

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN BERAGAMA DAN
KOPING STRES PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UII**



Oleh :

Desinta Hayatun Nufus

Nanum Sofia

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA
2018**

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN BERAGAMA DAN KOPING STRES
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI UII



Dosen Pembimbing Utama

Nanum Sofia, S.Psi. S.Ant. M.A

THE RELATIONSHIP BETWEEN RELIGIOUS MATURITY WITH COPING STRESS IN FINAL GRADE STUDENTS OF ISLAMIC UNIVERSITY OF INDONESIA

Desinta Hayatun Nufus
Nanum Sofia

ABSTRACT

This study was conducted to determine the religious maturity and coping stress in the final grade students of Islamic University of Indonesia. There are four hypotheses that can be proposed in this research, there is a negative relationship between religious maturity with substance-use, there is a negative relationship between religious maturity with behavioral disengagement, there is a positive relationship between religious maturity with religion and there is a negative relationship between religious maturity with self blame. This quantitative study was conducted using purposive sampling method on 129 students. The scale used in stress coping variables is the Brief COPE developed by Carver (1997) and the religious maturity scale developed by Allport (1953). The result of non-parametric analysis using the product moment correlation from Spearman's Rho correlation showed that there is a positive correlation between religious maturity with religion coping and there is a negative correlation between religious maturity with substance use, behavioral disengagement and self blame coping, so the hypotheses proposed in this research are accepted . This indicates that religious maturity can reduce the use of substance use, behavioral disengagement and self blame coping and increase the tendency of using religion coping. The effective contribution of religious maturity to religion coping is more significant when compared to sub-scale of substance use, behavioral disengagement and self blame.

Keywords: Coping Stress, Religion Maturity, Student, UII.

Pengantar

Tuntutan dalam mengerjakan skripsi seringkali dirasakan sebagai sebuah tekanan yang besar bagi mahasiswa yang mengerjakannya (Agung & Budiani, 2013). Apabila tekanan yang dihadapi mahasiswa dinilai negatif, maka individu akan merespon tekanan tersebut dengan perilaku negatif. Sebaliknya, apabila persoalan yang dihadapi dinilai positif, maka manusia akan meresponnya dengan sikap yang positif juga (Indirawati, 2006). Sependapat dengan itu, Yuhanita dkk (2016) menyatakan bahwa stres tidak selalu berdampak negatif pada diri individu, stres juga dapat memberikan dampak yang positif. Lazarus dan Folkman (1984) mengatakan bahwa secara umum tekanan mendorong individu untuk dapat meningkatkan performa. Dengan kata lain dapat dikatakan bahwa tekanan yang dirasakan dapat menimbulkan dampak yang positif yaitu dapat memotivasi individu untuk dapat berprestasi. Upaya yang dilakukan untuk mengurangi tekanan tersebut disebut dengan koping.

Penggunaan koping pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir perlu mendapatkan perhatian serius, hal ini dikarenakan adanya dampak yang timbul dari pemilihan koping yang digunakan. Penggunaan koping yang kurang efektif dapat menimbulkan perilaku yang dapat merugikan diri sendiri, orang lain serta lingkungan. Contoh dari penggunaan koping yang kurang efektif adalah mengurung diri, menyalahkan diri sendiri, menggunakan alkohol atau obat-obatan terlarang. Sebaliknya, penggunaan koping yang efektif dapat membantu mahasiswa untuk mengurangi ketegangan atau masalah yang dihadapi.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti kepada beberapa mahasiswa tingkat akhir di Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia, penggunaan koping yang dipilih ketika mengalami ketegangan dalam

mengerjakan skripsi beragam, diantaranya adalah mengurung diri di dalam kamar, jalan-jalan, melakukan kesibukan lain yang dapat mengalihkan perhatiannya dari skripsi, dan bermain *games online*. Salah satu responden menyebutkan bahwa mengurung diri dan melakukan kesibukan lain membuat dirinya lebih baik, namun hal ini membuat responden menunda dalam mengerjakan tugas akhirnya dan hal ini berdampak pada lama pengerjaan skripsi. Responden menyelesaikan tugas akhirnya selama kurang lebih tiga tahun, yang berarti bahwa responden menyelesaikan total masa studinya selama kurang lebih dari tujuh tahun.

Responden menjelaskan bahwa pemilihan dalam menggunakan koping dipengaruhi oleh tekanan pada saat mengerjakan skripsi. Tekanan-tekanan yang dirasakan disebabkan oleh sulitnya menemui dosen pembimbing skripsi, kesulitan dalam pengolahan data penelitian, kesulitan dalam mencari responden penelitian, serta bahan atau referensi yang sulit dicari. Masalah yang dialami oleh mahasiswa tersebut dapat menyebabkan adanya tekanan. Tekanan inilah yang dapat mengakibatkan adanya stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa (Yuhanita, Indiati, & Kurniati, 2016). Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Mayoral (2006) yang dilakukan terhadap 334 responden mahasiswa yang sedang dan tidak sedang skripsi, hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengalami stres sebanyak 46,48%.

Mahasiswa semester akhir yang sedang menyelesaikan skripsi dituntut untuk dapat mengelola sumber daya yang dimiliki, baik dalam kemampuan kognitif, sosial dan emosi selama terlibat dalam proses penyusunan skripsi. Hal ini pun ditambah dengan tuntutan untuk lulus tepat waktu dari kampus dan memenuhi harapan orangtua. Hal ini didukung oleh hasil survei yang dilakukan oleh Majalah Femina No.20/XXII, 1994 (Mariyanti, 2013) terhadap 100 mahasiswa tingkat akhir

di Perguruan Tinggi daerah Jakarta dan Jawa Barat. Hasil survei tersebut menunjukkan menunjukkan bahwa sebanyak 83% mahasiswa merasa tertekan dalam proses mengerjakan skripsi, hal ini disebabkan oleh rasa takut mengecewakan orang tua apabila gagal menyelesaikan studi dan sebanyak 76% diantaranya merasa cemas pada saat menyusun skripsi serta saat menghadapi sidang skripsi.

Pengertian koping sendiri menurut Sarafino (2006) merupakan proses dimana individu melakukan usaha untuk menetralkan atau mengurangi stres. Individu melakukan strategi *coping* terhadap stres yang timbul melalui proses interaksi dengan lingkungannya. Sedangkan menurut Coven (Smet, 1994) *coping stress* merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola tuntutan-tuntutan yang dihadapi dengan sumber daya yang dimiliki dalam menghadapi *stressor*. Lazarus dan Folkman (1984) berpendapat bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang dalam menggunakan *coping*, yakni karakteristik situasional, faktor lingkungan dan faktor personal. Sedangkan menurut Endler dan Zeidner (2002), menjelaskan bahwa karakteristik kepribadian individu merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pemilihan strategi *coping*. Kemampuan *coping* stres seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk kematangan beragama yang merupakan bagian dari faktor personal. Allport (Indirawati, 2006), menjelaskan bahwa kematangan beragama adalah watak keberagamaan yang terbentuk melalui pengalaman. Pengalaman-pengalaman yang terjadi akan membentuk respon terhadap stimulus yang diterima berupa konsep dan prinsip dalam beragama yang menetap dalam diri individu. Kematangan agama sendiri merupakan faktor personal yang mempengaruhi pemilihan strategi koping. Jika keberagamaan individu sudah matang, maka

kematangan beragama itulah yang akan mengarahkan individu untuk bersifat dan bersikap terbuka pada semua fakta, nilai-nilai, dan memberikan arahan dalam kerangka hidup, baik secara teoritis maupun praktik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Frianty dan Yudiani (2016) menerangkan bahwa seseorang yang memiliki kematangan beragama yang relatif rendah maka akan lebih cenderung memilih *emotional focused coping* dalam penyelesaian masalahnya. Hal ini sejalan dengan temuan saat melakukan wawancara yang dilakukan pada tanggal 27 November 2017 kepada salah seorang mahasiswa UII tingkat akhir yang tinggal di pondok pesantren berinisial C. Mahasiswa tersebut menjelaskan bahwa ketika sedang menghadapi masalah (dalam hal ini skripsi) akan mencari seseorang yang ahli dibidangnya untuk berbagi permasalahan yang sedang dihadapi sehingga mendapatkan solusi atas permasalahan tersebut. Berbeda dengan hasil wawancara sebelumnya, wawancara yang dilakukan pada tanggal 21 November 2017 pada mahasiswa berinisial N. Responden merupakan mahasiswa tingkat akhir yang tidak tinggal di pondok pesantren dan sedang mengerjakan skripsi. Responden menjelaskan bahwa ketika sedang menghadapi masalah dalam mengerjakan skripsi yang dilakukan adalah menenangkan diri untuk keluar sejenak dari permasalahan yang dihadapi seperti bermain *games*, menonton film, jalan-jalan atau membuat desain dengan *corel draw*. Berdasarkan wawancara tersebut dapat dilihat bahwa mahasiswa yang tinggal di pondok dan tidak memiliki kecenderungan dalam menggunakan coping yang berbeda.

Islam sendiri telah mengatur dan memberi manusia cara untuk mengatasi masalah dalam hidup, seperti firman Allah *Subhanallahu Wata'ala* yang terdapat dalam Al-Qur'an Surat Al-Insyirah ayat 1-8 yang berbunyi:

“Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu? dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberakan punggungmu, dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu. Karena sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan) kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain, dan hanya kepada Tuhan-mulah kamu berharap”.

Surat tersebut menjelaskan secara tersirat tahap-tahap yang harus dilalui seseorang untuk dapat menyelesaikan masalah. Berdasarkan penjelasan ayat di atas bahwa setiap permasalahan yang dihadapi memiliki jalan keluar untuk menyelesaikannya, sehingga individu diharapkan untuk dapat bersungguh-sungguh dalam menyelesaikan setiap masalah yang dihadapi dan menyerahkan segala sesuatunya hanya kepada Allah *Subhanallahu Wata'ala* (Al-Maraghi, 1993).

Mahasiswa UII mendapatkan pembekalan keagamaan berupa ONDI (Orientasi Nilai Dasar Islam), ta'lim, LKID (Latihan Kepemimpinan Islam Dasar), dan pesantrenisasi. Sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa UII memiliki pengetahuan agama yang baik jika dibandingkan dengan mahasiswa di Universitas lainnya. Mahasiswa muslim yang memiliki pemahaman ilmu agama yang baik tentunya tidak akan membiarkan masalah yang dihadapinya secara berlarut-larut. Indirawati (2006) menyatakan bahwa rendahnya kematangan agama yang dimiliki seseorang secara tidak langsung dapat memicu terjadinya kesalahan dalam mencari jalan keluar terhadap permasalahan yang sedang dihadapi, sehingga yang terjadi adalah timbulnya persoalan baru. Nashori (Indirawati, 2006) Menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki perkembangan agama yang baik akan tumbuh menjadi pribadi yang yang sehat dan sempurna. Begitupula sebaliknya, mahasiswa yang memiliki kematangan beragama yang kurang baik tidak mampu untuk menjadi mahasiswa yang utuh. Mahasiswa yang matang dalam beragama akan selalu mencoba patuh terhadap ajaran agamanya.

Individu yang sering melakukan ritual keagamaan cenderung menunjukkan adanya pengaruh positif terhadap pemikiran dan perilakunya.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti hubungan kematangan agama dengan sub skala *coping stress* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Indonesia.

Metode Penelitian

A. Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dari berbagai fakultas di Universitas Islam Indonesia dan beragama Islam, baik laki-laki maupun perempuan. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 129 mahasiswa yang terdiri dari 45 mahasiswa (34,9%), dan 84 mahasiswi (65,1%).

B. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan *tryout* terpakai sehingga peneliti tidak melakukan pengujian ulang terhadap alat ukur. Metode ini memungkinkan kuesioner hanya disebar satu kali. Peneliti melakukan pengumpulan data dengan menyebarkan angket secara langsung dan menggunakan media *online*, yaitu *google form*.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah dua skala, yakni skala koping stres dan skala kematangan beragama. Skala yang digunakan untuk mengukur variabel koping stres merupakan skala Brief COPE, skala tersebut disusun berdasarkan empat belas dimensi yang dikemukakan oleh Carver (1997). Skala ini merupakan hasil pembaruan dari skala sebelumnya yakni COPE yang telah di susun oleh Carver, Scheier dan Weintraub (1989) yang mengacu pada teori stress dan koping yang dikemukakan oleh Folkman dan Folkman (1984).

Skala ini terdiri dari 28 aitem. Aspek-aspek yang diungkap dalam skala ini adalah *active coping, planning, seeking of instrumental support, seeking of emotional support, positive reframing, denial, acceptance, religion, venting, behavioral disengagement, humor, substance use, self-distraction, self-blame*.

Skala yang digunakan untuk mengukur kematangan beragama adalah skala kematangan beragama yang dikemukakan oleh G.W Allport (1953). Skala ini terdiri dari 25 aitem. Skala kematangan beragama disusun berdasarkan lima aspek. Aspek-aspek tersebut adalah differensiasi, karakteristik dinamis, konsistensi moral, komprehensif-integral dan heuristik.

C. Metode Analisis Data

Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional, dimana bertujuan untuk mencari hubungan antara dua variabel. Penelitian ini bermaksud untuk mencari hubungan antara *coping* stress dan kematangan beragama. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik. Peneliti menggunakan angka signifikansi atau tingkat alpha (α) = 0.5 (5%) sebagai dasar penerimaan atau penolakan hipotesis nol (H_0) (Hadi, 2015). Teknik uji asumsi yang digunakan adalah *correlational product moment* dari *Pearson* jika data normal dan menggunakan *Spearman rank correlation* jika data tidak normal. *Correlational product moment* menjelaskan hubungan antara dua gejala yang bersifat interval (Hadi, 2015). Perhitungan data akan dibantu dengan menggunakan program SPSS 22.0 for windows.

Hasil Penelitian

Sebelum melakukan analisis terhadap data penelitian, peneliti melakukan analisis deskriptif untuk mengetahui norma deskripsi dari masing-masing variabel.

Berikut kategorisasi norma deskripsi penelitian:

Tabel 1
Deskripsi Data Penelitian

<i>Substance Use</i>		<i>Behavioral Disengagement</i>		<i>Religion</i>		<i>Self-Blame</i>		Kategorisasi	Kematangan Beragama	
(%)	F	(%)	F	(%)	F	(%)	F		(%)	F
0%	0	0%	0	-	-	17,8%	23	Sangat Rendah	18,6%	24
100%	129	28,7%	37	17,8%	23	33,3%	43	Rendah	17,8%	23
-	-	53,4%	69	82,2%	106	42,7%	55	Sedang	21%	27
-	-	17,9%	23	0%	0	6,2%	8	Tinggi	17,8%	23
-	-	-	-	-	-	-	-	Sangat Tinggi	24,8%	32
100%	129	100%	129	100%	129	100%	129		100%	129

Analisis selanjutnya, sebelum melakukan uji hipotesis untuk mengetahui hubungan antara variabel koping stres dengan variabel kematangan beragama, peneliti melakukan rangkaian analisis uji asumsi terdiri dari dua analisis yakni uji normalitas dan uji linearitas. Peneliti juga melakukan analisis tambahan yang terdiri dari uji korelasi antara empat sub skala koping dengan aspek kematangan beragama. Berikut merupakan hasil dari serangkaian analisis yang telah dilakukan oleh peneliti:

Tabel 2
Hasil Uji Normalitas

Variabel	K-SZ	P	Status Sebaran
<i>Substance Use</i>	0,523	0,000	Tidak Normal
<i>Behavioral Disengagement</i>	0,198	0,000	Tidak Normal
<i>Religion</i>	0,360	0,000	Tidak Normal
<i>Self-Blame</i>	0,167	0,000	Tidak Normal
Kematangana Beragama	0,069	0,200	Normal

Tabel 3
Hasil Uji Linearitas

Sub Skala Variabel Tergantung	Variabel Bebas	Koefisien (F)	Koefisien Signifikan (p)	Intepretasi
<i>Substance Use</i>		27,137	0,000	Linier
<i>Behavioral - Disengagement</i>	Kematangan Beragama	31,381	0,000	Linier
<i>Religion</i>		99,110	0,000	Linier
<i>Self-Blame</i>		13,496	0,000	Linier

Tabel 4
Hasil Uji Hipotesis

Sub Skala Variabel Tergantung	Variabe Bebas	Koefisien Korelasi Spearman's (r)	r ²	Koefisien Signifikansi (p)
<i>Substance Use</i>		-0,339	0,114	0,000
<i>Behavioral Disengagement</i>	Kematangan Beragama	-0,458	0,209	0,000
<i>Religion</i>		0,549	0,301	0,000
<i>Self-Blame</i>		-0,266	0,070	0,001

Tabel 5
Hasil Uji Korelasi Tambahan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Sub Skala Variabel Tergantung	Variabe Bebas	Koefisien Korelasi Spearman's (r)	r ²	Koefisien Signifikansi (p)
Laki-laki	<i>Substance Use</i>		-0,510	0,260	0,001
	<i>Behavioral Disengagement</i>	Kematangan Beragama	-0,452	0,204	0,000
	<i>Religion</i>		0,552	0,304	0,000
	<i>Self-Blame</i>		-0,048	0,002	0,366
Perempuan	<i>Substance Use</i>		-0,243	0,059	0,013
	<i>Behavioral Disengagement</i>	Kematangan Beragama	-0,460	0,211	0,000
	<i>Religion</i>		0,556	0,309	0,000
	<i>Self-Blame</i>		-0,400	0,16	0,000

Tabel 6
Hasil Uji Korelasi Tambahan Berdasarkan Tempat Tinggal

Tempat Tinggal	Sub Skala Variabel Tergantung	Variabe Bebas	Koefisien Korelasi Spearman's (r)	r ²	Koefisien Signifikansi (p)
Mahasiswa Non-Pesantren	<i>Substance Use</i>		-0,358	0,128	0,000
	<i>Behavioral Disengagement</i>	Kematangan Beragama	-0,477	0,227	0,000
	<i>Religion</i>		0,623	0,388	0,000
	<i>Self-Blame</i>		-0,258	0,066	0,005
	<i>Substance Use</i>		0	0	0

<i>Mahasiswa Pesantren</i>	<i>Behavioral Disengagement Religion Self-Blame</i>	Kematangan Beragama	-0,317	0,100	0,047
			0,458	0,209	0,006
			-0,418	0,174	0,012

Tabel 7

Hasil Uji Korelasi Tambahan Sub Skala Koping dan Aspek Kematangan Beragama

Sub Skala Variabel Tergantung	Aspek Variabe Bebas	Koefisien Korelasi Spearman's (r)	r ²	Koefisien Signifikansi (p)
<i>Substance Use</i>		0,019	0,000	0,414
<i>Behavioral Disengagement Religion Self-Blame</i>	Differensiasi	-0,024	0,000	0,392
		0,119	0,014	0,090
		0,054	0,002	0,271
<i>Substance Use</i>		-0,369	0,136	0,000
<i>Behavioral Disengagement Religion Self-Blame</i>	Karakteristik Dinamis	-0,401	0,160	0,000
		0,519	0,269	0,000
		-0,233	0,054	0,004
<i>Substance Use</i>		-0,315	0,099	0,000
<i>Behavioral Disengagement Religion Self-Blame</i>	Konsistensi Moral	-0,331	0,109	0,000
		0,297	0,088	0,000
		-0,286	0,081	0,001
<i>Substance Use</i>		-0,298	0,088	0,000
<i>Behavioral Disengagement Religion Self-Blame</i>	Komprehensif Integral	-0,426	0,181	0,000
		0,473	0,223	0,000
		-0,244	0,059	0,003
<i>Substance Use</i>		-0,093	0,008	0,148
<i>Behavioral Disengagement Religion Self-Blame</i>	Heuristik	-0,329	0,108	0,000
		0,422	0,178	0,000
		-0,164	0,026	0,031

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan beragama dengan koping stres. Terdapat empat hipotesis awal dalam penelitian ini, yaitu ada hubungan negatif antara kematangan beragama dengan *substance-use*, ada hubungan negatif antara kematangan beragama dengan *behavioral disengagement*, ada hubungan positif antara kematangan beragama dengan

religion, dan ada hubungan negatif antara kematangan beragama dengan *self-blame*. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis-hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Uji korelasi dilakukan untuk melihat hubungan antara kematangan beragama dengan sub skala koping. Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan, diketahui bahwa ada hubungan negatif antara kematangan beragama dengan *behavioral disengagement*. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kematangan beragama mahasiswa maka akan semakin rendah kecenderungan dalam menggunakan koping *behavioral disengagement* karena mahasiswa tersebut mengetahui bahwa agama mengajarkan manusia untuk tidak berputus asa. Hal tersebut sesuai dengan Q.S Yusuf ayat 87:

.....وَلَا تَيْئَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

“.....dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir”.

Tafsir dari ayat tersebut adalah perintah agar tidak berputus asa dari rahmat Allah. Manusia diperintahkan untuk tidak mudah frustrasi dan selalu berharap pada Allah agar cita-citanya dapat tercapai karena tidak ada manusia yang berputus asa dari harapan dan pertolongan Allah kecuali orang-orang yang dzalim (Katsir, 2016).

Kematangan agama juga memiliki hubungan yang negatif dengan *substance use*, dimana semakin tinggi kematangan beragama yang dimiliki seseorang maka akan semakin rendah kecenderungan dalam menggunakan koping *substance use*. *Substance use* sendiri diartikan dengan kondisi dimana individu memilih untuk menghindari situasi yang dapat menimbulkan stres dengan menggunakan obat-obatan sebagai upaya untuk mengurangi tekanan. Hal tersebut sejalan penelitian yang dilakukan oleh Safaria (2012) yang menjelaskan

bahwa individu yang menggunakan NAPZA memiliki tingkat religiusitas yang rendah. Islam sendiri pun telah melarang manusia untuk merusak diri sendiri sebagaimana yang termaktub dalam dalam Q.S Al-Baqarah ayat 195 yang menjelaskan bahwa:

“dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan”.

Makna dari ayat tersebut yaitu bahwa seorang yang melakukan dosa dan berkeyakinan bahwa dosa tersebut tidak akan diampuni sehingga menjadikannya memperbanyak dosa dan berujung pada kebinasaan. Ali Ibnu Abu Talhah meriwayatkan dari Ibnu Abbas, mengatakan bahwa kebinasaan adalah azab dari Allah (Katsir, 2016).

Sub skala lainnya dalam koping yang memiliki hubungan negatif dengan kematangan beragama adalah *self-blame*. Mahasiswa yang matang dalam beragama akan memiliki tingkat menyalahkan diri yang rendah karena mengetahui bahwa apapun yang terjadi di dunia ini merupakan kehendak Allah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siegel dan Schrimshaw (2002) yang menjelaskan bahwa salah satu keuntungan dari beragama dan memiliki praktik-praktik dan keyakinan religius adalah dapat memfasilitasi *self-acceptance* dan mereduksi *self-blame*.

Sebaliknya, kematangan beragama memiliki hubungan yang positif dengan *religious coping* dimana semakin tinggi keberagamaan seseorang maka akan semakin tinggi pula kecenderungan dalam menggunakan koping untuk mendekat kepada Allah pada saat dihadapkan dengan suatu permasalahan. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Pargament, Tarakeshwar dan Wulff (2001) bahwa pemuka agama cenderung memiliki tingkat *religious coping*

yang lebih tinggi dibandingkan dengan anggotanya. Hasil tersebut sesuai dengan Q.S Al-Baqarah ayat 153 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”.

Dalam ayat tersebut Allah Ta’ala menerangkan bahwa sebaik-baik sarana yang dapat membantu dalam menjalani berbagai musibah adalah sabar dan shalat.

Hasil penelitian ini selaras dengan Hadits Riwayat Muslim, Dari Abu Hurairah Radhiyallahu ‘anhu, beliau berkata, Rasûlullâh *Shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda:

“Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allâh Azza wa Jalla daripada Mukmin yang lemah; dan pada keduanya ada kebaikan. Bersungguh-sungguhlah untuk mendapatkan apa yang bermanfaat bagimu dan mintalah pertolongan kepada Allâh (dalam segala urusanmu) serta janganlah sekali-kali engkau merasa lemah. Apabila engkau tertimpa musibah, janganlah engkau berkata, Seandainya aku berbuat demikian, tentu tidak akan begini dan begitu, tetapi katakanlah, Ini telah ditakdirkan Allâh, dan Allâh berbuat apa saja yang Dia kehendaki, karena ucapan seandainya akan membuka (pintu) perbuatan syaitan”.

Hadits tersebut menjelaskan bahwa seorang muslim yang kuat dalam taat kepada agamanya serta melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi dirinya dan orang lain lebih dicintai oleh Allah *Subhanallahu Wata’ala* dibandingkan muslim yang lemah dalam taat beragama. Hadits ini juga menjelaskan tentang setiap muslim hendaknya mengutamakan untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi dirinya dalam urusan dunia dan akhirat dengan tidak lupa untuk meminta pertolongan kepada Allah *Subhanallahu Wata’ala* untuk mendapatkan kemudahan. Selain itu, cara terbaik yang dapat dilakukan saat tertimpa cobaan adalah pasrah pada dan menerima terhadap ketentuan Allah dan larangan untuk berandai-andai karena akan menyebabkan kerugian bagi dirinya.

Kematangan beragama merupakan pandangan keberagamaan yang terbentuk melalui pengalaman hidup, termasuk dalam hal ini adalah keterbukaan akan fakta-fakta dan nilai yang berasal dari dalam agamanya dan di luar ajaran agamanya. Pengalaman hidup tersebut dijadikan sebagai kerangka acuan dalam kehidupannya (Allport, 1953). Kematangan agama yang tinggi diperoleh dengan kemampuan menghayati keyakinan dan nilai-nilai agama. Keyakinan akan nilai-nilai agama yang kuat akan menumbuhkan iman yang kuat dalam diri seseorang. Iman yang kuat dalam diri individu akan membuatnya memperoleh ketenangan. Ketenangan tersebut akan membantu individu dalam menghadapi masalah. Hal ini sesuai dengan pendapat James (Crapps, 1993) bahwa ketenangan jiwa akan membantu seseorang dalam mengatasi ketenangan dan kesulitan hidup, sehingga fungsi agama dalam kehidupan manusia salah satunya adalah untuk membantu mendapatkan hidup yang lebih baik. Utami (2012) menyatakan bahwa agama memiliki peran dalam mengelola stres karena agama dapat memberikan arahan kepada manusia.

Berdasarkan analisis data tambahan diketahui bahwa kekuatan hubungan antara kematangan beragama dengan jenis koping bervariasi jika ditinjau dari jenis kelamin. Kematangan beragama diketahui dapat mereduksi penggunaan jenis koping *substance use* lebih besar pada laki-laki dibandingkan pada perempuan. Sementara itu, pada jenis kelamin perempuan diketahui bahwa kematangan beragama mampu mereduksi *self-blame coping* lebih besar jika dibandingkan dengan laki-laki.

Hubungan antara kematangan beragama dengan jenis koping jika ditinjau dari tempat tinggal diketahui bahwa kemampuan kematangan beragama dalam mereduksi *behavioral disengagement* (seperti putus asa, menyerah dengan

keadaan) lebih besar terjadi pada mahasiswa yang tidak tinggal di pondok pesantren dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal di pesantren. Namun, jika ditinjau berdasarkan hubungan kematangan beragama dengan religius coping diketahui bahwa religius coping pada mahasiswa non-pesantren lebih dibutuhkan jika dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal di pondok pesantren. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maftuhah (2014) yang menunjukkan bahwa tingkat religius coping yang dimiliki oleh mahasiswa santri lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa non-santri. Coping yang tinggi pada mahasiswa santri disebabkan oleh dukungan sosial yang didapat lebih besar karena berada di lingkungan agamis yang mendukungnya untuk melakukan positif coping. Pelayanan dan pendidikan keagamaan yang lebih intensif dan terstruktur pun mendukung mahasiswa untuk melakukan religius coping.

Berdasarkan hasil analisis tambahan dengan melihat korelasi antara aspek-aspek kematangan beragama dengan sub skala coping, diketahui bahwa aspek karakteristik dinamis memiliki kontribusi yang lebih besar pada sub skala *religion* jika dibandingkan dengan aspek kematangan beragama lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa aspek karakteristik dinamis dalam kematangan beragama mampu meningkatkan penggunaan *religion coping*. Mahasiswa yang memiliki sikap dinamis akan memiliki kemampuan untuk mengontrol dan mengarahkan motif dan perilakunya sesuai dengan syariat agama ketika dihadapkan dengan masalah, sehingga kesulitan-kesulitan yang dihadapinya tidak membuat mahasiswa tersebut berpaling dari ajaran agama. Mahasiswa tersebut menjadikan agama sebagai filosofi hidup dan menerapkan ajaran agama ke dalam seluruh aspek kehidupannya. Selain itu, mahasiswa yang memiliki kematangan dalam beragama juga akan selalu mencoba untuk mengembangkan pemahaman dan

penghayatannya terhadap agama yang dianutnya. Hasil penelitian ini sejalan dengan qur'an surat Huud ayat 9-11 yang berbunyi:

“Dan jika Kami rasakan kepada manusia suatu rahmat (nikmat) dan Kami, kemudian rahmat itu Kami cabut daripadanya, pastilah dia menjadi putus asa lagi tidak berterimakasih.. Dan jika Kami rasakan kepadanya kebahagiaan sesudah bencana yang menimpanya, niscaya dia akan berkata: ‘Telah hilang bencana-bencana itu daripadaku,’ sesungguhnya dia sangat gembira lagi bangga. Kecuali orang-orang yang sabar (terhadap bencana) dan mengerjakan amal-amal shalih; mereka itu memperoleh ampunan dan pahala yang besar”.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa kematangan beragama memiliki hubungan yang negatif dengan tiga sub skala pada koping stres, yakni *substance use*, *behavioral disengagement* dan *self-blame*. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kematangan beragama yang dimiliki oleh mahasiswa maka akan semakin rendah kecenderungan dalam menggunakan koping *substance use*, *behavioral disengagement* dan *self-blame*. Sementara itu, kematangan beragama juga memiliki hubungan yang positif dengan koping *religion*, dimana tinggi keberagamaan yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin tinggi pula kecenderungan dalam menggunakan koping *religion* pada mahasiswa tingkat akhir di UII.

Penelitian ini memiliki kelemahan diantaranya adalah terdapat bias budaya dan bersifat normatif pada aitem-aitem yang digunakan, terutama pada aitem-aitem di aspek differensiasi dan berkarakter dinamis, skala kematangan beragama. Aitem yang bias budaya dan dapat memancing responden untuk menjawab secara normatif atau aitem memiliki *social desirability* yang tinggi. Hal ini akan mempengaruhi validitas dan reliabilitas alat ukur. Berdasarkan kekurangan tersebut, peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbaiki alat ukur yang digunakan, sehingga alat ukur akan menghasilkan data yang lebih akurat.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan dalam peneliti mengenai adanya hubungan antara kematangan beragama dan bentuk-bentuk koping berikut *substance use*, *behavioral disengagement*, *religion* dan *self-blame* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Indonesia diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kematangan beragama dapat mereduksi penggunaan koping negatif seperti *substance use*, *behavioral disengagement*, dan *self-blame*. Sementara itu, kematangan beragama juga mampu meningkatkan penggunaan *religious coping* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Indonesia.

Saran

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara kematangan beragama dengan kecenderungan menggunakan aktif coping dan ada hubungan negatif antara kematangan beragama dengan pasif coping. Oleh karena itu, hendaknya mahasiswa dapat meningkatkan kecenderungan dalam menggunakan aktif coping dengan meningkatkan kematangan beragama.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini terkendala pada reliabilitas dan validitas alat ukur karena terdapat bias budaya dan bersifat normatif pada aitem-aitem yang digunakan. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperbaiki alat ukur yang akan digunakan dengan melakukan modifikasi terhadap aitem-aitem di aspek differensiasi dan karakteristik dinamis pada skala kematangan beragama karena terdapat bias budaya di dalamnya sehingga aitem-aitem yang digunakan sesuai dengan Islam dan budaya Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, G., & Budiani, M. S. (2013). Hubungan kecerdasan emosi dan self efficacy dengan tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Online Universitas Surabaya*, 1(02).
- Allport, G. W. 1953. *The Individual and Historical Religion: a Psychological Interpretation*. New York: The Macmillan Co.
- Al-Maraghi, A. M. (1993). *Tafsir al-Maraghi, terj. Bahrin Abu Bakar dkk*, 11. Semarang : Penerbit Toha Putra.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief cope. *International journal of behavioral medicine*, 4(1), 92-100.

- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*, 56(2), 267-283
- Crapps, R.W. (1993). *Dialaog psikologi dan agama sejak William James hingga Gordon Allport*. Yogyakarta : kanisius
- Endler, N & Zeidner, M. (2002). *Handbook of coping stress*. New York : John Wiley & Sons Ltd.
- Frianty, R., & Yudiani, E. (2016). Hubungan antara kematangan beragama dengan strategi coping pada santriwati di pondok pesantren tahfidz putri. *Psikis*, 1(1), 59-70.
- Hadi, S. (2008). *Metodologi Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Indirawati, E. (2006). Hubungan antara kematangan beragama dengan kecenderungan strategi coping. *Jurnal Psikologi Undip*, 3(2), 69-92.
- Katsir, I. (2016). *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 5*. Solo: Insan Kamil.
- Lazarus, L.A. & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. New York: Spranger.
- Maftuhah. (2014). Religius koping pada mahasiswa santri dan mahasiswa bukan mahasiswa bukan santri di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Mariyanti, S. (2014). Model strategi coping penyelesaian studi sebagai efek dari stressor serta implikasinya terhadap waktu penyelesaian studi mahasiswa psikologi universitas esa unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 11(02), 66-73.
- Mayoral, L. (2006). *Exam stress, depression, social support, and sleep disturbance*. Thesis: ProQuest Dissertations & Theses (PQDT).
- Pargament, K. I., Tarakeshwar, N., Ellison, C. G., & Wulff, K. M. (2001). Religious coping among the religious: The relationships between religious coping and well-being in a national sample of Presbyterian clergy, elders, and members. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40(3), 497-513.
- Safaria, M. D. T. (2012). Perbedaan Tingkat Religiusitas, Kecerdasan Emosi, Dan Keluarga Harmonis Pada Kelompok Pengguna Napza Dengan Kelompok Non-Pengguna. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 2(2), 89-101.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology – Biopsychosocial Interventions* (4rd ed). USA : John Wiley & Sons Inc.
- Siegel, K., & Schrimshaw, E. W. (2002). The perceived benefits of religious and spiritual coping among older adults living with HIV/AIDS. *Journal for the scientific study of religion*, 41(1), 91-102.

Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta : PT. Gramedia Widiasarana Indonesia

Utami, M. S. (2012). Religiusitas, koping religius, dan kesejahteraan subjektif. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 46-66.

Yuhanita, N. N., Indiati, I., & Kurniati, A. (2016). Strategi menghadapi stres saat menyusun skripsi pada mahasiswa program studi bimbingan dan konseling universitas muhammadiyah magelang. *G-COUNS Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 1-15.