



Religiusitas dan Strategi *Coping Stres* Santri Remaja

Fauzul Adim Ubaidillah^{1*}, Moh. Rizki Jaelani²

¹⁻² Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Ibrahimy, Situbondo, Indonesia

Email: fauzul@ibrahimiy.ac.id^{1*}, rizkyjaelani000@gmail.com²

*Penulis korespondensi: fauzul@ibrahimiy.ac.id

Abstract. *Stress is something that must happen to every individual, including the soul of every student. The density of pesantren activities, academic demands, and intense religious obligations make students tend to feel pressured easily and are prone to experiencing stress. This condition requires an effective stress coping strategy so that students are able to deal with various problems adaptively. One of the internal factors that is believed to play an important role in improving stress coping skills is religiosity. This study aims to find out whether there is a relationship between religiosity and stress coping strategies in students. The participants of this study amounted to 130 students who were determined using the purposive sampling technique. The research instruments used were in the form of a religiosity scale and a stress coping strategy scale. The results of the study showed that stress coping strategies had a positive and significant relationship with religiosity. The R Square value of 0.329 shows that religiosity contributes 32.9% to the ability of students' stress coping strategies, while the rest is influenced by other factors. These findings show that strengthening religiosity can be one of the important efforts in helping students manage stress constructively.*

Keywords: *Coping stress; Mental health; Religiosity; Scott; Stress.*

Abstrak. Stres merupakan sesuatu yang pasti terjadi pada setiap individu, termasuk pada jiwa setiap santri. Padatnya kegiatan pesantren, tuntutan akademik, serta kewajiban keagamaan yang intens membuat para santri cenderung mudah merasa tertekan dan rentan mengalami stres. Kondisi ini menuntut adanya strategi coping stres yang efektif agar santri mampu menghadapi berbagai permasalahan secara adaptif. Salah satu faktor internal yang diyakini berperan penting dalam meningkatkan kemampuan coping stres adalah religiusitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara religiusitas dengan strategi coping stres pada santri. Partisipan penelitian ini berjumlah 130 santri yang ditentukan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian yang digunakan berupa skala religiusitas dan skala strategi coping stres. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi coping stres memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan religiusitas. Nilai R Square sebesar 0,329 menunjukkan bahwa religiusitas memberikan kontribusi sebesar 32,9% terhadap kemampuan strategi coping stres santri, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan religiusitas dapat menjadi salah satu upaya penting dalam membantu santri mengelola stres secara konstruktif.

Kata Kunci: Kesehatan mental; Mengatasi stres; Religiusitas; Scott; Stres.

1. PENDAHULUAN

Stres akan sangat sulit dihindari karena stres merupakan bagian dari kehidupan, stres dapat disebabkan oleh eksternal seperti faktor lingkungan faktor internal yang berasal dari dalam diri individu. Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan individu mengalami stres, diantaranya seperti bencana alam ataupun konflik bersenjata. Sementara stres pribadi seperti meninggalnya seseorang yang disayang, menganggur dalam pekerjaan, konflik keluarga, dan kejadian sehari-hari. Pada dasarnya setiap orang tidak akan bisa berlama-lama dalam keadaan tertekan, baik itu tekanan yang timbul dari luar maupun dari dalam diri manusia. Stress tidak hanya terjadi pada orang dewasa dan lansia, namun setiap remaja juga dapat mengalaminya. Tidak jarang masa remaja mengalami stress karena masa remaja sangat rentan akan perubahan fisik, terutama perubahan hormonal yang berbeda dengan masa sebelumnya. Pada

masa remaja, remaja sering kali mengalami kesulitan dalam menentukan tempat mereka dimasyarakat dan menemukan identitas diri individu (Pigaiani et al., 2020). Ketika individu dihadapkan pada stres sebagai respons terhadap suatu kejadian tertentu, yang dapat mengakibatkan ketidakmampuan mereka untuk mengendalikan kejadian yang belum pernah terjadi sebelumnya atau ketika mereka memiliki harapan untuk masa depan (Tasalim & Cahyani, 2021). Upaya untuk mengelola situasi yang membebani tersebut bisa disebut dengan strategi coping.

Strategi coping merupakan cara manusia dalam mengatasi stress, Kehidupan tidak dapat dipisahkan dari berbagai setiap permasalahan, setiap masa perkembangan memiliki resiko dan tantangannya masing-masing, terkadang tekanan-tekanan tersebut menjadi sumber permasalahan dalam kehidupan. Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam menyikapi setiap permasalahan yang ada, ada yang memilih cara bertahan dengan situasi dan kondisi menekan, dan ada juga yang memilih mundur dan keluar dari situasi yang begitu menyulitkan sehingga secara otomatis diperlukan keterampilan strategi coping dalam penyelesaian masalah. Perilaku yang berbeda-beda dalam mengatasi stres menunjukkan bahwa strategi coping setiap orang mungkin tidak sama. Menurut Folkman dan Lazarus (1985) terdapat dua cara strategi coping stres yaitu coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*).

Pargament (2001) mengungkapkan beberapa hal yang dapat menjadi sumber coping tertentu, hal tersebut antara lain: faktor materi (seperti uang, bahan baku), faktor fisik (seperti kesehatan, kebugaran tubuh), faktor psikologis (seperti kemampuan penyelesaian masalah), faktor sosial (seperti kemampuan interpersonal), dan faktor spiritualitas (seperti kedekatan kepada Allah SWT). Manusia mudah terjebak dalam kebingungan, kebingungan, dan kehilangan makna hidup. Agama adalah salah satu sumber spiritual yang dapat menenangkan setiap orang, oleh karena itu hal ini pasti dapat menimbulkan ketenangan. Religiusitas dan spiritualitas dapat berdampak pada kesehatan mental manusia, mereka dapat menyebabkan orang merasa lebih ke arah ketenangan, kedamaian, memiliki tujuan, dan memiliki harapan untuk diri mereka sendiri maupun orang lain.

Krauss et al (2005) menyatakan religiusitas sebagai kualitas atau tingkatan pengalaman seseorang dapat mempengaruhi religiusitas yang merupakan tingkat komitmen suatu individu terhadap agama yang dianut dan ajaran-ajarannya yang ditunjukkan melalui sikap dan perilaku yang konsisten dan komitmen. Huber dan Huber (2012) menjelaskan bahwa religiusitas seseorang memiliki dimensi-dimensi dalam dirinya, yakni dimensi keyakinan, (*Ideological*), pengetahuan agama (*Intellectual*) praktik pribadi (*Private*

Practice), praktik umum (*Public Practice*), dan pengalaman keberagamaan (*Religious Experience*). Setiap aspek religiusitas menunjukkan bahwa religiusitas selalu ada di setiap aspek kehidupan, termasuk ketika seseorang berada dalam kondisi stress atau tertekan. Dalam dimensi religiusitas, orang yang sangat religious dapat menunjukkan sikap dan perilaku yang cenderung menghadapi masalah dan berusaha untuk menyelesaikannya. oleh karena itu, orang yang sangat religious dapat menunjukkan sikap dan perilaku yang selaras dengan kecenderungannya untuk mengatasi tekanan masalah dengan berfokus pada masalah (*problem focused coping*).

Azmi et al (2021) menyatakan bahwa religiusitas merupakan ekspresi spiritual seseorang yang berkaitan dengan keyakinan yang diyakininya, nilai-nilai yang dapat dipahami, hukum yang berlaku, dan ritual yang dilakukan. Religiusitas didalam islam dilakukan melalui doa, puasa, dzikir, dan sholawatan, yang selalu dapat meningkatkan kesehatan. Religiusitas ini memiliki peran yang sangat penting dalam mengatasi stress. Lingkungan pondok pesantren adalah lingkungan yang menjadi penempatan religiusitas seseorang terutama pada diri seorang santri. Lingkungan religius sangat kental terasa dalam lingkungan pesantren. Para santri bersama-sama mendalami ilmu-ilmu agama dipesantren sebagai bekal mereka untuk mendekati diri kepada Allah SWT. Lingkungan pondok pesantren merupakan lingkungan yang sangat di penuhi oleh rutinitas kegiatan ruhaniyah atau spritualitas yang tinggi yang dilakukan oleh seluruh santri. Menurut Tix dan Frazier (1998) faktor penting yang membuat religiusitas berkontribusi dengan cara ini adalah keterlibatan dengan hal-hal yang dianggap sakral. Karena, bagi banyak orang, terutama bagi mereka yang tinggal di Indonesia dan mengidentifikasi diri sebagai orang beragama dinilai lebih efektif dalam menghadapi masalah ketidakpuasan manusia dibandingkan dengan sistem sekuler.

Religiusitas santri terlihat berada di kategori cukup tinggi berdasarkan beberapa perkara yang meliputi dimensi-dimensi Religiusitas. misalnya pada dimensi pengetahuan agama (*the intellectual dimension*), selama berada di pondok pesantren para santri dituntut untuk belajar ilmu-ilmu agama sehingga pengetahuan agama mereka semakin bertambah, dari dimensi ini juga dapat memperkuat dimensi keyakinan (*the ideological dimension*) mereka. sementara dari dimensi praktik umum (*the public practice*), dimensi praktik pribadi (*the private practice*) dan dimensi pengalaman keberagamaan (*the religious experiences*) terpantau dari keseharian para santri diantaranya mereka menjalankan sholat baik sholat wajib (sholat maktubah) maupun sholat sunnah (sholat tahajjud, dan lain sebagainya), melakukan wirid, melakukan sholawat nabi setiap 1 minggu sekali, serta cara para santri menghormati orang lain. (observasi 23 Januari tahun 2024 di Pondok Pesantren Salafiyah

Syafi'iyah Sukorejo). Dengan melihat kegiatan rutin yang setiap hari mereka jalani, mulai dari bangun tidur pukul 03:00 WIB, melakukan sholat tahajjud kemudian berlanjut sholat subuh berjama'ah, dilanjutkan sorogan kitab-kitap kuning bersama dengan pengasuh KHR. Ahmad Azaim Ibrahimy sampai dengan jam 06.00 WIB lebih. Barulah para santri tersebut melakukan program pendidikan non formal yakni sekolah diniyah hingga pukul 10:00 WIB barulah mereka dapat melakukan isoma (istirahat, sholat, dan makan), selanjutnya pada pukul 13:00 WIB para santri melakukan pendidikan formalnya. Saat magrib dikumandangkan mereka telah harus kembali ke pondok untuk melanjutkan kegiatan kamar, dan lain sebagainya hingga sekitar jam sembilan malam. Stressor bagi mereka dapat muncul dari mana pun, baik dari kegiatan pesantren, dari dalam hubungan sosial santri, maupun dari kegiatan pendidikan formal seperti SMP, SMA/SMK, maupun Perguruan Tinggi.

Penelitian dari Sari dan Haryati (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dan coping stres. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan individu untuk mengatasi stres berkorelasi positif dengan tingkat religiusitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peranan religiusitas terhadap strategi coping stres santri

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan penelitian Religiusitas dengan Strategi Coping Stres. Populasi dalam penelitian ini adalah santri remaja dengan jenjang usia dewasa akhir yakni usia 19-24 tahun di Madrasah I'dadiyah dengan jumlah populasi 193 santri. Sample yang digunakan berjumlah 130 sampel yang dipilih dengan menggunakan teknik sampel purposive dengan menentukan pertimbangan tertentu seperti usia, hanya santri madrasah I'dadiyah, santri yang merangkap sekolah formal dan dan diniyah, dan merupakan santri aktif baik di asrama maupun di madrasah. kriteria tersebut dijadikan sebagai partisipan penelitian. Penelitian ini menggunakan dua jenis skala yaitu skala Religiusitas yang di susun berdasarkan 5 aspek dari Huber dan Huber (2012) yaitu Dimensi pengetahuan agama (intelektual), Dimensi keyakinan (ideologi), Dimensi praktik umum (praktik public), Dimensi praktik pribadi (Private practice), dan Dimensi pengalaman keberagamaan (Religious experience). Skala kedua yakni skala Strategi Coping Stres yang di susun berdasarkan 2 bentuk aspek dari Folkman dan Lazarus (1985) yaitu *emotion focused coping* dan *problem focused coping*. Berdasarkan uji reabilitas skala menunjukkan koefisien cronbach alpha skala Religiusitas sebesar 0,867 sementara pada skala Strategi Coping Stress sebesar 0,867. (Azwar, 2021) mengatakan bahwa skala dikatakan reliabel jika memiliki nilai Cronbach

Alpha lebih dari 0,70 sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua skala yang digunakan dalam penelitian ini bersifat reliabel.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Deskriptif

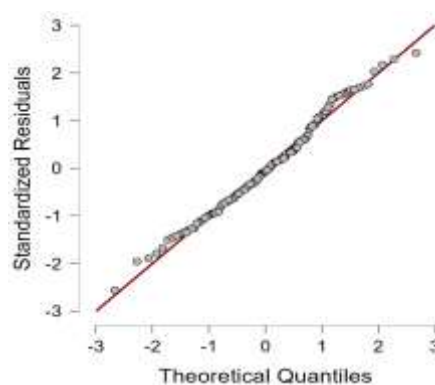
Hasil uji deskriptif mencakup karakteristik secara umum Religiusitas dan Strategi Coping Stress santri remaja Madrasah I'dadiyah. Hasil analisis deskriptif dalam penelitian ini antara lain meliputi mean, median, modus, standar deviation, range, minimum dan maximum. Diketahui bahwasannya nilai maksimum yang diperoleh responden pada variabel Religiusitas adalah 116 dan nilai minimum 66 dengan nilai mean sebesar 97.862. Sedangkan pada nilai maksimum Strategi Coping Stress sebesar 116 dan nilai minimum sebesar 39 dengan nilai mean sebesar 71.592. nilai standar deviation pada variabel Religiusitas sebesar 11.117 sedangkan pada variabel Strategi Coping Stress adalah 15.223. Hasil analisis deskriptif dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Deskriptif.

	Religiusitas	Strategi Coping Stress
Median	99.000	68.000
Mean	97.862	71.592
Std. Deviation	11.117	15.223
Range	50.000	77.000
Minimum	66.000	39.000
Maximum	116.000	116.000

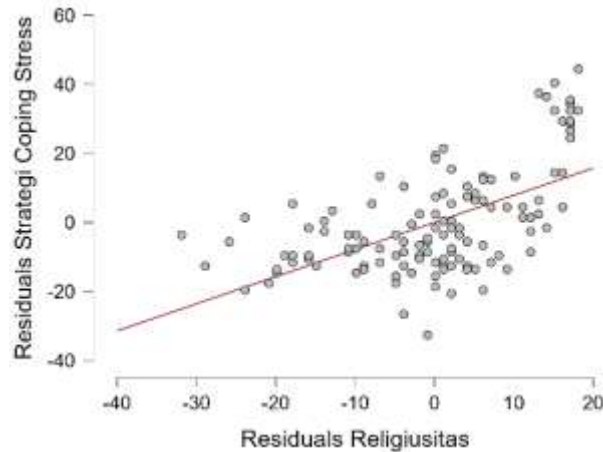
Hasil Uji Asumsi

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan melihat visual (gambar Q-Q plot), jika data terdistribusi normal maka *standardized residual* pada gambar 1 berada disepanjang garis diagonal yang berarti asumsi normalitas dalam penelitian ini terpenuhi.



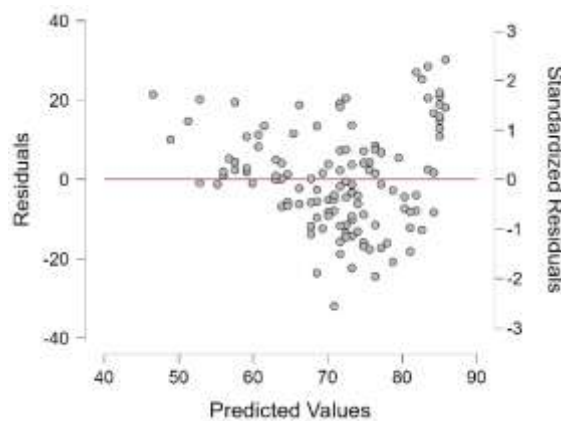
Gambar 1. Hasil Uji Normalitas.

Uji linieritas digunakan untuk menguji apakah terdapat hubungan linier antara variabel independen dan dependen. Gambar 2 (*Partial Regression Plot*) Religiusitas dengan Strategi Coping Stres membentuk garis lurus yang menunjukkan terdapat adanya hubungan linieritas antara Religiusitas dengan Strategi Coping Stres.



Gambar 2. *Partial Regression Plot.*

Uji Heterokedastisitas adalah suatu uji asumsi klasik yang harus dipenuhi dalam analisis regresi. Gambar 3 menunjukkan distribusi residual tersebar secara acak dan seimbang disekitar garis baseline (garis warna merah) yang artinya asumsi heterokedastisitas dalam penelitian ini terpenuhi.



Gambar 3. Hasil Uji Heteroskedastisitas.

Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji regresi linier sederhana. Hasil uji regresi linier sederhana pada tabel 2 menunjukkan nilai signifikansi kurang dari 0,01 ($p < 0,001$). Hasil ini menunjukkan Religiusitas dalam model regresi secara signifikan mampu memperdiksi Strategi Coping Stress. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Religiusitas memiliki peran yang sangat signifikan terhadap Strategi Coping Stress. Hasil ini

sesuai dengan hipotesis dalam penelitian ini yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara santri remaja. Religiusitas dengan Strategi Coping Stres

Tabel 2. Hasil Uji ANOVA.

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	9833.886	1	9833.886	62.750	< .001
	Residual	20059.507	128	156.715		
	Total	29893.392	129			

Hasil uji nilai koefisien determinasi (R^2) pada tabel 3 menunjukkan variance explain yaitu varians dari variabel Strategi Coping Stress yang mampu dijelaskan oleh Religiusitas. Hasil R square sebesar 0.329 memiliki makna bahwa 32,9% Religiusitas mampu dijelaskan oleh variasi dari Strategi Coping Stress sedangkan 67,1% Strategi Coping Stres dijelaskan oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam model atau tidak diteliti yang artinya Religiusitas memiliki sumbangan efektif sebesar 0,329 atau 32,9% terhadap Strategi Coping Stres.

Tabel 3. Model Summary - Strategi Coping Stress.

Model	R	R²	Adjusted R²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	15.223
H ₁	0.574	0.329	0.324	12.519

Pembahasan

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui hubungan Religiusitas dengan Strategi Coping Stress pada remaja santri salafiyah syafi'iyah sukorejo situbondo. Pada penelitian ini uji hipotesis diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001, yang memiliki makna ada pengaruh signifikan pada Religiusitas dengan Strategi Coping Stress. Semakin tinggi Strategi Coping Stress maka semakin tinggi pula tingkat Religiusitas pada diri mereka. Penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu diantaranya penelitian dari (Darmawanti, 2012; Munawaroh, 2018; Rahayu, 1997).

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian dari Hawari (2023) yang menyatakan bahwa religiusitas dapat mempertinggi kemampuan individual seseorang dalam mengatasi ketegangan-ketegangan (*ability to cope*) dari permasalahan yang sedang individual hadapi. Religiusitas menjadi mekanisme coping yang dapat mempengaruhi secara signifikan dalam proses pemulihan seseorang. Adanya manusia yang memiliki Religiusitas tinggi dapat lebih mudah memahami rasa sakit yang datang dari tuhan melalui ujian dan cobaan yang ia terima. Jadi apabila individu memiliki tingkat Religiusitas yang tinggi maka akan menampakkan rasa kedamaian sehingga membuat individu tersebut jauh dari rasa cemas, kesedihan, dan

ketakutan. Religiusitas merupakan termasuk salah satu faktor yang dapat menjadi sumber *strategy coping*. Ada beberapa faktor lain termasuk materi (seperti makanan, uang, dll.), fisik (seperti vitalitas dan kesehatan), psikologis (seperti kemampuan untuk menyelesaikan masalah), sosial (seperti kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dan mendukung sistem sosial), dan spiritual (seperti perasaan kita terhadap kedekatan kita dengan Allah SWT) (Pargament, 2001). Berdasarkan bentuk konsep tersebut, santri yang memiliki *religious* tinggi akan memiliki sifat keshalehan pribadi dan memiliki tingkat kepekaan sosial yang tinggi juga. Dimensi-dimensi Religiusitas dapat menggambarkan akan adanya keterlibatan dari setiap sisi kehidupan sebagai manusia hingga konsekuensi keseharian hidupnya. Oleh karena itu, ketika dalam menghadapi setiap permasalahan apapun agama memiliki pengaruh dan adanya ketersinambungan.

Para santri dididik untuk dapat menerapkan nilai-nilai agama dalam diri mereka melalui berbagai media pembelajaran saat berada di pesantren. Mereka dipersiapkan untuk menjadi seorang muslim sejati sehingga dapat memperoleh kebahagiaan baik di dunia dan di akhirat. Al-Qur'an menjelaskan bahwa selain manusia yang beriman akan sangat mudah untuk menjadi pribadi yang sering merasakan rasa putus asa ketika mereka dihadapkan dengan kesulitan. Manusia akan menjadi patah semangat dan merasa putus asa dalam menggapai kebaikan ketika dia mendapatkan kesulitan. Ketika seseorang dihadapkan dengan kesulitan mereka akan selalu mengingkari kebaikan-kebaikan yang pernah mereka dapatkan sebelumnya serta tidak mengharapkan jalan keluar.

4. KESIMPULAN

Pada hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan strategi coping stress santri remaja pondok pesantren salafiyah syafi'iyah sukorejo situbondo, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi strategi coping stress pada santri remaja pondok pesantren salafiyah syafi'iyah sukorejo situbondo. Begitupun sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin rendah juga strategi coping stress pada santri remaja. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian tentang faktor yang terkait apa-apa yang dapat mempengaruhi Strategi Coping Stress. Peneliti juga dapat menambah sebaran populasi yang hendak diteliti agar data yang diperoleh nantinya memiliki sebaran data yang merata dan dapat menggambarkan populasi yang diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Azmi, R., Emilyani, D., Jafar, S. R., & Sumartini, N. P. (2021). Hubungan religiusitas dengan kejadian depresi pada lansia di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika. *Bima Nursing Journal*, 2(2), 119–126. <https://doi.org/10.32807/bnj.v2i2.726>
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala psikologi* (3rd ed.). Pustaka Pelajar.
- Darmawanti, I. (2012). Hubungan antara tingkat religiusitas dengan kemampuan dalam mengatasi stres (coping stress). *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 2(2), 102–107. <https://doi.org/10.26740/jppt.v2n2.p102-107>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 150–170.
- Hawari, I. (2023). Pendapatan dan religiusitas individu muslim di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam*, 9(3), 3217–3226. <https://doi.org/10.29040/jiei.v9i3.9595>
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The centrality of religiosity scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710–724. <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*, 2012, 1–33. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>
- Krauss, S. E., Hamzah, A. H., Juhari, R., & Hamid, J. A. (2005). The Muslim religiosity-personality inventory (MRPI): Towards understanding differences in Islamic religiosity among Malaysian youth. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities*, 13(2), 173–186.
- Munawaroh. (2018). Hubungan antara religiusitas dan tingkat stres terhadap strategi coping pada santri pondok (Undergraduate thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta). <https://eprints.ums.ac.id/59984/>
- Pargament, K. I. (2001). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Pigaiani, Y., Zoccante, L., Zocca, A., Arzenton, A., Menegolli, M., Fadel, S., Ruggeri, M., & Colizzi, M. (2020). Adolescent lifestyle behaviors, coping strategies and subjective wellbeing during the COVID-19 pandemic: An online student survey. *Healthcare*, 8(4), 472. <https://doi.org/10.3390/healthcare8040472>
- Rahayu, R. H. P. (1997). Hubungan tingkat religiusitas dengan perilaku coping stres. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 2(4), 61–68.
- Sari, J. F., & Haryati, A. (2023). Hubungan antara religiusitas dengan coping stres pada mahasiswa tingkat akhir program studi BKI di UINFAS Bengkulu. *At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 6(2), 1–16. <https://doi.org/10.22373/taujih.v6i2.20770>
- Taslim, R., & Cahyani, A. R. (2021). Stres akademik dan penanganannya. *Guepedia*.

Tix, A. P., & Frazier, P. A. (1998). The use of religious coping during stressful life events: Main effects, moderation, and mediation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(2), 411–422. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.66.2.411>