

## PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020, muncul suatu virus berbahaya yang dinamakan *Covid-19*. Virus ini menyebar luas dengan cepat dari semenanjung Cina merebak ke Indonesia salah satunya dan hampir seluruh penjuru dunia. Virus ini dapat menular melalui *droplet* atau semprotan cairan, sehingga perlu dilakukan kebijakan *physical and social distancing* agar dapat menekan penularan virus tersebut. Begitu cepat menyebar luasnya virus ke penjuru dunia, WHO kemudian menetapkan virus *Covid-19* ini sebagai pandemi. Dalam menerapkan kebijakan *physical and social distancing*, bidang pendidikan melakukan upaya untuk menekan penyebaran serta penularan virus maka Kemendikbud melalui Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 Tahun 2020 berisi arahan mengenai belajar dari rumah melalui pembelajaran jarak jauh. Kebijakan ini secara serentak diperuntukkan semua jenjang pendidikan tanpa terkecuali.

Pembelajaran jarak jauh yang dimaksudkan berupa aktivitas di sekolah atau instansi pendidikan dialihkan di rumah masing-masing. Fenomena ini menjadi perubahan baru pada sistem pendidikan di Indonesia yang belum pernah terjadi sebelumnya. Perubahan kondisi yang cepat ini, membutuhkan adaptasi yang tidak mudah karena penyesuaian dilakukan dengan skala besar dan dalam waktu yang singkat. Sistem pembelajaran jarak jauh ini mengarah pada pembelajaran daring (dalam jaringan) atau *online* yang artinya menggunakan fasilitas internet sebagai sumber dan media pembelajaran. Beberapa perguruan tinggi yang sebelumnya belum pernah menerapkan pembelajaran daring (dalam jaringan) di kampus masing-masing, kini harus menerapkan model pembelajaran jarak jauh seperti *e-learning (electronic learning)* atau daring (dalam jaringan).

Pembelajaran jarak jauh bukan saja menjadi pilihan alternatif namun sudah menjadi kebutuhan bagi peserta didik sebab proses pendidikan memang harus berjalan secara efektif dan efisien. Institusi pendidikan akan dinilai berdasarkan kecepatan mereka untuk beradaptasi dengan perubahan dalam

waktu singkat dan kemampuan mereka untuk menjaga kualitas (Dhawan, 2020). Universitas sebagai institusi pendidikan tingkat tertinggi harus tetap melaksanakan pembelajaran dengan beradaptasi pada perubahan situasi. Menurut Purwanto et al., (2020) tidak semua pelajar, siswa, dan mahasiswa terbiasa belajar melalui daring atau *online*. Sebagai alternatif dalam kondisi seperti ini, daring atau *e-learning* memiliki kelemahan dimana komunikasi secara langsung antara pendidik dan peserta menjadi terputus dan minim sentuhan manusia. Selain itu dapat juga menjadi penghambat dari proses belajar-mengajar itu sendiri (Favale, Soro, Trevisan, Drago, & Mellia, 2020).

Dalam penyesuaian ini ditemukan kesulitan-kesulitan pada mahasiswa. Kesulitan yang dihadapi berbagai macam di antaranya; susah *signal*, keterbatasan alat seperti hanya menggunakan *handphone* saja tanpa laptop, banyak tugas yang menumpuk, beberapa dosen hanya memberikan tugas saja tanpa menjelaskan materi perkuliahan, rasa bosan dengan kuliah *online*, bahkan tuntutan pekerjaan rumah yang telah menanti, dan sebagainya. Meskipun terdapat kesulitan-kesulitan pada pelajar khususnya mahasiswa, maka siap tidak siap, suka tidak suka, mahasiswa harus tetap patuh pada kebijakan pemerintah sekaligus sebagai salah satu upaya agar proses pendidikan tetap berjalan. Mahasiswa harus mampu beradaptasi dengan situasi baru dan bertahan dengan segala kesulitan tersebut. Dalam situasi seperti ini, resiliensi sangat diperlukan oleh mahasiswa agar dapat bangkit dari segala pengalaman-pengalaman sulit selama pandemi *Covid-19*. Dengan adanya resiliensi dalam akademik maka diharapkan mahasiswa bertahan meskipun banyak tantangan yang menghadang dalam proses pendidikannya.

Banyak mahasiswa yang tidak dapat bertahan dengan tekanan yang ada. Tuntutan demi tuntutan direspon negatif yang berdampak pada kondisi psikologis mahasiswa. Berdasarkan penelitian Argaheni (2020), mahasiswa mengaku kebingungan dengan pembelajaran daring akibat tugas yang banyak tanpa bahan materi yang cukup, menjadi pasif, kurang kreatif maupun produktif, penumpukan informasi yang kurang bermanfaat dari media sosial, serta mengalami stres akibat rasa bosan, banyak beban mata kuliah, serta

kesulitan memahami materi. Fenomena lain dari seorang siswi SMA berinisial MI berusia 16 tahun di Gowa, Sulawesi Selatan melakukan bunuh diri dengan meminum racun pada Sabtu, 17 Oktober 2020. Menurut Kasat Reskrim Polres Gowa AKP Jufri Natsir, siswi tersebut depresi lalu bunuh diri. Depresinya disebabkan banyak tugas yang menumpuk dari sekolah akibat sulitnya akses internet di rumahnya (Haq, 2020). Dari fenomena ini menunjukkan bahwa siswi tersebut mengalami pengalaman negatif dalam proses pendidikannya, akibat tidak resilien hingga depresi, ia memilih untuk melakukan tindakan bunuh diri.

Berbeda dengan kisah sebelumnya dalam menghadapi pembelajaran jarak jauh, datang kisah dari seorang mahasiswa semester 3 Program Studi Teknologi Budidaya Perikanan, Jurusan Perikanan Kelautan Politeknik Pertanian Negeri Kupang bernama Rolland (20 tahun). Selama pandemi, Rolland meminjam *gadget* milik tetangga secara bergantian agar dapat mengikuti perkuliahan dengan modal kuota sendiri. Pasalnya *gadget* yang ia miliki sudah rusak sebelum pandemi. Perekonomian keluarga yang tidak stabil, hanya tinggal bersama ayahnya yang sakit dan sudah tidak bekerja sejak 2018 lalu. Kehidupannya memperhatikan dengan hanya mengandalkan uang pensiunan almarhumah ibunya yang dulu sebagai guru SMP, mengakibatkan Rolland tidak bisa membeli *gadget* yang baru. Sampai pada 1 minggu yang lalu sebelum wawancara ini, Rolland sudah tidak mengikuti kuliah daring sebab tidak ada uang untuk membeli paket data. Rolland sempat cemas sebab ia tidak bisa mengikuti perkuliahan daring dan waktu sudah mendekati ujian semester. Mengetahui kondisi tersebut, 2 orang anggota kepolisian di NTT membantu dengan memberikan uang dan *gadget*. Dengan bantuan tersebut Rolland dan ayahnya sangat bersyukur dan terbantu. Rolland merupakan salah satu contoh mahasiswa yang tetap berusaha meskipun memiliki kendala dalam menjalankan perkuliahan daring dan akhirnya ia mendapatkan bantuan guna membantu proses perkuliahannya dengan fasilitas *gadget* yang baru (Kaha, 2020).

Contoh lain dari mahasiswa yang resilien ketika menghadapi kesulitan

yaitu salah satu mahasiswi Unmul. Sejak menjadi mahasiswa baru, ia tidak bisa merasakan kuliah secara luring melainkan kuliah daring. Ia kesulitan menerima materi secara daring, merasa tidak tau belajar apa-apa tiba-tiba sudah UTS dan UAS. Awalnya ia mengaku stres, merasa makin lelah, dan menurutnya ia kurang puas dengan pembelajaran daring namun sekarang ia sudah merasa lumayan dengan apa yang sudah ia jalani (Kaltimtoday.co, 2021). Mahasiswi ini dapat menyesuaikan diri dengan perubahan kondisi yang ada, sehingga yang pada mulanya merasa kesulitan, kini ia sudah lumayan puas dengan perjalanan yang sudah ia lalui.

Salah satu mahasiswi semester 6 perguruan tinggi di Tanjungpinang Kepulauan Riau, Sartika Sudarti, menceritakan kisahnya di masa pandemi ini. Dirinya berasal dari Desa Mentuda yang notabene sulit menemukan jaringan internet yang bagus karena berada di belakang kaki Gunung Daik. Dirinya dan teman-teman harus naik menuju bukit perjalanan 1 jam berbekal *handphone*, laptop, dan beberapa bekal makanan untuk mencari *signal* guna mengikuti perkuliahan daring. Berbagai kendala seperti hujan mengakibatkan *signal* menjadi lemah dan terkadang harus menunggu air surut apabila terjadi pasang. Teman-teman lainnya ada yang pergi ke kampung sebelah atau ke pinggiran laut untuk mencari *signal*. Usaha demi usaha mereka lakukan agar tidak tertinggal kuliah dan tugas dari dosen. Dirinya mengaku akan terus berusaha mengejar agar tetap bisa kuliah. Bahkan kini dirinya harus keluar dari Desa Mentuda agar bisa ikut kuliah *online* dengan menumpang di kediaman neneknya di Desa Penuba (Batamnews, 2020).

Dari paparan beberapa data di atas, terdapat respon yang berbeda dari mahasiswa ketika mendapat banyak tuntutan akademik. Mahasiswa mengalami stres dan perasaan negatif yang menjadi tanda bahwa resiliensi mahasiswa terganggu karena segala pengalaman-pengalaman negatif selama pembelajaran jarak jauh. Di sisi lain, terdapat mahasiswa yang mampu bertahan meskipun mengalami situasi sulit yang menekan dan terus berjuang dalam menjalankan perkuliahannya. Respon yang berbeda dari setiap individu dapat dilihat bagaimana ketangguhan atau resiliensi individu dalam menghadapi

permasalahan akademiknya. Resiliensi akademik diperlukan agar mahasiswa tetap bertahan, bangkit dan keluar dari situasi sulitnya. Kebalikannya apabila ia tidak resilien maka dapat mengakibatkan terganggunya keseimbangan psikologis mahasiswa tersebut.

Resiliensi akademik sebagai respon positif dapat dikaitkan dengan tuntutan perkuliahan dan kesulitan mahasiswa dalam akademiknya. Tuntutan dan kesulitan merupakan bagian dari ujian hidup yang harus dijalani. Pendekatan agama menjadi pilihan individu saat mengalami kesulitan untuk membantu keluar dari permasalahannya (Nadhifah & Karimulloh, 2021). Agama memiliki peran dalam menentukan seseorang bersikap dan bertindak dalam kehidupannya dengan menanamkan nilai-nilai dalam agama dalam kehidupan sehari-hari. Agama merupakan satu kesatuan dalam kehidupan manusia sesuai dengan *fitrahnya*. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam Q.S Ar Ruum ayat 30 yang artinya “*Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Islam; sesuai (fitrah) Allah disebabkan Dia telah menciptakan manusia menurut (fitrah) itu. Tidak ada perubahan dalam ciptaan Allah. Itulah (agama) yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui*”. Nilai-nilai agama menyatu dalam proses penciptaan manusia, sehingga ketika menyimpang dari nilai-nilai *fitrahnya* maka muncul ketidakseimbangan secara psikologis seperti rasa bersalah dan khawatir (Hamid, 2017).

Dalam agama Islam, sebagai seorang Muslim ketika mendapatkan ujian dalam hidup, maka sikap yang harus ditunjukkan adalah sesuai petunjuk Allah di dalam Al Qur'an. Semua yang terjadi di muka bumi ini sudah Allah takdirkan sebagaimana Q.S At Taubah ayat 52 yang artinya “*Katakan: Tidak ada yang akan menimpa kita kecuali apa yang Allah putuskan untuk kita*”. Setiap manusia pasti dapat melewati setiap fase dalam kehidupannya, sebagaimana firman Allah Q.S Al Baqarah ayat 286 bahwa “*Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya*”. Allah yang memberikan ujian, yang menentukan standar ujian sesuai kemampuan, serta Allah yang nantinya akan membantu menemukan solusi sebagaimana Q.S Al Insyirah ayat 5 “*Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan*”,

ayat 6 “*Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan*”. Sudah sangat jelas Al Qur’an sebagai pedoman menjadi solusi atas segala permasalahan. Selagi manusia mau berusaha dan menanamkan nilai agama maka nilai-nilai positif akan terbentuk serta mampu bertahan dan bangkit dalam menghadapi kesulitan akademik selama pandemi ini.

Agama Islam terbentuk dari 3 landasan berupa iman (percaya), Islam (berserah diri), dan ihsan (berbuat baik) yang yang kemudian berkembang menjadi seperangkat sistem kepercayaan, ritual, serta perilaku dimana penerapannya fleksibel dan kompleks termasuk mengembangkan resiliensi akademik oleh mahasiswa (Muhaimin, 2001). Hubungan agama sebagai keyakinan dengan kesehatan jiwa manusia terletak pada sikap menyerahkan diri kepada kekuasaan Yang Maha Tinggi yaitu Allah *Subhana wa Ta’ala*. Sikap tersebut dapat memunculkan optimisme individu sehingga muncul perasaan positif seperti sukses, bahagia, puas, rasa aman maupun dicintai (Hamid, 2017). Sikap positif yang demikian yang mengarahkan sikap yang baik dalam menjalani setiap langkah kehidupan seorang Muslim. Dengan kata lain, praktik agama membantu membentuk resiliensi seseorang.

Pernyataan terkait peran religiusitas di atas didukung oleh data Google Trends bahwa selama pandemi sejak 28 Maret 2020, kata kunci “Nabi Muhammad” dalam penjelajahan dunia maya serta kata kunci yang berhubungan dengan religiusitas Islam seperti “sholat corona”, “doa virus corona”, “doa terhindar dari virus corona”, “doa mencegah corona” semakin meningkat (Zaenudin, 2020). Data tersebut menunjukkan kondisi masyarakat Muslim yang melibatkan pengetahuan dan praktik agama dalam mencegah dan meminimalisir dampak virus *Covid-19*. Dengan latar belakang permasalahan di atas serta peran religiusitas dalam membantu resiliensi akademik, subjek penelitian ini adalah mahasiswa yang beragama Islam serta menjalani pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi *Covid-19*.

Masa pandemi ini belum dapat dipastikan kapan berakhir, sehingga jika kondisi ini terus menerus dalam rentang waktu yang lama, mahasiswa akan mengalami stres yang tinggi karena tetap dituntut aktif dan produktif dalam

proses pendidikannya. Semakin menurunnya pertahanan akademik mahasiswa akibat tuntutan yang semakin panjang, tidak menutup kemungkinan pertahanan mahasiswa menjadi turun. Penurunan ini mulai ditandai adanya keluhan, rasa bosan, penurunan semangat atau motivasi, dampak pada kesehatan fisik, dan lainnya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Roellyana dan Listiyandini (dalam Sari, Aryansah, & Sari, 2020) bahwa mahasiswa yang lebih optimis serta percaya segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik maka ia memiliki resiliensi akademik yang tinggi. Jika tidak ada resiliensi akademik maka mahasiswa akan mudah memiliki emosi negatif, kesulitan dalam memecahkan masalah, dan cenderung tidak berpikir panjang sehingga situasi yang menekan tersebut akan lebih mudah memicu stres.

Seseorang yang resilien bukan berarti ia tidak memiliki kekhawatiran apapun, namun ia memiliki kemampuan untuk mengendalikan sehingga individu menjadi tenang dalam mengatasi masalah. Resiliensi akademik juga dibutuhkan agar mahasiswa tetap berprestasi meskipun memiliki banyak kesulitan. Hal ini dibuktikan melalui penelitian Situmeang (2020) bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara sikap resiliensi dengan kemampuan akademik mahasiswa pada mata kuliah evaluasi pembelajaran. Artinya bahwa semakin tinggi resiliensinya maka semakin tinggi pula kemampuan akademiknya. Sebab itu masa pandemi seperti ini resiliensi sangat diperlukan oleh mahasiswa untuk menghadapi tuntutan-tuntutan akademik, memahami kapasitas diri, dan menyikapi dengan tanggung jawab baik akademik maupun pribadinya agar dapat meminimalisir stres (Sholichah, Paulana, & Fitriya, 2018).

Menurut Reivich dan Shatte (2002), resiliensi akademik adalah kondisi individu yang dapat mengendalikan secara penuh dalam menghadapi permasalahan yang muncul serta bertahan dalam kesulitan dan mampu mencari jalan keluar atas permasalahannya. Menurutnya, seseorang yang nampak kebal dari berbagai permasalahan negatif serta cepat kembali seperti semula pada keadaan sebelum trauma atau permasalahan negatif tersebut, seseorang dapat dikatakan memiliki resiliensi. Pendapat lainnya yaitu Grotberg (1995),

resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian, cara mengatasi, serta dapat meningkatkan diri atau mengubah diri dari kondisi terpuruk. Menurut Corsini (2002), resiliensi akademik merupakan ketangguhan seseorang dalam menjalani berbagai tugas akademik pada proses pendidikan yang sedang ditempuh. Seorang pelajar yang memiliki resiliensi akademik, ia tidak akan mudah menyerah dalam menjalani kesulitan akademik. Adanya resiliensi menjadikan mahasiswa lebih berpikir positif serta optimis meskipun sedang berada dalam suatu kesulitan akademik. Mahasiswa akan memiliki keyakinan bahwa ada solusi dalam menghadapi permasalahan dalam akademik (Amelia, Asni, & Chairilisyah, 2014).

Menurut Reivich dan Shatte (2002) aspek-aspek resiliensi akademik yaitu (1) Pengaturan emosi adalah kemampuan individu untuk mengatur emosi dalam diri serta menempatkan emosi pada kondisi yang tepat; (2) Pengendalian rangsangan, adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan-dorongan dalam diri serta mengarahkannya pada kegiatan yang positif; (3) Empati, adalah kemampuan individu untuk memahami perasaan orang lain dan seolah-olah ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain. Dengan adanya empati, individu dapat mengetahui bagaimana cara dirinya bersikap pada diri dan menempatkan diri secara positif di hadapan orang lain; (4) Efikasi diri, adalah keyakinan individu untuk dapat menghadapi dan memecahkan masalah. Individu yang memiliki efikasi diri, ia meyakini dirinya mampu serta tetap berpikir positif terhadap segala sesuatu yang terjadi; (5) Optimisme, adalah kemampuan individu untuk meyakini bahwa sesuatu akan berubah menjadi lebih baik. Individu yang selalu berharap menjadi lebih baik ia akan memiliki motivasi yang tinggi untuk mencapai perubahan yang lebih baik sehingga ia akan berusaha semaksimal yang ia mampu; (6) Analisis penyebab masalah adalah kemampuan individu untuk mengenali detail penyebab permasalahan. Individu akan menilai situasi, menelusuri penyebab, mencari jalan keluar, dan bertindak untuk mengatasi permasalahannya; (7) *Reaching out* (pencapaian) adalah kemampuan individu untuk meningkatkan nilai-nilai positif dalam diri. Individu yang memiliki pencapaian diri, ia akan memiliki target tertentu dalam

hidupnya sehingga ia memiliki tujuan hidup yang jelas.

Faktor resiliensi akademik menurut Resnick, Gwyther, dan Roberto (2011) yaitu (1) Faktor harga diri (*self esteem*). *Self esteem* merupakan cara individu dalam memandang dirinya, menghargai kelebihan serta kekurangan, serta menerima keadaan diri apa adanya terlepas dari segala kekurangan dalam dirinya. *Self esteem* yang dimiliki individu dapat membantu dirinya menghadapi suatu permasalahan apapun. (2) Faktor dukungan sosial (*social support*) merupakan faktor yang sering kali dikaitkan dengan resiliensi. Individu sebagai makhluk sosial yang membutuhkan bantuan orang lain, mendapatkan dukungan baik secara *verbal* maupun *non-verbal* dari orang lain. (3) Faktor Spiritualitas (*spirituality*) dan keberagamaan (*religiousness*). Spiritualitas merupakan situasi dimana individu mempercayai adanya sesuatu entitas yang lebih besar dan berkuasa dibandingkan dirinya yang mengatur alam semesta beserta segala isinya. Spiritualitas dimanifestasikan dalam religiusitas yang merupakan bentuk ketaatan terhadap suatu ajaran agama tertentu. Peran spiritualitas atau religiusitas bagi individu menjadi pedoman dan penopang dalam menyelesaikan masalahnya. Dalam agama terdapat pedoman berupa kitab yang menuntun penganutnya menjadi lebih baik termasuk situasi dalam menghadapi permasalahan. (4) Faktor Emosi Positif (*Positive Emotion*) memiliki peran dalam situasi yang menekan seseorang. Emosi yang positif memiliki peran agar individu senantiasa dapat menurunkan ego, mengatasi stres saat menghadapi suatu masalah.

Menurut Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso, 2005), religiusitas adalah tingkat pengetahuan, keyakinan, pelaksanaan dalam ibadah, serta penghayatan individu terhadap agama yang dianutnya. Religiusitas merupakan hubungan antara makhluk dengan Sang Pencipta yang terwujudkan dalam ibadah dan amalan yang dilakukan dalam sehari-hari. Dapat diartikan juga bahwa religiusitas sebagai keyakinan atas adanya Tuhan Yang Maha Esa sebagai pengatur suatu hubungan manusia dengan sesamanya, manusia dengan alam sekitar, sesuai dengan tata keimanan dan tata peribadatannya (Prapanca, 2017). Agama tersebut bersifat mengikat sehingga individu harus tunduk dan

patuh. Ikatan tersebut merupakan kekuatan ghaib yang tentunya lebih tinggi daripada kekuatan manusia itu sendiri. Menurut Ancok dan Suroso (2005) religiusitas dimanifestasikan dari berbagai sudut kehidupan manusia. Aktivitas agama yang dimaksudkan juga didorong oleh kekuatan supranatural, bukan hanya ketika individu melakukan suatu ibadah, bukan hanya aktivitas yang tampak mata namun juga apa yang di dalam hati.

Menurut Glock dan Stark (dalam Subandi, 2013), aspek-aspek religiusitas ada 5 yaitu: (1) Aspek keyakinan, merupakan tingkat keyakinan seseorang dengan melihat sejauh mana ia dapat menerima hal-hal yang dogmatik/mendasar dalam agamanya. Contohnya yaitu dalam Islam, 5 rukun iman yaitu keyakinan seseorang kepada Allah, malaikat, nabi dan rasul, kitab Allah, hari akhir, dan qadha' serta qadar Allah; (2) Aspek praktik agama/ibadah, merupakan tingkat seseorang dalam menjalankan kewajibannya dalam ritual agamanya. Seseorang dalam melakukan ibadah harus didasari keyakinan atas agamanya tersebut. Contohnya yaitu apakah seseorang yang bergama Islam melakukan menutup aurat, sholat, puasa, membaca Al Qur'an, haji, dan ibadah lainnya; (3) Aspek pengalaman/penghayatan, merupakan tingkat dimana seseorang merasakan, mempersepsikan, merasakan sensasi dalam pengalaman keagamaan yang ia rasakan. Seseorang yang menghayati tuntunan agamanya maka ia akan lebih tenang, merasa memiliki dan membutuhkan serta bukan lagi sekedar kewajiban. Contohnya yaitu merasakan *khusyu'* dalam sholat, berdoa ketika suka maupun duka; (4) Aspek pengetahuan agama, merupakan tingkat yang menunjukkan sejauh mana seseorang belajar mengetahui dan memahami ajaran agamanya, serta seberapa banyak kegiatan yang ia lakukan untuk memperdalam pengetahuan agamanya. Contohnya yaitu pengetahuan cara membaca Al Qur'an, mempelajari dasar-dasar iman, dan lain sebagainya; (5) Aspek konsekuensi, merupakan tingkat sejauh mana seseorang mengamalkan ajaran agamanya yang terwujud dalam perilakunya dalam kehidupan sehari-hari sebagai akibat dari ajaran agamanya. Contohnya yaitu akhlak yang terpuji, menaati ajaran agama Islam, dan lain sebagainya.

Menurut Ancok dan Suroso (2005) dalam religiusitas, seseorang dipengaruhi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor Internal yaitu (a) Hereditas. Keagamaan secara langsung bukan berasal dari bawaan, namun terdapat unsur pembentuk lainnya, (b) Tingkat Usia. Berkembangnya agama seseorang ditentukan tingkat usia mereka, karena perkembangan juga dipengaruhi oleh perkembangan berpikir seseorang. Misalnya anak yang sudah dapat berpikir kritis maka lebih kritis dan rinci pula dalam belajar agama, (c) Kepribadian. Kepribadian menurut pendapat ahli psikologi terbentuk oleh dua unsur yaitu hereditas dan lingkungan. Dari kedua unsur tersebut para psikolog lebih berpendapat bahwa manusia satu dengan lainnya memiliki kepribadian yang khas dan berbeda. Karakter dalam kepribadian dibentuk oleh pengalaman dan lingkungan. Adanya perbedaan kepribadian juga mempengaruhi tingkat religiusitas seseorang, (d) Kondisi Kejiwaan. Kondisi kejiwaan seseorang menentukan bagaimana seseorang dalam memahami sesuatu. Menurut Sigmund Freud, seseorang yang memiliki gangguan kejiwaan disebabkan oleh konflik batin yang menekan alam tidak sadar manusia, sehingga muncul gejala kejiwaan yang tidak normal.

Faktor Eksternal yaitu (a) Lingkungan Keluarga. Keluarga adalah struktur sosial terkecil dalam struktur kehidupan manusia. Pola asuh orang tua yang mendidik dengan dasar agama atau tanpa dasar agama akan menghasilkan religiusitas seseorang berbeda. Jika orang tua yang menunjukkan perilaku yang baik maka anak cenderung juga akan berperilaku baik dan begitu juga sebaliknya, (b) Lingkungan Institusi. Lingkungan institusi juga mempengaruhi perkembangan jiwa keagamaan, baik dalam institusi formal maupun non formal seperti organisasi, organisasi masyarakat tertentu dari kegiatan yang dilaksanakan serta nilai-nilai yang terpatri dalam lingkungan tersebut, (c) Lingkungan Masyarakat. Dalam lingkungan masyarakat memiliki norma atau sistem nilai yang sudah baku. Setiap tempat dapat memiliki nilai yang berbeda. Norma dan sistem nilai yang berlaku dalam masyarakat ini terkadang lebih mengikat dan sangat berpengaruh dalam perkembangan jiwa keagamaan seseorang baik dalam segi positif maupun negatif.

Selama *social distancing* yang harus dilakukan saat pandemi khususnya dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh dapat dimanfaatkan oleh individu untuk mengembangkan hubungan yang kuat dengan Tuhan melalui religiusitas pribadi (Koenig, 2020). Religiusitas dapat menjadi pedoman hidup seseorang agar tetap bertahan dalam pendidikannya meskipun mengalami masa sulit yang menekan. Untuk mengembangkan resiliensi akademik, religiusitas memiliki peranan penting karena sebagai faktor internal pembentuk resiliensi akademik (Wagnid & Young dalam Reich, Zautra, & Hall, 2010). Pargament dan Cummings (dalam Reich et al., 2010) mengatakan bahwa faktor yang signifikan mempengaruhi resiliensi yaitu religiusitas. Religiusitas membuat seseorang untuk belajar ikhlas, sabar, dan berpikir positif sehingga dapat membantu keluar dari stres, depresi, maupun pengalaman buruk lainnya termasuk dalam tuntutan akademik (Ruswahyuni & Afiatin dalam Lucia & Kurniawan, 2017).

Dalam aspek keyakinan, individu yang memiliki keyakinan yang kuat terhadap Tuhannya yaitu Allah *Subhana wa ta'ala*, ia meyakini bahwa Allah akan selalu menolong dan memberikan petunjuk untuknya. Ia meyakini bahwa dalam kesulitan apapun, ia memiliki kemudahan untuk mencari jalan keluar dari permasalahannya sehingga individu akan bersikap sabar dan pasrah serta akan membentuk resiliensi (Aisha, 2014). Demikian, dalam aspek pengetahuan bahwa individu yang memiliki pengetahuan agama yang baik mampu mengarahkan tindakan positif atau negatif. Individu yang menjalankan praktik ibadahnya dengan baik maka ia mampu mengontrol emosinya sehingga ia menjadi tenang ketika menghadapi suatu permasalahan (Aisha, 2014). Praktik agama juga dapat mengurangi kecemasan, meningkatkan harapan, serta membuat individu merasa bermakna (Reis & Menezes, 2017).

Dari aspek penghayatan, seseorang yang menghayati ajaran agamanya ia menjadi lebih tenang, mampu meningkatkan kompetensi dalam diri seperti rasa optimis, mampu beradaptasi, cara mengambil keputusan sehingga sikap yang ditunjukkan dalam menghadapi masalah bukanlah sikap yang putus asa bahkan merugikan diri sendiri (Aisha, 2014). Konsekuensi merupakan penerimaan individu terhadap peraturan agamanya. Konsekuensi sebagai seorang Muslim

salah satunya adalah sholat. Dengan konsisten menjalankan sholat ini menunjukkan kepatuhan atas perintah Allah, namun di sisi lain sholat sebagai terapi spiritual yang melatih fokus dan ketenangan (Oktavia & Muhopilah, 2021). Religiusitas membuat individu lebih mudah memahami suatu peraturan (Freire de Medeiros et al., 2017). Dengan demikian, membuat individu mampu mengendalikan diri dengan baik (Oktavia & Muhopilah, 2021). Dari penjabaran di atas menunjukkan bahwa seseorang yang mempunyai religiusitas tinggi maka ia juga akan mempunyai resiliensi akademik yang baik dalam menghadapi permasalahan selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi.

Variabel religiusitas dengan resiliensi akademik memiliki hubungan signifikan dibuktikan penelitian oleh Aisha (2014). Penelitian oleh Sakdiyah dan Kusumaputri (2020) pada guru SLB di Sleman, Yogyakarta bahwa religiusitas memiliki hubungan positif 40,1% terhadap resiliensi. Penelitian dari Nihayati, Maulida, dan Wahyuni (2020), religiusitas memiliki hubungan yang kuat dengan resiliensi sebesar 89,3%. Berdasarkan penelitian yang serupa oleh Prapanca (2017) dengan hasil bahwa ada pengaruh religiusitas terhadap resiliensi sebesar 15,6%. Penelitian lainnya oleh Hasanah (2018), Lucia dan Kurniawan (2017) serta Fradelos et al., (2018) menunjukkan secara signifikan hubungan positif antara religiusitas dengan resiliensi.

Penelitian terkait religiusitas dan resiliensi akademik mahasiswa di Indonesia belum banyak dilakukan. Penelitian sebelumnya lebih banyak ditemukan penelitian yang berkaitan pada hubungan religiusitas dengan resiliensi secara umum, tidak khusus dalam akademik. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu belum menemukan penelitian yang spesifik hubungan religusitas dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Muslim selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi. Penelitian yang ada di Indonesia pada masa pandemi ini lebih fokus pada resiliensi mahasiswa di masa pandemi yang menggunakan metode kualitatif. Rumusan masalah yang diajukan adalah apakah ada hubungan antara religiusitas dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Muslim selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara religiusitas dengan resiliensi akademik mahasiswa Muslim selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada hubungan positif antara religiusitas dengan resiliensi akademik mahasiswa Muslim selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi.

Dari segi manfaat secara teoritis yang didapatkan dari penelitian ini yaitu dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu psikologi mengenai hubungan religiusitas dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Muslim selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi. Adapun manfaat praktis yang didapatkan yaitu (1) Bagi mahasiswa Muslim secara khusus dan mahasiswa umum agar dapat bertahan selama pembelajaran jarak jauh dengan meningkatkan religiusitas dalam diri; (2) Bagi peneliti agar dapat menambah pengetahuan dalam penelitian serta dapat mengembangkan penelitian lainnya dengan menggali lebih dalam faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi akademik.