

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era globalisasi ini banyak mahasiswa yang menempuh pendidikan tinggi di luar kampung halamannya, sehingga mereka harus tinggal di luar rumah atau luar daerah mereka dalam jangka waktu tertentu untuk menyelesaikan pendidikannya. Mahasiswa tersebut kerap disebut dengan mahasiswa rantau. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang imigrasi atau merantau diantaranya yaitu : adanya superior di tempat yang baru, kesempatan memasuki lapangan kerja yang cocok, kesempatan mendapatkan kerja yang lebih baik, kesempatan mendapatkan pendidikan yang lebih tinggi dan lebih baik, ajakan orang yang diharapkan sebagai tempat berlindung, tempat-tempat hiburan yang lebih menyenangkan, dll (Cindy & Dariyo, 2016).

Keinginan untuk mendapatkan perguruan tinggi yang terbaik terkadang tidak didapatkan di daerah sendiri, sehingga mereka harus pergi merantau untuk mendapatkan sebuah pendidikan (Ferdiana & Savira, 2017). Merantau memiliki arti berlayar atau mencari penghidupan di tanah rantau atau pergi ke negeri lain untuk mencari penghidupan, ilmu, dan sebagainya. Merantau telah menjadi budaya hidup banyak orang di Indonesia. Setiap suku bangsa memiliki budaya merantau. Seperti Suku Batak, Jawa, Bugis, Madura, dan Minangkabau (Marta, 2014). Begitupula dengan mahasiswa asal Kalimantan mereka merantau ke pulau Jawa Khususnya daerah solo karena ingin mendapatkan pendidikan yang lebih baik dari

pada di daerah asal mereka yaitu Kalimantan karena masih sedikit universitas yang bagus di daerah Kalimantan untuk itu mereka memutuskan untuk merantau agar mendapatkan pendidikan yang baik.

Menurut hasil wawancara yang telah dilakukan kepada mahasiswa rantau, banyak dari mereka memilih untuk merantau atau melanjutkan pendidikannya keluar pulau mereka dan menuju pulau Jawa dengan alasan sebagian besar universitas terbaik di Indonesia berada di pulau Jawa. Menurut Risetdikti (2017) terdapat 15 besar universitas terbaik di Indonesia sebagian besar universitas tersebut berada di Jawa, salah satunya di kota Surakarta. Di Surakarta sendiri terdapat 7 perguruan tinggi yang banyak menjadi tujuan mahasiswa rantau dari luar pulau Jawa. Menurut data hasil survey yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2015, provinsi Jawa Tengah menempati posisi kedua setelah Jawa Timur dengan biaya hidup terendah, hal ini tentu menjadi salah satu pertimbangan para mahasiswa perantau untuk kuliah di Solo (Vidyanindita, Agustin, & Setyanto, 2017).

Perbedaan antara kondisi di daerah asal dengan di daerah baru dapat memunculkan hal-hal yang tidak menyenangkan bagi seorang mahasiswa pendatang termasuk mahasiswa asal Kalimantan. Hal-hal yang tidak menyenangkan tersebut dapat berupa masalah perbedaan bahasa, perbedaan cara berbicara, hal-hal tersebut menjadi sumber atau penyebab dari munculnya kesulitan dalam beradaptasi pada individu yang pindah ke suatu daerah baru sehingga menyebabkan individu mengalami tekanan dan kecemasan serta menimbulkan stress (Tyas, 2017).

Stress sendiri merupakan suatu keadaan tertekan yang dialami oleh individu, penyebab stres yang dialami oleh individu juga berbeda-beda, dalam hal ini mahasiswa tingkat pertama mengalami stres dapat disebabkan karena kurang mampunya mahasiswa dalam menghadapi lingkungan yang baru bagi dirinya, perbedaan pola belajar dari jenjang SLTA menuju jenjang perkuliahan, pola interaksi sosial dengan teman baru, serta kehidupan yang jauh dari keluarga yang mendorong individu mengalami stres tersebut. Adanya perbedaan dampak stress pada diri mahasiswa disebabkan oleh perbedaan karakteristik masing-masing mahasiswa. Perbedaan karakteristik yang ada pada diri mahasiswa akan menentukan respon mahasiswa terhadap stress yang dihadapi, sehingga akan ada respon yang berbeda-beda dari mahasiswa terhadap sumber stress yang sama (Ningrum, 2011).

Tingkat stres yang dialami individu berbeda-beda hal ini disebabkan karena berbeda-beda kemampuan individu dalam menghadapi stres itu sendiri. Perbedaan tingkat stress merupakan salah satu faktor pembeda dalam melakukan coping sebagai kegiatan kognitif (Lazarus, 1977). Stress yang bersifat negatif atau stress yang berlebihan dapat memberikan dampak buruk bagi siswa terutama dalam hal kesehatan karena stress juga dapat memperburuk nilai akademis siswa di masa depan (Omomia, Omomia, Chimezie, & Akinwale, 2014).

Penelitian yang dilakukan Hernawati (2006), menunjukkan 62,7% mahasiswa baru mengalami stress tingkat tinggi, 32,7% mengalami stress tingkat sedang, dan 4,7% mengalami stress tingkat rendah dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat stres yang dialami oleh sebagian besar mahasiswa baru

dalam kategori tinggi. Dari hasil penelitian tersebut juga diungkapkan bahwa sumber stres siswa baru Institut Pertanian Bogor disebabkan karena pengalaman pertama mahasiswa tinggal di kost atau diasrama, kesulitan bersosialisasi dengan teman baru, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, merasakan rindu rumah (*homesick*) dan kesulitan dalam memahami materi kuliah.

Penelitian lain yang dilakukan Novikasari (2003), menunjukkan 39,9% mahasiswa baru putra mengalami penurunan berat badan pada tiga bulan pertama, kemudian penelitian lain yang dilakukan oleh Santika (dalam Novikasari, 2002), bahwa sebanyak 63,3% mahasiswa mengalami kenaikan berat badan dari penelitian tersebut sesuai dengan pendapat Wirakusumah (dalam Novikasari, 2001), yang menjelaskan stres atau depresi merupakan faktor psikologis (emosional) dan berhubungan erat dengan rasa lapar dan nafsu makan dari hasil penelitian yang telah dilakukan tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang mengalami stres mereka menyalurkannya dengan makan banyak sehingga mengalami kenaikan berat badan.

Mahasiswa dalam mengatasi stres yang dialami menggunakan berbagai strategi, namun setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengatasinya tergantung individu tersebut, tidak sedikit mahasiswa yang salah strategi dalam menghadapi masalah. *Coping stress* didefinisikan oleh Lazarus sebagai suatu proses dimana individu berusaha untuk menguasai dan menangani situasi stres yang menekan akibat suatu masalah yang sedang dihadapi dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman (Setipu & Nasution, 2016).

Pargament mendefinisikan bahwa agama memiliki peran yang sangat penting dalam mengatasi stres, karena agama dapat memberikan individu pengarahan/bimbingan, dukungan dan pengharapan bagi seseorang individu, dengan cara berdo'a, maupun ritual keagamaan lainnya yang bisa membantu individu pada saat mengalami stress dalam kehidupannya (dalam Utami, 2012).

Rendahnya kematangan beragama pada setiap individu, ikut membentuk lingkungan yang tidak sehat bagi individu dan justru membuat perilaku yang tak bermoral karena kurangnya landasan agama dalam menjalani kehidupannya. Mahasiswa yang perkembangan agamanya baik akan tumbuh menjadi individu yang sehat dan bahkan sempurna. Demikian sebaliknya, mahasiswa yang hidup dalam situasi agama yang kurang baik maka mereka tidak mampu menjadi manusia yang utuh (Nashori, 1977). Religiusitas dapat memberikan dampak positif terhadap remaja dan dapat menurunkan dampak negatif bagi remaja misalnya depresi, stress dll. Pemuda yang memiliki tingkat religiusitas tinggi maka memiliki tingkat stress yang rendah (Joseph, Heidi, Teri, & Barber, 2013).

Dalam islam sebenarnya Allah telah memberikan petunjuk bagi umatnya dalam mengatasi masalah yang tercantum dalam Al-Qur'an. Diantara lain dalam surah Al-Insyirah ayat 1-8 yang menjelaskan bagaimana seharusnya manusia mengatasi masalah yang di hadapi dengan benar antara lain : yang pertama selalu berpikiran positif dalam segala hal, yang kedua melakukan perbuatan yang positif dalam menyelesaikan masalah tersebut, dan yang terakhir adalah setelah manusia berpikir positif , melakukan perbuatan baik dalam menyelesaikan masalah dan

berlapang dada atas masalahnya manusia diwajibkan untuk berserah diri dan berdo'a kepada Allah SWT (Indirawati, 2006).

Tingkat pemahaman agama pada remaja dapat diartikan sejauh mana seorang remaja mengetahui tentang agamanya tidak hanya sekedar mengetahui tetapi juga memahami. Pentingnya pengetahuan tentang agama dan religiusitas menyebabkan bahwa perlunya remaja untuk meningkatkan ketaqwaan dan keimanan seseorang agar dapat menjalani hidup dengan semestinya sesuai dengan perintah agama yang dianutnya selain itu agama juga dapat membantu individu dalam menyelesaikan masalah dalam hidupnya (Aini, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Indirawati 2006 menunjukkan ada hubungan positif antara kematangan beragama individu dengan strategi *coping* yang di pilih. Hasil penelitian tersebut juga menghasilkan bahwa semakin tinggi kematangan beragama seseorang maka semakin baik strategi coping yang dipilih dalam menghadapi stres yang dialami. (Indirawati, 2006)

Agama merupakan bagian penting dari budaya dan masyarakat. Oleh karena itu, banyak orang menggunakan agama untuk memahami diri mereka sendiri dan sekitarnya (Abarghouei, Sorbi, Abarghouei, & Bidaki, 2017). Begitupula dengan mahasiswa Kalimantan yang terkenal sebagai seorang muslim yang taat (memiliki religiusitas yang tinggi) (Sadewa, Budiman, & Mairiani, 2017). Siswa yang mempunyai religiusitas yang lebih tinggi mereka akan memiliki rasa puas yang lebih tinggi pula dan merasa sehat baik secara fisik maupun mental (Dexter, Huff, Rudecki, & Abraham, 2018).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka permasalahan dirumuskan sebagai berikut :”Apakah ada hubungan antara tingkat religiusitas dengan *coping stress* pada mahasiswa rantau Kalimantan tingkat pertama di Surakarta ?”

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan tersebut diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Mengetahui hubungan antara religiusitas dengan coping stress pada mahasiswa rantau tingkat pertama
2. Mengetahui tingkat coping stress pada mahasiswa rantau tingkat pertama
3. Mengetahui tingkat religiusitas pada mahasiswa rantau tingkat pertama
4. Mengetahui peran religiusitas terhadap coping stress mahasiswa rantau tingkat pertama.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah sumbangan keilmuan tentang nilai-nilai psikologis mengenai masalah stres, terutama stres yang dialami oleh mahasiswa rantau tingkat pertama

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Mahasiswa Rantau

Untuk memberikan informasi kepada mahasiswa bagaimana cara mengatasi stres dengan benar dari segi religiusitas