

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia yang hidup di dunia ini tidak pernah lepas dari permasalahan. Berbagai permasalahan datang silih berganti mulai dari yang ringan sampai yang berat. Pada awalnya manusia bertahan dan menyelesaikan masalahnya dengan mengandalkan kemampuannya sendiri. Jika ia tidak mampu menyelesaikan masalahnya sendirian, ia akan meminta bantuan orang lain yang lebih mampu. Jika orang lain tersebut juga tidak berhasil membantu, siapa lagi yang akan dimintai bantuan kecuali yang lebih mampu. Ketika manusia merasa tidak berdaya, ia akan kembali kepada agama dan Tuhannya (Kenneth I. Pargament, 1997 : 341).

Peristiwa penting dalam kehidupan selalu menyentuh seseorang baik itu secara spritual, emosi, sosial, dan fisik. Masa krisis dalam kehidupan dapat dilihat dari lensa spritual sebagai ancaman, tantangan, kerugian, atau bahkan peluang untuk pertumbuhan individu dalam mempertahankan keyakinannya. (Kenneth I. Pargement, dkk, 1997 : 479).

Koeing (1998) menyatakan bahwa coping religius merupakan sejauhmana individu menggunakan keyakinan dan praktek ritual religiusnya untuk memfasilitasi proses pemecahan masalah dalam mencegah atau meringankan dampak psikologis negatif dari situasi yang penuh stres dan hal ini membantu individu untuk beradaptasi dalam situasi kehidupan yang

menekan. Koping religius ini melibatkan penggunaan strategi kognitif atau perilaku yang didasarkan pada keyakinan agama atau praktik untuk membantu mengelola stres emosional atau ketidaknyamanan fisik individu (dalam Aflakseir, A & Peter G. Coleman, 2011 : 45).

Ada penjelasan secara empiris bahwa metode dengan pendekatan agama / spiritual dapat mempengaruhi penyesuaian secara psikologis, sosial, dan fisik seseorang sehingga mengurangi rasa stres dalam keadaan krisis. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Kasberger's (2002) menunjukkan bahwa koping religius menurunkan jumlah respons stres individu. Kemudian penelitian Juniarly. A (2011) juga menunjukkan adanya korelasi antara koping religius dan stres, semakin tinggi peran koping religius dan kesejahteraan subjektif, maka semakin rendah stres pada bintang polisi. Setiap peran yang digeluti individu tidak lepas dari berbagai macam masalah, sehingga hal ini memicu munculnya ketidaknyamanan baik secara fisik, psikologis, dan sosial.

Setiap orang pasti memiliki *multiple roles* atau peran lebih dari satu dalam kehidupannya. Begitu juga halnya pada wanita. Seperti kaum wanita yang memiliki peran ganda yaitu memiliki dua peran atau lebih dan pada saat bersamaan yang menuntut untuk dipenuhi (Irawaty dan Kusumaputri, 2008). Peran ganda mahasiswa dalam perkuliahan dan keluarga yang melibatkan peran mahasiswa sebagai orang tua, pasangan suami istri dan saudara yang melibatkan aktivitas serta kewajiban lainnya dapat menjadi hal yang menyulitkan (Voyadanoff, 1978: 78).

Mahasiswa di Perguruan Tinggi akan dihadapkan pada berbagai tuntutan belajar. Tuntutan belajar antara lain adalah tuntutan untuk mengerjakan tugas, mengikuti perkuliahan, mengikuti kegiatan di kampus dan tuntutan dalam mempelajari materi-materi perkuliahan. Tuntutan belajar sebagai mahasiswa akan menjadi tekanan bagi mahasiswa itu sendiri. begitu juga sebaliknya tuntutan sebagai ibu rumah tangga baik sebagai istri maupun seorang ibu memiliki berbagai macam tuntutan yang juga menjadi tekanan bagi dirinya sendiri. kebanyakan wanita yang menikah pada masa dewasa awal. Fase ini merupakan masa peralihan dan menunjukkan perubahan hidup dari masa sebelumnya dalam usia perkembangan. Fase usia dewasa merupakan fase kehidupan terpanjang dalam rentang kehidupan seseorang yang terdiri dari tiga periode, yaitu periode fase dewasa awal (18-40 tahun), fase dewasa madya (40-60 tahun), dan fase dewasa usia lanjut (60 tahun-kematian) (Hurlock, 1980: 246).

Subjek penelitian dalam penelitian ini termasuk dalam golongan dewasa awal. Adapun ciri-ciri umum perkembangan masa dewasa awal yaitu masa ketegangan emosional, masa dimana mengalami ketegangan emosional karena berhadapan dengan wilayah baru, harapan baru, dan kondisi serta permasalahan baru. Kemudian ada masa bermasalah, masa dimana muncul masalah yang belum pernah dialami sebelumnya, diantaranya adalah pernikahan (Hurlock, 1991: 247-250).

Pernikahan tidak dapat terlepas dari konflik (Soedarjoen, 2005). Misalnya konflik yang terjadi ketika perbedaan kepribadian dari dua belah

pihak pasangan ketika menghadapi suatu situasional tertentu dalam pernikahan. Seperti dinyatakan subjek DR melalui hasil wawancara yang menyatakan subjek merasa sangat stres karena perbedaan prinsip antara keduanya. Selain itu pernyataan dari subjek AN yang memiliki hubungan jarak jauh dengan suami sering menimbulkan konflik karena komunikasi misalnya, sehingga hal ini membuat AN merasakan ketegangan-ketegangan emosional dalam dirinya dan mengganggu AN dalam menyelesaikan tugas-tugas yang lainnya.

Dalam buku *Marriage*, disebutkan bahwa melakukan pernikahan di saat kuliah akan memiliki permasalahan yang berbeda dengan masalah pernikahan pada umumnya, seperti masalah pembagian waktu mahasiswi untuk membagi tugas dan tanggung jawab. Jadwal perkuliahan yang padat akan membatasi waktu yang dibutuhkan pasangan yang menikah dan dapat menjadi suatu ancaman terutama terhadap rencana pendidikan, terutama bagi perempuan (Blood, 1978: 164-167).

Akibat dari *multiple roles* atau peran ganda tersebut dapat mengakibatkan *role overload* sehingga seseorang kesulitan memilih prioritas perannya dan menimbulkan kesulitan untuk memenuhi harapan masing-masing peran tersebut (Duxbury & Hinggens, 1991: 64).

Setiap orang tidak terkecuali dalam aktifitasnya sehari-hari tidak akan terlepas dari stres. Stres merupakan salah satu masalah krusial yang sering melanda mahasiswa, terlebih mahasiswa yang menjadi ibu rumah tangga. Maramis menyatakan bahwa stres adalah segala masalah atau tuntutan

menyesuaikan diri, yang karena tuntutan itulah individu merasa terganggu keseimbangan hidupnya. (W.F.Maramis, 1994: 134).

Stresor adalah faktor-faktor dalam kehidupan manusia yang mengakibatkan terjadinya respon stres. Stresor dapat berasal dari berbagai sumber, baik dari kondisi fisik, psikologis, maupun sosial, dan juga muncul pada situasi kerja, di rumah, dalam kehidupan sosial, dan lingkungan luar lainnya (Theresia I. W, 2008: 10).

Agama dapat menjadi suatu sumber dukungan emosional, sebagai roda dari *positive reinterpretation and growth* atau sebagai taktik dalam menghadapi sumber stress (Carver & Schier, 1989). Dengan kata lain, pada saat individu terkena stres, ia dapat berpaling pada agama, karena agama berfungsi sebagai sumber dukungan emosi, sebagai siasat koping yang aktif sifatnya.

Keyakinan sangat berpengaruh sebagai motivasi dalam mendorong individu untuk melakukan aktivitas, karena perbuatan yang dilakukan dengan latar belakang keyakinan dinilai mempunyai unsur kesucian serta ketaatan. Keterkaitan ini akan memberi pengaruh diri seseorang untuk berbuat sesuatu. Sebaliknya agama juga sebagai pemberi harapan bagi pelakunya. Seseorang yang melaksanakan perintah agama umumnya karena adanya suatu harapan terhadap kasih sayang Tuhan kepadanya.

Belavich (Graham, 2001) mengatakan bahwa religi memainkan peran yang penting dalam mengatasi stress. Koping religius diyakini dapat membuat seseorang merasakan ketenangan dalam menghadapi berbagai

permasalahan. Individu dengan koping religius yang tinggi serta dengan kadar keimanan seseorang menentukan kadar kecemasannya, semakin tinggi imannya, semakin rendah kecemasannya (dalam Pargament I.K, 1997: 150). Spilka, Shaver, dan Kirkpatrick mencatat tiga peran religi dalam *coping process* yaitu menawarkan makna kehidupan, memberikan *sense of control* terbesar dalam mengatasi situasi (dalam Neneng, T.S, artikel: 13).

Beberapa peneliti juga menjelaskan koping religius secara eksklusif adalah sebagai bentuk dari *emotion-focused coping*. Individu lebih menyukai kembali kepada Tuhan untuk memohon pertolongan pada saat *stressful*. Diyakini oleh kebanyakan individu, melibatkan diri dalam kegiatan religius dapat menenangkan perasaan yang cemas dan distress pada individu yang mengalami *stressful* (Pargament, I.K, 1997: 162). Dalam Al-Quran disebutkan pula bahwa dengan mengingat Allah, jiwa manusia akan menjadi tenang. Hal ini terdapat dalam firman Allah SWT dalam surat Ar-Ra'd ayat 28 sebagai berikut:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

“(yaitu) orang-orang) yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram”.

Berdasarkan permasalahan dan berbagai fenomena yang dikemukakan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam bagaimana peranan koping religius terhadap konflik peran ganda mahasiswa yang telah menikah dan dinamika koping religius pada mahasiswa tersebut. Selain itu peneliti juga tertarik dengan hal ini karena di fakultas psikologi UIN Malang

sendiri belum ada yang meneliti terkait koping religius. Sehingga ini dapat menjadi pengetahuan baru bagi mahasiswa psikologi umumnya dan peneliti khususnya.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar konteks penelitian dan hasil wawancara yang sudah dipaparkan di atas, maka fokus utama penelitian ini adalah peranan koping religius terhadap konflik peran ganda mahasiswa sebagai ibu rumah tangga atau istri. Sedangkan sub fokus dalam penelitian ini adalah :

1. Jenis koping religius mahasiswa terhadap konflik peran ganda sebagai ibu rumah tangga atau istri.
2. Dinamika koping religius pada mahasiswa terhadap konflik peran ganda sebagai ibu rumah tangga atau istri.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimanakah jenis koping religius terhadap konflik peran ganda mahasiswa sebagai ibu rumah tangga atau istri ?
2. Bagaimanakah dinamika koping religius mahasiswa terhadap konflik peran ganda sebagai ibu rumah tangga atau istri ?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui jenis koping religius terhadap konflik peran ganda mahasiswa sebagai ibu rumah tangga atau istri.
2. Mengetahui dinamika koping religius mahasiswa terhadap konflik peran ganda sebagai ibu rumah tangga atau istri.

E. Manfaat Penelitian

1. Dari segi teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi keilmuan psikologi terutama kajian tentang psikologi positif yang saat ini mulai banyak dikaji secara mendalam, khususnya terkait dengan koping religius. Selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan sumbangan pada kajian psikologi klinis, industri, sosial dan lain-lain terutama mengenai mahasiswa yang berperan ganda khususnya mahasiswa yang menjadi ibu rumah tangga atau istri.
2. Dari segi praktis, diharapkan penelitian ini dapat memberikan gambaran bagaimana kondisi psikologis mahasiswa dan strategi koping religius menghadapi konflik peran ganda serta dinamika koping religius mahasiswa menghadapi konflik peran ganda tersebut. Sehingga penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan solusi pada instansi atau pihak-pihak tertentu yang melihat fenomena konflik peran ganda mahasiswa umumnya.