutup diri dengan orang lain, tempat dan hal-hal yang lain untuk mengatur emosinya atau meregulasi emosinya. Misalnya, seseorang yang memilih untuk makan malam dengan teman malam sebelum ujian

c) *Penyebaran perhatian (Attentional Depoyment)*

Setiap situasi mempunyai aspek-aspek yang berbeda, dan cara seseorang untuk memfokuskan seperti penyebaran atensi pada setiap aspek-aspek situasi Sebagai contoh seseorang yang terganggu dengan percakapan yang tidak ia pahami. Seseorang yang memfokuskan diri pada hal itu termasuk cara untuk memahami, keterangan secara intensif dan tetap berkonsentrasi atau memecahkan masalah

d) Perubahan kognitif (*Cognitive Change*)

Perubahan kognitif ini menentukan seberapa banyak aspek yang akan diambil seseorang. Seseorang akan memandang penugasan merupakan hal yang sangat penting dalam mempengaruhi perilaku respon emosi, pengalaman yang menghasilkan keterangan situasi. Seperti contoh seseorang akan lebih mengatakan pada diri nya “ini hanya tes” bukan memandang bahwa ujian adalah sesuatu untuk mengukur kehidupan seseorang.

e) Perubahan respon (*Response Modulation*)

Modulasi respon ini mengacu pada kemampuan seseorang untuk mempengaruhi respon emosi apa yang akan ditampilkan. Misalnya seseorang yang gagal dalam ujian, dia yang memandang

sebagai hal yang memalukan dan menyedihkan namun dari pengalaman yang dilakukannya seseorang akan lebih memilih untuk meregulasi emosinya dengan berolahraga, dan melakukan aktivitas lainnya.¹⁵

1. Strategi Regulasi Emosi

Gross dalam penelitiannya menyatakan 5 tahap strategi regulasi emosi yang bisa dilakukan, yaitu:

1). *Strategies to Emotion (Stretgies)*

Merupakan suatu keyakinan seseorang agar dapat mengatasi suatu masalah yang di hadapi, mempunyai suatu cara untuk mengurangi emosi negative dengan menggunakan kemampuan yang dimiliki yang dapat mengubah kembali emosi yang dirasakan berlebihan dan bisa memenangkan diri kembali.

2). *Engaging in goal directed behavior (Goals)*

Adalah cara atau kemampuan seseorang yang bisa berpikir lebih baik dan tidak terganggu atau terpengaruh dari emosi negatif meskipun emosi itu dirasakannya.

3). *Control emotional responses (impulse)*

Merupakan kemampuan seseorang yang bisa mengontrol emosinya dan mengapresiasi emosi nya, serta respon yang dikeluarkannya, mulai dari respon tingkah laku, respon suara, dan fisiologi, sehingga emosi yang di tampilkan tidak berlebihan dan sesuai dengan yang diharapkan atau emosi yang tepat.

4). *Acceptance of emotional response (acceptance)*

Yaitu kemampuan seseorang yang bisa menerima suatu peristiwa yang memunculkan emosi negatif dan tidak merasa malu menunjukkannya.¹⁶

¹⁵ Yang, (2017). Hubungan Regulasi Emosi Dengan Emotional Abuse Pada Remaja Akhir yang Berpacaran . *Skripsi. Unive rsitas Muhammadiyah Malang*, 16.

¹⁶ Hidayat, (2016). Perbedaan Strategi Regulasi Emosi Pada Perokok Yang

3. Faktor-faktor Regulasi Emosi

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi diantaranya yaitu:

1) Dukungan Sosial

Syme dan Cohen dari Gross dalam Appollo dan Cahyani menyatakan merupakan komponen yang bisa memotivasi, sebagai sumber yang di sediakan orang lain untuk seseorang sehingga bisa untuk mensejahterakan kehidupan orang lain. Komponen ini juga sangat efektif dalam membantu seseorang bisa bertahan menghadapi masalah maupun mengatasi tekanan psikologi yang mendalam.¹⁷ Menurut Krause dari Gross, semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang maka ia akan berusaha untuk tidak menampilkan emosi yang berlebihan. Begitu juga sebaliknya, apabila tingkat religiusitas seseorang rendah ia akan susah dalam mengontrol emosinya.¹⁸

2) Budaya

Budaya menjadi memiliki hubungan dengan regulasi emosi karena adanya motivasi didalam budaya tersebut. Budaya mempengaruhi regulasi emosi karena didalamnya ada motivasi untuk menjaga hubungan baik dengan orang lain. Budaya yang ada dalam suatu kelompok bisa mempengaruhi seseorang dalam menilai, menerima dan memahami pengalaman emosi dan cara menampilkan respon emosi tersebut.¹⁹

3) Kognitif

Kognitif dapat membantu individu untuk menjaga dan mengatur emosi yang dirasakan agar tidak berlebihan menurut hasil penelitian

Mengalami Negative Affect . *Skripsi.Universitas Negeri Makassar*, 19.

¹⁷ Hidayat, (2016). Perbedaan Strategi Regulasi Emosi Pada Perokok Yang Mengalami Negative Affect . *Skripsi.Universitas Negeri Makassar*, 19.

¹⁸ Masa, (2015). Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius NarapinadaWanita Dalam Masa Pembinaan .

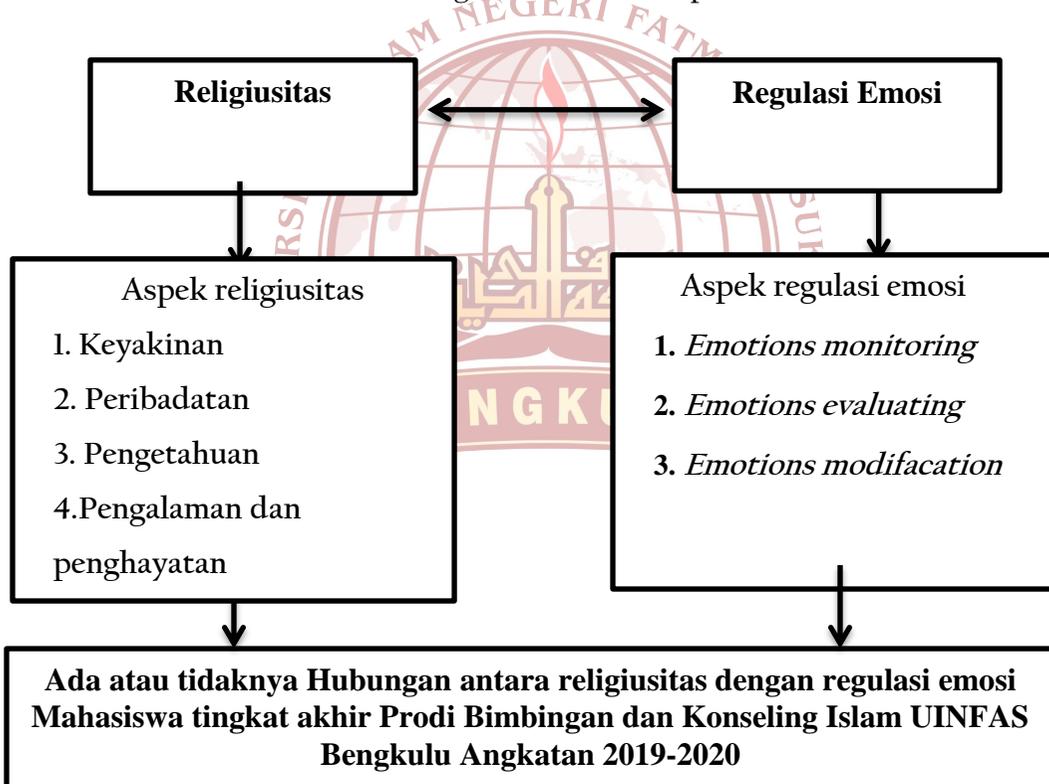
¹⁹ Aprisandyas, A. (2011). Hubungan antara regulasi emosi dengan kecemasan pada ibuhamil. *Skripsi.Universitas Islam negeri sultan syarif kasim Riau*, 25.

Kartika. Gross juga menjelaskan bahwa emosi yang dirasakan individu merupakan hasil dari pemberian nilai individu pada situasi yang dialami atau dihadapinya. Individu yang memberikan penilaian positif cenderung akan mengembangkan reaksi emosi yang positif dan begitu juga sebaliknya.

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir dalam penelitian ini religiusitas dengan regulasi emosi Mahasiswa tingkat akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UINFAS Bengkulu, sebagai berikut:

Gambar 2.1 kerangka berpikir dalam penelitian ini



D. Hipotesis Penelitian

Secara *etimologi*, hipotesis dibentuk dari dua kata, yaitu kata *hypo* dan kata *thesis*. *Hypo* berarti kurang dan *thesis* adalah pendapat. Pengertian ini kemudian diperluas dengan maksud sebagai suatu kesimpulan penelitian

yang belum sempurna, sehingga perlu disempurnakan dengan membuktikan kebenaran hipotesis itu melalui penelitian. Pembuktian itu hanya dapat dilakukan dengan menguji hipotesis dimaksud dengan data lapangan.²⁰

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu untuk melihat hubungan variabel bebas religiusitas dengan variabel terikat regulasi emosi. maka adapun hipotesis atau dugaan sementara di dalam penelitian ini yaitu:

1. Hipotesis Alternatif (Ha)

Hipotesis Ha adalah hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara variabel dengan variabel lainnya. Jika Ha diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan regulasi emosi Mahasiswa tingkat akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UINFAS Bengkulu angkatan 2019-2020. Kemudian Ho ditolak yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan regulasi emosi Mahasiswa tingkat akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UINFAS Bengkulu angkatan 2019-2020.

2. Hipotesis nol atau nihil (Ho)

Hipotesis nol atau nihil adalah hipotesis yang menyatakan tidak ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel lainnya. Jika Ho diterima artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan regulasi emosi Mahasiswa tingkat akhir Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UINFAS Bengkulu angkatan 2019-2020, kemudian Ha di tolak.

²⁰ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, Dan Kebijakan Public Serta Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana, 2005), hlm 8