

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa akhir merupakan peserta didik pada perguruan tinggi yang mempersiapkan diri menyusun tugas akhir (skripsi) untuk memperoleh gelar derajat sarjana, sehingga ketika lulus nanti diharapkan mampu menjadi agen perubahan baik ditengah masyarakat maupun untuk kebangkitan kesejahteraan suatu bangsa. Idealnya seorang mahasiswa dapat menyelesaikan perkuliahan dalam kurun waktu kurang lebih 7-8 semester dan dapat lebih cepat atau lebih lambat tergantung usaha individu itu sendiri dalam menghadapi permasalahan yang ada (Angganantyo, 2014)

Menjadi seorang mahasiswa tidak terlepas dari berbagai tuntutan akademik baik berupa tugas kuliah, kompetisi perkuliahan, peran dan tanggung jawab sosial yang berbeda-beda dan meningkatnya materi pembelajaran yang bertambah sulit pada setiap semester, serta tuntutan orang tua untuk berhasil di perkuliahan, ditambah bagi mahasiswa akhir harus menyelesaikan tugas akhir (skripsi) sebagai syarat kelulusan. Hal tersebut menyebabkan para mahasiswa akhir rentan mengalami stres. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Beiter *et al.*, 2015) diperoleh data bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan, stres dan tertekan lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa baru atau mahasiswa tingkat kedua.

Sistem pelaksanaan pembelajaran khususnya di Indonesia pada bulan Maret 2020 mengalami perubahan yang diakibatkan oleh munculnya virus bernama *Corona Virus Disease (COVID-19)* dan ditetapkan sebagai pandemi global oleh Organisasi Kesehatan Dunia. Oleh

karena itu pemerintah khususnya di Indonesia untuk menghambat penyebaran virus covid-19 maka pemerintah memberlakukan kebijakan seperti Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), *physical distancing*, *social distancing*, *work from home* hingga belajar dari rumah bagi para pelajar atau mahasiswa. (Lubis, Ramadhani dan Rasyid, 2021).

Pandemi *covid-19* masih belum bisa dipastikan kapan akan berakhir. Masa pandemi sekarang ini membuat banyak orang mengalami stres. Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) pada bulan April 2020 melakukan survei mengenai kesehatan mental melalui swaperiksa yang dilakukan secara daring menunjukkan hasil bahwa dari 1.522 orang responden, 64,3% diantaranya mengalami cemas atau depresi dimasa pandemi covid-19.

Penelitian yang dilakukan oleh Harahap *et al.*, (2020) tentang tingkat stres akademik mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh dimasa pandemi covid-19. Subjek penelitian berjumlah 300 orang mahasiswa. Hasil penelitian tersebut ditemukan bahwa tingkat stres akademik pada kategori tertinggi terdapat 39 mahasiswa, tingkat stres akademik pada kategori sedang sebanyak 225 mahasiswa, dan tingkat stres akademik yang berada pada kategori rendah sebanyak 36 mahasiswa. Berdasarkan hasil tersebut Harahap *et al.*, (2020) menyimpulkan bahwa selama belajar jarak jauh dimasa pandemi covid-19, mayoritas mahasiswa mengalami stres akademik

Menurut Lazarus & Folkman (dalam Masitoh, 2020) Stres adalah perasaan tertekan akibat ketegangan individu dengan lingkungan yang dianggap membahayakan dan mengancam kesehatan. Oleh sebab itu, seorang individu ketika mengalami gejala stres maka harus memiliki kendali agar keadaan tidak semakin parah.

Ketika sedang mengalami perasaan cemas, gelisah, atau stres dari perspektif agama islam yaitu dalam Al-Qur'an telah dijelaskan terlebih dahulu dibandingkan perspektif dari barat, bahwa dengan mendekati diri kepada Allah dapat memberi ketenangan dalam hati manusia. Sebagaimana disebutkan dalam QS. Al-Fath ayat 4:

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ^ق

وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ^ق وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا (٤)

Artinya: “Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin untuk menambah keimanan atas keimanan mereka (yang telah ada). Dan milik Allah-lah bala tentara langit dan bumi, dan Allah Maha Mengetahui, Mahabijaksana;” (4)

Melalui QS. Al-Fath ayat 4 dapat diketahui bahwa seseorang yang beriman ketika menghadapi masalah telah diberikan ketenangan dalam hatinya dengan mengingat dan mendekati diri kepada Allah agar mampu dan semangat menghadapi permasalahan dalam hidup.

Ketika seseorang mengalami stres maka muncul respon adaptasi dalam diri individu untuk berpikir dan berusaha mengatasi permasalahan dalam hidup, respon ini disebut dengan *coping*. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Sarafino (dalam Maryam, 2017) bahwa “*coping* adalah usaha untuk menetralisasi atau mengurangi stres yang terjadi”.

Coping merupakan suatu respon terhadap stres, respon tersebut berupa perilaku dan fikiran individu yang bertujuan untuk mengatasi masalah dan situasi yang dirasa membebani, menekan, menantang dan melebihi sumberdaya yang dimiliki (Maryam, 2017). Menurut

Wong&wong (dalam Angganantyo, 2014) Salah satu strategi *coping* adalah *religious coping* yang merupakan strategi *coping* dengan memasukkan nilai-nilai agama dan pemahaman akan suatu kekuatan yang amat besar berkaitan dengan unsur keTuhanan. Artinya, individu berupaya untuk menyelesaikan permasalahan dengan menggunakan pendekatan agama.

Penggunaan strategi *religious coping* pada setiap individu berbeda-beda, sebagaimana yang dikemukakan oleh Pargament (dalam Angganantyo, 2014) bahwa “terdapat tiga macam *religious coping*. Pertama, *Self-directing* yaitu metode *religious coping* dengan cara berfokus pada diri sendiri daripada Tuhan; Kedua, *Deferring* adalah lebih cenderung menangguhkan dan menyerahkan semuanya kepada Tuhan secara pasif. Ketiga, *collaborative* merupakan gabungan dari *self-directing* dan *deffering*, dalam *coping* ini individu menyerahkan secara aktif kepada Tuhan untuk penyelesaian permasalahan”. Pargament juga menambahkan bahwa terdapat dua pola dari *religious coping* yaitu *Religious coping* positif yang merupakan ekspresi spiritualitas, merasa aman dengan tuhan, meyakini bahwa ada makna yang dapat ditemukan dalam kehidupan. Sedangkan *religious coping* negatif merupakan ekspresi kurang aman dengan tuhan, pandangan renggang dan menyenangkan dari dunia”. *Religious coping* penting bagi berbagai karakteristik manusia, termasuk mahasiswa tingkat akhir dimasa pandemi.

Penelitian yang dilakukan oleh Permatasari *et al.*, (2020) pada mahasiswa akhir prodi bimbingan dan konseling, ditemukan bahwa pandemi *covid-19* berdampak terhadap psikologis mahasiswa. Dampak psikologis diantaranya cemas berkomunikasi, stres, gelisah, takut, jenuh, hingga susah tidur. Hal ini karena berbagai hambatan seperti kesulitan untuk melakukan penelitian atau riset lapangan karena tidak bisa keluar rumah dimasa pandemi, terhambatnya proses konseling untuk mencari data yang relevan karena sekolah-sekolah

diliburkan, terbatasnya teknologi yang dimiliki oleh siswa, tidak bisa berkumpul dan berdiskusi bersama teman, sulitnya bertemu dan kecemasan berkomunikasi dengan dosen pembimbing, lingkungan yang kurang kondusif, adanya rasa tidak nyaman ketika mengetahui banyak teman seangkatan yang telah lulus dan merasa lelah saat menyusun skripsi dikarenakan terlalu lama menyusun skripsi.

Peneliti juga telah melakukan wawancara pada tanggal 25 Mei-10 Juni 2021 terhadap beberapa mahasiswa akhir PAI Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, peneliti menemukan bahwa pandemi covid-19 berdampak terhadap proses penyelesaian tugas akhir mahasiswa seperti untuk mendapatkan hasil dari kuesioner yang dibagikan kepada para partisipan membutuhkan waktu yang agak lama, terdapat kesulitan untuk menemui informan. Hal ini juga berdampak pada psikologis mahasiswa yaitu ada perasaan minder karena lulus tidak tepat waktu.

Berdasarkan pemaparan-pemaparan di atas, dapat diketahui bahwa pandemi covid-19 berdampak terhadap psikologis hingga dapat menyebabkan stres khususnya bagi pelajar termasuk mahasiswa akhir PAI UMY. Sebagai individu yang beriman kepada Allah, maka senantiasa melibatkan Allah dalam memecahkan permasalahan dalam hidup, hal ini dapat disebut dengan *religious coping*.

Oleh sebab itu maka peneliti ingin meneliti tentang “*religious coping* pada mahasiswa tingkat akhir program studi PAI Universitas Muhammadiyah Yogyakarta selama masa pandemi”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana *religious coping* pada mahasiswa tingkat akhir PAI Universitas Muhammadiyah Yogyakarta selama masa pandemi?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis *religious coping* pada mahasiswa tingkat akhir selama masa pandemi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan mengenai *religious coping* pada mahasiswa tingkat akhir. Menjadi bahan kajian dan sumber referensi bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pimpinan Fakultas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan dan rekomendasi dalam menerapkan *religious coping* pada mahasiswa tingkat akhir

b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan mengenai gambaran religious coping pada mahasiswa tingkat akhir

c. Bagi Mahasiswa dan Pembaca

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai religious coping sekaligus dapat menjadi bahan evaluasi terkait metode coping yang dilakukan mahasiswa.