

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap aspek kehidupan mahasiswa merupakan suatu hal yang kompleks dan tidak pernah lepas dari masalah. Masalah dapat muncul dari berbagai *setting* dan setiap sisi kehidupan mahasiswa baik dari sisi sosial maupun pribadi yang mampu menimbulkan perasaan dan emosi tertentu. Ketika mahasiswa mendapati hal yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan, rencanakan, dan diinginkannya, saat itulah masalah cenderung muncul. Masalah tersebut seringkali diiringi oleh perasaan kecewa bahkan marah. Tidak hanya itu ketika mahasiswa mengalami peristiwa atau kejadian tertentu yang bersifat negatif dan tidak diduga seperti kecelakaan dan kematian orang terdekat, maka muncul berbagai efek seperti reaksi stress akut, trauma, dan depresi.

Respon dari perasaan - perasaan itu dimanifestasikan mahasiswa dalam bentuk perilaku yang bermacam-macam tergantung sejauh mana mahasiswa itu memandang masalah yang sedang dihadapi. Jika masalah yang dihadapinya itu dipandang negatif olehnya, maka respon perilakunya pun negatif, seperti yang diperlihatkan dalam bentuk-bentuk perilaku neurotis dan patologis. Sebaliknya, jika persoalan yang dihadapi itu dipandang positif oleh mereka yang mengalami, maka respon perilaku yang ditampilkanpun bisa dalam bentuk penyesuaian diri yang sehat dan cara-cara mengatasi masalah yang konstruktif (Lazarus, 1984). Diantaranya adalah melaksanakan ibadah dan

meningkatkan ibadah ketika sedang mengalami berbagai masalah dan kondisi yang tidak menyenangkan. Ibadah yang dilakukan tidak hanya shalat, melainkan bersedekah, berdzikir atau menghadiri pengajian dan ceramah agama. Bahkan, beberapa ibadah seperti puasa dan doa dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan suatu kebutuhan atau hal yang sangat diinginkan dalam hidup, serta mencari petunjuk untuk keluar dari masalah yang ada. Cara-cara ini merupakan cara mengatasi masalah dengan pendekatan keagamaan.

Mahasiswa dipandang sebagai *agent of change*, *agent of modernization*, sehingga memberikan konsekuensi kepada mahasiswa untuk bertindak dan berbuat sesuai dengan aturan-aturan tertentu. Mahasiswa harus tetap memiliki sikap kritis, yang diharapkan akan timbul sifat korektif terhadap kondisi yang sedang berjalan kearah masa depan. Peran dari mahasiswa yang sedemikian besar itu, terkadang mahasiswa merasakan suatu beban, artinya mahasiswa mempunyai tanggung jawab yang tinggi terkait dengan statusnya, dan harus berkontribusi dalam masyarakat dan harus mampu bersikap tegas dan strategis dalam setiap langkahnya.

Perkembangan dunia pendidikan dewasa ini, kenyataan sekarang banyak mahasiswa yang tidak lagi dapat bersikap seperti apa yang menjadi harapan masyarakat selama ini. Sebagian besar mahasiswa tidak dapat menjalankan fungsinya. Fungsi pembelajaran yang harusnya dapat ditransformasikan kepada masyarakat terkadang belum dapat dilaksanakan, hal ini disebabkan kualitas dari mahasiswa sendiri yang sekarang mulai menurun (Setyawan, 2009). Berbagai permasalahan dan tuntutan tersebut seringkali mejadi tekanan bagi mahasiswa bila

tidak mempunyai cara dalam menyelesaikannya. Mekanisme koping yang maladaptif dapat memberikan dampak buruk bagi seseorang seperti isolasi diri, dampak pada kesehatan fisik, dan bahkan resiko bunuh diri (Stuart dan Sundeen, 1995). Berbagai macam masalah yang timbul jika mahasiswa tidak memiliki mekanisme koping yang tidak baik, seperti mengkonsumsi alkohol, seks bebas, dan dapat meninggalkan bangku perkuliahan.

Mahasiswa merupakan penggerak perubahan masyarakat, bangsa, dan agama. Hal ini yang menjadikan mahasiswa dituntut untuk lebih mampu memberikan solusi alternatif terhadap permasalahan yang terjadi di sekitarnya. Akan tetapi mahasiswa hanya seorang pelajar yang juga berinteraksi dengan banyak orang dari berbagai latarbelakang budaya, sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa terkadang mahasiswa tidak mampu menyelesaikan persoalan yang dialami dirinya sendiri. Hal ini tentu dialami oleh sebagian besar mahasiswa dengan berbagai macam dan tingkat permasalahan yang dihadapi.

Permasalahan yang dialami mahasiswa tidak hanya terjadi dengan teman atau orangtua, tetapi juga di lingkungan universitas dan kehidupan lain tempat mereka beraktivitas. Hubungan yang tidak sehat dengan kekasih atau teman-teman di lingkungan tempat tinggal. Bahkan menjelang lulus dari universitas mahasiswa juga mengalami masalah terkait dunia kerja yang akan dihadapi nantinya. Sehingga rata-rata mahasiswa semester awal sampai dengan semester akhir mengalami masalah.

Permasalahan dan konflik yang dihadapi mahasiswa juga terjadi dikarenakan banyaknya tugas akademik sehingga membuat dirinya mengalami

kelelahan secara fisik maupun psikologis. Selain itu, beberapa mahasiswa juga mengikuti kegiatan organisasi ataupun kegiatan lain yang membuat mereka kesulitan membagi waktu antara studi dengan aktivitas lainnya. Ditambah lagi apabila keuangan mahasiswa mulai menipis, sedangkan kebutuhannya semakin banyak.

Berbagai masalah yang terjadi pada mahasiswa membuat dirinya sangat tertekan sehingga seringkali kita dengar keluhan-keluhan dari mereka. Keluhan tersebut juga berkaitan dengan orang-orang di sekitar yang mereka anggap kurang mengerti akan keadaan dirinya, seperti orangtua, teman dekat dan kekasihnya. Oleh karenanya seringkali mahasiswa melampiaskan emosi yang tidak stabil ini kepada orang-orang terdekatnya. Tetapi tidak sedikit pula yang menahan emosi semacam ini, sehingga mengakibatkan tekanan psikologis yang kemungkinan akan lebih memperparah masalahnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka tentunya dibutuhkan suatu cara yang lebih efektif untuk mengatasi berbagai masalah tersebut. Dengan kata lain, mahasiswa yang mengalami masalah membutuhkan mekanisme penyelesaian masalah yang tepat. James (dalam Kartini dan Kartono, 2009) mendefinisikan mekanisme atau koping sebagai suatu bentuk kebiasaan atau model tingkah laku, khususnya yang bersifat mengatur dan menyesuaikan. Sedangkan menurut John (2007) koping melibatkan upaya untuk mengelola situasi yang membebani, memperluas usaha untuk memecahkan masalah-masalah hidup, dan berusaha untuk mengatasi atau mengurangi stres. Keberhasilan dalam koping berkaitan dengan sejumlah karakteristik, termasuk penghayatan mengenai kendali pribadi,

emosi positif, dan sumber daya personal. Meskipun demikian, keberhasilan dalam coping juga tergantung pada strategi-strategi yang digunakan dan konteksnya. Orang memiliki banyak cara untuk melakukan coping.

Diluar daripada itu, mekanisme efektif untuk mengatasi berbagai permasalahan kehidupan dapat dilakukan melalui pendekatan keagamaan. Religi berperan penting dalam kehidupan banyak individu di masa dewasa dan terkait dengan kesehatan dan coping-nya (dalam John, 2011). Loewenthal dan MacLeod (2001) menyebutkan aktivitas keagamaan dan kepercayaan terhadap agama, ditemukan efektif sebagai penyelesaian gangguan kecemasan dan depresi. Maka dapat dikatakan bahwa coping religius merupakan salah satu strategi untuk menyelesaikan masalah melalui aktivitas ibadah, memperbaiki hubungan dengan Tuhan, dan aktivitas spiritual lainnya. Hal ini dikarenakan agama sebagai suatu pedoman kehidupan dapat dijadikan sebagai strategi penyelesaian masalah oleh seseorang.

Menurut Wong & Wong (dalam Angganantyo, 2014) coping religius adalah cara pengetasan masalah dengan memasukkan pemahaman pada kekuatan yang amat besar dalam hidup, dimana kekuatan tersebut dikaitkan dengan unsur keTuhanan.. Pargament (dalam Pargament, Olsen, Reilly, Falgout, Ensing & Haitsma, 1992) memiliki pandangan coping religius yang lebih dinamis dan lebih situasional. Ia mengembangkan coping religius model transaksional Lazarus dan Folkman. Menurut Pargament religiusitas dapat menjadi bagian sentral dari konstruksi coping. Misalnya seseorang dapat berbicara tentang peristiwa religius, penilaian religius, kegiatan coping religius, dan tujuan religius dalam coping.

Sebagai bagian proses koping transaksional, religiusitas mempunyai dua arah peran. Pertama, religiusitas dapat menyumbang proses koping dan kegiatan koping dalam menghadapi peristiwa kehidupan. Sebagai contoh beberapa penelitian telah menunjukkan unik dan pentingnya kontribusi komitmen religius dan dukungan spiritual terhadap penyesuaian individu dalam menghadapi masalah kehidupan. Kedua, religiusitas dapat menjadi hasil koping, dibentuk oleh elemen-elemen lain yang berproses. Misalnya suatu survei menunjukkan bahwa peningkatan dalam keyakinan akan terjadi setelah melahirkan anak, periode kesendirian, promosi pada pekerjaan, dan gangguan emosi. Melalui berdoa, ritual dan keyakinan agama dapat membantu seseorang dalam koping pada saat mengalami masalah hidup, karena adanya pengharapan dan kenyamanan (Rammohan, Rao & Subbakrishna, 2002). Pargament (dalam, Kasberger, 2002) dalam penelitiannya mengidentifikasi tiga strategi koping religius, yaitu *collaborative*, *self-directing*, dan *deferring*. Strategi *collaborative* merupakan strategi koping yang paling umum, dalam hal ini individu dan Tuhan tidak memainkan peran yang pasif dalam proses pemecahan masalah, tetapi keduanya bekerja bersama-sama memecahkan masalah individu. Tuhan memberikan *active voice* yang mempengaruhi keputusan pengikutnya. Pada strategi *self-directing* individu dibantu tindakannya dalam memecahkan masalahnya. Individu yang menggunakan strategi ini memandang dirinya sebagai orang yang diberi Tuhan kemampuan dan sumber-sumber untuk memecahkan masalah. Pada strategi *deferring* Tuhan mengatur strategi dalam memecahkan masalah individu secara aktual. Individu bergantung pada Tuhan dalam memberikan tanda-tanda atau

isyarat untuk mengatakan kepada individu pendekatan pemecahan masalah yang akan digunakan.

Beberapa peneliti mengidentifikasi lima cara koping religius, yaitu: *collaborative*, *self-directing*, *deferring*, *surrender*, dan *active surrender* (Wong-McDonald & Gorsuch, 2000). Selanjutnya menurut Wong-McDonald dan Gorsuch (2000) perbedaan strategi koping merefleksikan perbedaan dalam motivasi agama, keyakinan dogmatif, dan derajat komitmennya. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa agama dapat menjadi kekuatan positif untuk kesehatan fisik dan mental. Namun demikian agama dapat juga mempunyai efek yang buruk (Pruyser, dalam Pargament, Tarakeshwar, Ellison & Wulf, 2001), sehingga mungkin secara potensial dapat memperburuk masalah. Oleh karena itu Pargament, Smith, Koenig, dan Perez (dalam Pargament, et al., 2001, Ano & Vasconcelles, 2005) menghipotesiskan dua pola koping religius, yaitu: (1) koping religius positif dan (2) koping religius negatif. Koping religius positif merefleksikan hubungan yang aman dengan Tuhan, suatu keyakinan dimana ada sesuatu yang lebih berarti yang ditemukan dalam kehidupan, dan rasa spiritual dalam berhubungan dengan orang lain. Sebaliknya koping religius negatif melibatkan ekspresi yang kurang aman dalam berhubungan dengan Tuhan, pandangan yang lemah dan tidak menyenangkan terhadap dunia, dan perjuangan religius untuk menemukan dan berbicara/berdialog dengan orang lain dalam kehidupan. Aspek-aspek koping religius positif adalah: *benevolent religious reappraisal*, *collaborative religious coping*, *seeking spiritual support*, *religious purification*, *spiritual connection*, *seeking support from clergy or members*,

*religious helping*, dan *religious forgiving*. Aspek-aspek koping religius negatif adalah: *punishing God reappraisal*, *demonic reappraisal*, *reappraisal of God's powers*, *self-directing religious coping*, *spiritual discontent*, dan *interpersonal religious discontent* (Pargament et al., 2001).

Pargament meneliti koping religius dalam berbagai sampel dalam menghadapi masalah kehidupan, dan menemukan bahwa pengukuran tersebut merupakan prediktor yang kuat terhadap kesejahteraan dibanding dengan pengukuran tradisional yang menggunakan pengukuran agama secara global (Pargament, et al., 2001). Model koping religius ini lebih baik dalam menjelaskan hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis, sehingga dianggap sebagai faktor mediasi didalam hubungan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis (Pargament, dalam Lewis, Maltby & Day, 2005). Ano dan Vasconcelles (2005) telah melakukan studi meta analisis terhadap koping religius dalam hubungannya dengan penyesuaian psikologis, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa: (1) ada hubungan positif antara koping religius positif dengan penyesuaian psikologis positif, (2) ada hubungan negatif antara koping religius positif dengan penyesuaian psikologis negatif, (3) ada hubungan negatif antara koping religius negatif dengan penyesuaian psikologis positif, dan (4) ada hubungan positif antara koping religius negatif dengan penyesuaian psikologis negatif.

Dalam beberapa penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan bahwa antara perilaku keberagamaan dengan kesehatan psikologis seseorang. Dalam penelitian Abdulaziz dan Peter (2011) menunjukkan adanya hubungan yang



signifikan antara coping religius positif dengan kesejahteraan psikologis individu. Individu yang memiliki coping religius akan mampu melakukan peribadatan dengan baik dan sempurna. Pamela dan James (2004) dalam penelitiannya juga menunjukkan bahwa agama dapat dijadikan sebagai pelindung untuk memperoleh kesejahteraan pada orang dewasa, yang mana religiusitas memiliki pengaruh besar untuk menghasilkan sesuatu yang bermakna positif. Hasil penelitian Yangarber, Hicks, dan Natalia (2004) pun menyatakan hal yang sama, dimana religiusitas dan keyakinan spiritual serta strategi penyelesaian masalah berfungsi dalam memulihkan penyakit mental seseorang. Orientasi religius merupakan salah satu hal yang diduga mempengaruhi mahasiswa dalam menentukan coping religius sebagai cara menyelesaikan masalah.

Orientasi religius terkait dengan motivasi dan manusia dalam kehidupan beragama. Allport dan Ross membagi orientasi religius ke dalam dua tipologi yaitu tipologi ekstrinsik dan intrinsik. mahasiswa berorientasi religius ekstrinsik datang ke tempat peribadatan untuk memperoleh dukungan sosial dan meringankan masalah personal, mungkin menjadi cukup gelisah dan mudah menyalahkan lingkungannya terhadap permasalahan-permasalahan yang mereka hadapi. Akhirnya mereka jarang ke tempat peribadatan. Sebaliknya, mahasiswa berorientasi religius intrinsik berusaha keras untuk sungguh-sungguh dalam kehidupan beragama, dan menerapkan ajaran agama dalam menjalani kehidupan sosialnya (Allport, 1966: 448).

Mahasiswa berorientasi religius ekstrinsik cenderung memanfaatkan agama menurut kerangka kegunaan, dan umumnya mengembangkan keyakinan

agamanya secara selektif, sejauh sesuai dengan kebutuhan-kebutuhan primernya. Agama berguna untuk mendukung kepercayaan diri, memperbaiki status, bertahan melawan kenyataan atau memberi sanksi pada suatu cara hidup. Mereka mengarahkan diri kepada Tuhan, tetapi tidak bertolak dari dirinya sendiri. Mereka digerakkan oleh apa yang bisa mereka dapatkan dari agama, lebih berorientasi pada keyakinan dan kehidupan internal tanpa memperbaiki konsekuensi eksternal.

Mahasiswa berorientasi religius intrinsik memperlihatkan motivasi utama dalam agama yang dianutnya, lebih memusatkan pada kepentingan agama, yang mengatur dan menggerakkan seluruh aktivitas kehidupannya. Agama diterima sebagai faktor pemadu. Mahasiswa berusaha untuk menginternalisasikan dan mengikuti ajaran agamanya secara penuh. Mereka akan mengintegrasikan dan menyalurkan kebutuhan-kebutuhan lainnya sekuat apapun dengan keyakinan dan ajaran-ajaran religius.

Dalam penelitian ini, orientasi religius dan koping religius dibatasi pada agama Islam. Sebab objek penelitiannya adalah Mahasiswa yang beragama Islam. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul *“Hubungan orientasi religius dan koping religius pada mahasiswa”*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada hubungan orientasi religius dan koping Religius pada Mahasiswa”.

### C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan orientasi religius dan coping religius Mahasiswa.

### D. Keaslian Penelitian

Penelitian Jelita Zuliani Putri (2009) dengan judul *Hubungan Orientasi Religius Dengan Komitmen Organisasi Pegawai ESQ Leadership Center*. Hasil dari penelitiannya adalah bahwa terdapat hubungan orientasi religius dengan Komitmen Organisasi Pegawai ESQ Leadership Center dengan signifikansi probabilitas hitung ( $0.049 < \text{signifikansi } (0.005)$ ). artinya semakin baik orientasi religius, maka semakin meningkat komitmen organisasi. kesimpulan dari penelitiannya adalah terdapat keberagaman orientasi religius pada perusahaan ESQ Leadership center, Jakarta.

Penelitian H. Fuad Nashori dan Lisa Puspasari (2007) dengan judul *Hubungan antara Positive Religius Coping dengan Stress Menjelang Ujian Nasional Pada Siswa Kelas XII Di SMA 7 Yogyakarta Tahun Ajaran 2007-2008*. Hasil dari penelitiannya adalah betul terdapat hubungan antara *positive religious coping* dengan stres menjelang Unas pada siswa kelas XII SMA 7 Yogyakarta. Hasil analisis korelasi dengan menggunakan teknik korelasi *product moment pearson* menunjukkan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar  $-0,269$  dengan nilai  $p = 0,011$  ( $p < 0,05$ ). Artinya bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *positive religious coping* dengan stres menjelang ujian nasional. Semakin tinggi *positive*

*religious coping*, maka semakin rendah stres menjelang ujian nasional pada siswa kelas XII SMA 7 Yogyakarta.

Penelitian Muhana Sofiati Utami (2012) dengan judul Religiusitas, Koping Religius, dan Kesejahteraan Subjektif. Penelitiannya menghasilkan beberapa buah kesimpulan, yaitu:

1. Secara bersama-sama religiusitas, koping koping religius negatif dapat menjadi predictor terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa dalam kehidupannya di kampus dan kehidupan personalnya. Hal ini berarti semakin tinggi religiusitas, semakin tinggi koping religius positif, dan semakin rendah koping religius negatif akan semakin tinggi kesejahteraan subjektif mahasiswa. Demikian sebaliknya semakin rendah religiusitas, semakin rendah koping religius positif, dan semakin tinggi koping religius negatif akan semakin rendah kesejahteraan subjektif mahasiswa. variabel religiusitas tidak memiliki peran sebagai prediktor terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa dalam kehidupan personalnya dan kehidupannya di kampus.
2. Ada korelasi positif antara koping religius positif dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa, baik dalam kehidupannya di kampus maupun kehidupan personalnya. Apabila dilihat peran prediktor secara sendiri-sendiri terhadap kriteria, maka koping religius positif memiliki peran sebagai predictor terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa dalam kehidupan personalnya. Namun demikian koping religius positif tidak

memiliki peran sebagai prediktor terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa dalam kehidupannya di kampus.

3. Ada korelasi negatif antara coping religius negatif dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa, baik dalam kehidupannya di kampus maupun kehidupan personalnya. Apabila dilihat peran prediktor secara sendiri-sendiri terhadap kriteria, maka coping religius negatif memiliki peran sebagai predictor terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa dalam kehidupannya di kampus, dan dalam kehidupan personalnya.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan maka penelitian yang akan dilakukan ini adalah penelitian yang asli dan belum pernah dilakukan. Penelitian ini adalah melihat apakah ada hubungan orientasi religius dan coping religius pada mahasiswa.

Beda penelitian yang penulis lakukan dengan penelitian terdahulu adalah penulis ingin mengetahui sejauh mana hubungan orientasi religius jika setiap masalah pada mahasiswa diselesaikan dengan coping religius.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan maka penelitian yang akan dilakukan ini adalah penelitian yang asli dan belum pernah dilakukan. Penelitian ini adalah melihat apakah ada hubungan orientasi religius dan coping religius pada mahasiswa.

## **Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi wahana perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi agama, terutama yang berhubungan dengan variabel orientasi religius dengan koping religius pada mahasiswa.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Agar mahasiswa lebih memahami peran penting orientasi religius dalam menentukan koping religius dalam menghadapi masalah atau konflik.
- b. Agar mahasiswa dapat menerapkan strategi koping religius dalam menghadapi masalah yang dapat menyebabkan stres. Sehingga kondisi stres dapat diminimalisir.