

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT RELIGIUSITAS
DENGAN STRATEGI *COPING* PADA SANTRI
PONDOK PESANTREN NURUL HUDA
MERGOSONO MALANG**

SKRIPSI

Oleh :
KHULAIMATA ZALFA
NIM : 05410079



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2009**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT RELIGIUSITAS
DENGAN STRATEGI *COPING* PADA SANTRI
PONDOK PESANTREN NURUL HUDA
MERGOSONO MALANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN MMI Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh :

KHULAIMATA ZALFA

NIM : 05410079

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2009

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT RELIGIUSITAS
DENGAN STRATEGI *COPING* PADA SANTRI
PONDOK PESANTREN NURUL HUDA
MERGOSONO MALANG**

SKRIPSI

Oleh :

KHULAIMATA ZALFA

NIM : 05410079

Tanggal 17 Juni 2009

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing

Iin Tri Rahayu, M. Si

NIP. 150 295 154

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

NIP. 150 206 243

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT RELIGIUSITAS
DENGAN STRATEGI *COPING* PADA SANTRI
PONDOK PESANTREN NURUL HUDA
MERGOSONO MALANG**

SKRIPSI

Oleh :

KHULAIMATA ZALFA

NIM : 05410079

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji

Dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Tanggal, 4 Juli 2009

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

- | | | | |
|----|---|-----------------|----------|
| 1. | <u>A. Khudori Sholeh, M. Ag</u>
NIP. 150 299 504 | (Penguji Utama) | 1. _____ |
| 2. | <u>Rifa Hidayah, M. Si</u>
NIP. 150 321 637 | (Ketua) | 2. _____ |
| 3. | <u>Iin Tri Rahayu, M. Si</u>
NIP. 150 295 154 | (Sekretaris) | 3. _____ |

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi

Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I
NIP. 150 206 243

LEMBAR PERSEMBAHAN

Karya ini kupersembahkan untuk :

- ☆ Penguasa semesta pencipta segala maha karya sarat makna, Allah SWT, tiada pernah cukup syukurku kuhaturkan tuk hadirMu
- ☆ KekasihNya, kekasihku serta kekasih semua makhluk yang mengasihinya, Muhammad SAW, semoga syafaatnya teranugerahkan tuk setiap insan yang mengasihinya
- ☆ Ibu 'n Bapak yang tak henti mendoakan anak-anaknya dengan penuh cinta.
- ☆ Mas-mas 'n mbak-mbak tersayang yang selalu mendukungku, serta my cutest little sister
- ☆ Mbak-mbak (mbak wasie', mbak ita, duroh) 'n mas pengurus PP NUHA, maaf merepotkan 'n makasih banyak.semua bantuannya.
- ☆ Temen-temen pondok, fahim (makasih laptopnya), temen-temen kamar dhe (tante, budhe, mama, R-nie, reema, semmy, uyoen,'n azza torejing,) yang rame 'n hangat selalu, tetangga-tetangga yang baik hati, para penunggu perpustakaan yang selalu 'semangat... !' serta semua penduduk AHAF, I'll miss U all
- ☆ Temen-temen asisten lab psi (mbak eka, mbak anna, hafid, ila, elok, jihad, ivanna, ana, elly, tizar, 'n filla) kompak selalu euuyy..
- ☆ Semua temen di kampus hijau, especially psikologi '05 yang tidak bisa disebutkan satu persatu, get spirit !!!

KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah kita haturkan kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan judul: **“Hubungan Antara Tingkat Religiusitas dengan Strategi Coping Pada Santri Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang”**.

Sholawat serta salam kita haturkan kepada Nabi Muhammad SAW. Yang telah dengan penuh kasih sayang menuntun kita para pengikutnya.

Selama proses penyusunan skripsi ini, banyak pihak yang dengan tulus ikhlas telah membantu dan memberikan motivasi kepada penulis demi terselesaikannya penulisan skripsi ini. Ungkapan terima kasih yang mendalam penulis haturkan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Imam Suprayogo, selaku Rektor UIN Maliki Malang.
2. Bapak Dr. H. Mulyadi M.Pdi, selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maliki I Malang.
3. Ibu Iin Tri Rahayu, M. Si, selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan masukan, serta bimbingan dalam proses penulisan skripsi ini.
4. Bapak/ibu Dosen UIN Maliki Malang yang telah memberikan ilmunya dengan tulus dan ikhlas.
5. Drs. KH. Masduqi Mahfudz, selaku pengasuh Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang, atas izin dan kesempatan yang telah diberikan kepada penulis.
6. Teman-teman dan seluruh pihak yang ikut andil dalam proses penyusunan skripsi ini.

Semoga amal baik anda semua tercatat sebagai amal ibadah dan mendapatkan imbalan serta ganjaran dari Allah SWT. Amin

Penulis mengakui bahwa tidak ada segala sesuatu pun yang sempurna kecuali Allah SWT. Oleh karena itu, dengan senang hati penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Amin

Malang, 16 Juni 2009

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK.....	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat penelitian	12

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Religiusitas	
1. Definisi religiusitas	13
2. Dimensi religiusitas	13
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi religiusitas	20
B. Strategi <i>Coping</i>	
1. Definisi strategi <i>coping</i>	21
2. Bentuk-bentuk coping	22
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi strategi <i>coping</i>	26
4. Tugas-tugas <i>Coping</i>	27
5. Strategi <i>Coping</i> dalam Perspektif Islam	28
C. Hubungan antara Religiusitas dengan <i>Coping</i>	31
D. Hipotesis	38

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	39
B. Identifikasi Variabel Penelitian	39
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
D. Populasi dan Sampel	41
E. Metode Pengumpulan Data	41
F. Instrumen Penelitian	41
G. Validitas dan Reliabilitas	45

H. Analisis Data	47
------------------------	----

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Profil Pondok Pesantren Nurul Huda	
1. Sejarah singkat pondok pesantren	50
2. Lokasi pondok pesantren	51
3. Visi, misi dan tujuan pondok pesantren	51
4. Kegiatan pondok pesantren	52
B. Hasil Penelitian	
1. Analisis pengujian tingkat religiusitas	57
2. Analisis pengujian strategi coping	58
3. Analisis pengujian hipotesis	61
C. Pembahasan	
1. Deskripsi tingkat religiusitas santri	63
2. Deskripsi strategi coping santri	65
3. Deskripsi hubungan antara tingkat religiusitas dengan strategi <i>coping</i>	67

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	74
B. Saran	74

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 : skor untuk jawaban pertanyaan	42
Tabel 2 : <i>Blue print</i> religiusitas	43
Tabel 3 : <i>Blue print</i> strategi <i>coping</i>	44
Tabel 4 : Hasil uji validitas skala religiusitas	46
Tabel 5 : Hasil uji validitas skala <i>coping</i>	46
Tabel 6 : Koefisien reliabilitas skala religiusitas dan <i>coping</i>	47
Tabel 7 : Kriteria tingkat religiusitas	57
Tabel 8 : Deskriptif statistik religiusitas santri	57
Tabel 9 : Kategori tingkat religiusitas santri	58
Tabel 10 : Jumlah dan prosentase tingkat religiusitas	58
Tabel 11 : Kriteria strategi <i>coping</i>	59
Tabel 12 : Deskriptif statistik strategi <i>coping</i>	59
Tabel 13 : Jumlah dan prosentase strategi <i>coping</i>	59
Tabel 14 : Skor dan kategori tingkat religiusitas dan strategi <i>coping</i>	60
Tabel 15 : Hubungan antara tingkat religiusitas dengan <i>problem-focused coping</i>	62
Tabel 16 : Hubungan antara tingkat religiusitas dengan <i>emotion-focused coping</i>	63

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Skala Religiusitas
- Lampiran 2 : Skala strategi *coping*
- Lampiran 3 : Skor sebaran aitem religiusitas santri
- Lampiran 4 : Skor sebaran aitem strategi coping santri
- Lampiran 5 : Uji validitas dan reliabilitas skala religiusitas
- Lampiran 6 : Uji validitas dan reliabilitas skala strategi *coping*
- Lampiran 7 : Uji korelasi antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping*
- Lampiran 8 : Uji korelasi antara tingkat religiusitas dengan *emotion-focused coping*
- Lampiran 9 : Surat izin penelitian skripsi
- Lampiran 10 : Surat keterangan penelitian skripsi
- Lampiran 10 : Jadwal kegiatan santri Pondok Pesantren Nurul Huda
- Lampiran 11 : Struktur kepengurusan Pondok Pesantren Nurul Huda Putra
- Lampiran 12 : Struktur kepengurusan Pondok Pesantren Nurul Huda Putri
- Lampiran 13 : Tata Tertib Pondok Pesantren Nurul Huda
- Lampiran 14 : Bukti Konsultasi

ABSTRAK

Zalfa, Khulaimata. 2009. Skripsi. Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Strategi *Coping* pada Santri Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Iin Tri Rahayu, M. Si

Kata Kunci : Religiusitas, Strategi *Coping*

Pesantren merupakan lembaga yang sarat dengan kegiatan-kegiatan yang mendukung religiusitas santri yang tinggal di dalamnya. Sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi strategi *coping* seseorang, religiusitas membuat seseorang cenderung menggunakan *problem-focused coping* dalam mengatasi tekanan permasalahan yang dihadapinya. Sebagai salah satu pesantren yang cukup padat dengan kegiatan-kegiatan keagamaannya, Pondok Pesantren Nurul Huda yang kebanyakan santrinya berstatus pelajar dan mahasiswa, para santrinya pun memiliki variasi kecenderungan strategi *coping*. Oleh karenanya, dilakukan penelitian dengan tiga rumusan masalah, yaitu bagaimanakah tingkat religiusitas santri pondok pesantren Nurul Huda; bagaimanakah strategi *coping* santri Pondok Pesantren Nurul Huda serta adakah hubungan antara tingkat religiusitas dengan strategi *coping*. Sehubungan dengan rumusan masalah tersebut, maka penelitian ini memiliki tiga tujuan pula, yakni untuk mengetahui tingkat religiusitas santri, strategi *coping* yang dipilih oleh santri dan hubungan antara tingkat religiusitas dengan strategi *coping* pada santri Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan religiusitas sebagai variabel bebas dan strategi *coping* sebagai variabel terikatnya. Kemudian teknik korelasi *product moment* digunakan untuk menguji hubungan antara tingkat religiusitas dengan strategi *coping*. Sebelumnya untuk mengkategorikan tingkat religiusitas digunakan *mean* dan standar deviasi, sedangkan kategorisasi strategi *coping* dilakukan dengan melihat skor *z*-nya. Subyek penelitian adalah santri pondok pesantren Nurul Huda dengan sampel penelitian sejumlah 50% yang didapatkan dari teknik random dengan mengacak nama santri. Jumlah populasi santri sebanyak 154 santri sehingga sampel didapatkan sejumlah 77 santri.

Hasil penelitian menunjukkan sejumlah 15.58% santri tergolong memiliki tingkat religiusitas yang tinggi, 71.43% sedang dan 12.99% rendah. Di sisi lain 46.75% termasuk kategori *problem-focused coping* dan 53.25% termasuk *emotion-focused coping*. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping*, sedangkan antara religiusitas dengan *emotion-focused coping* tidak terdapat adanya hubungan yang signifikan.

ABSTRACT

Zalfa, Khulaimata. 2009. Thesis. Correlation between religiosity level and coping strategy of the student of Islamic boarding school of Nurul Huda Mergosono Malang. Psychology Faculty of State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim of Malang.

Advisor : Iin Tri Rahayu, S. Psi, M. Si

Keyword : religiosity, coping strategy

Islamic boarding school is fulfill by the activities which are support the religiosity of the student lived there. As one of the factor of coping resources, religiosity makes someone tendency goes to problem-focused coping. Nurul Huda is one of the Islamic boarding house that full of religious activities, most of the student are student in a high school or college those have different ways in their coping. Therefore there are three problems here, how is the religiosity level of Nurul Huda's student, how is the strategy coping of the Nurul Huda's student, and is there any correlation between religiosity level and coping strategy of the student of Nurul Huda Islamic Boarding School. So this research's purpose is to know the religiosity level of the student, the coping strategy which is chosen by the student and the correlation between the religiosity level and coping strategy of the student of Nurul Huda Islamic Boarding school.

This research is a correlational kuantitative research which religiusity as the independent variable and coping strategy as the dependent variable. than a product moment correlation technique is used to find the correlation between religiosity level and coping strategy. The religiosity is categorized by it's mean and standard of deviation and then the coping strategy categorized by it's z score. The subject of this research is the student of Islamic boarding school of Nurul Huda. The sample is taken from 50% of the population with random technique by mess up the names of the students. the population is 154 students, so the sample is 77 student.

The result of the research shows 15.58% student are at high level religiosity, 71.43% at medium level and 12.99% at low level. And those are problem-focused coping belongs to 46.75%, and 53.25% are emotion-focused coping. The analyze shows there is significant correation between religiosity level and problem-focused coping but there is no significant correlation between religiosity level and emotion-focused coping.

BAB I

PENDAHULUAN

E. Latar Belakang Permasalahan

Stress dapat ditimbulkan oleh berbagai hal di sekitar individu, atau bahkan hal-hal dalam dirinya. Menurut Lazarus dan Cohen (dalam Frisancho, 1997:3), beberapa hal yang dapat menjadi penyebab stress diantaranya terbagi dalam tiga tipe *stressor*, yakni peristiwa luar biasa yang membawa perubahan besar (seperti perang dan bencana alam); *stressor* personal (seperti kematian seseorang, perceraian, kehilangan pekerjaan), dan kejadian sehari-hari (*stressor* yang sering muncul dalam kehidupan seseorang seperti lingkungan pekerjaan).

Pada dasarnya, setiap orang tidak pernah berlama-lama berada dalam keadaan tertekan, baik itu tekanan yang muncul dalam maupun dari luar diri. Melalui proses *appraisal* (penilaian), ketika diri dihadapkan pada *stressor*, maka sistem kognitif diri segera bereaksi terhadap *stressor* tersebut dengan memunculkan perilaku yang akan membantunya mengatasi atau mengurangi ketegangan yang dialaminya. Perilaku pengatasan inilah yang dinamakan dengan strategi *coping*. Strategi *coping* merupakan cara seseorang untuk mengatasi stress. Beberapa orang segera menyusun rencana untuk memecahkan masalah, menghadapi permasalahan yang sedang dihadapinya hingga permasalahan tersebut dapat terselesaikan. Sedangkan beberapa yang lainnya berpura-pura baik-baik saja dan bersikap seolah tidak ada

permasalahan yang sedang terjadi, berharap masalah tersebut akan selesai dengan sendirinya. Dua perilaku berbeda ini sesungguhnya sama-sama merupakan strategi dalam mengatasi stress.

Perilaku yang berbeda-beda dalam mengatasi stress mencerminkan bahwa strategi *coping* masing-masing individu belum tentu sama. Dalam hal ini, menurut Lazarus dan Folkman (dalam Nevid:2003:144), terdapat dua strategi *coping* stress, yaitu *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*). Perbedaan strategi inilah yang mengelompokkan perilaku-perilaku orang-orang dalam mengatasi stress-nya. Orang yang tidak lari dari permasalahan dan menghadapinya termasuk orang yang menggunakan *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*), sedangkan orang yang menghindari dan mengingkari permasalahan yang sedang dihadapinya termasuk orang yang menggunakan *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*). Beberapa literatur menyebutkan pembagian strategi *coping* dengan istilah yang berbeda. *Problem-focused coping* dalam istilah lain disebut juga *active-coping*, sedangkan *emotion-focused coping* disebut juga *avoidance coping*.

Dalam pembahasan strategi *coping*, Pergament (1997:101) mengungkapkan beberapa hal yang menjadi sumber *coping*. Dalam hal ini, sumber *coping* meliputi hal-hal yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan seseorang atas strategi *coping* tertentu. Hal-hal tersebut antara lain materi (seperti makanan, uang); fisik (seperti vitalitas dan kesehatan); psikologis

(seperti kemampuan *problem solving*); sosial (seperti kemampuan interpersonal, dukungan sistem sosial); dan spiritual (seperti perasaan kedekatan dengan Tuhan).

Pada faktor materi, bahwa kondisi material seseorang turut mempengaruhinya dalam menghadapi tekanan permasalahan yang dihadapi sehingga cenderung memilih strategi *coping* tertentu. Sebuah penelitian oleh Christensen, dkk (2006:2) mengenai *coping* pada pengangguran memberikan data hasil penelitian bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan yang rendah dengan rendahnya penggunaan *problem-solving coping*. Dalam hal ini, penelitian dilakukan pada para pengangguran, yakni orang-orang yang kondisi materialnya tidak menentu karena mereka tidak memiliki pekerjaan, sehingga kemudian penelitian tersebut menemukan bahwa para pengangguran memiliki kecenderungan yang rendah dalam *problem-solving coping*nya.

Kemudian pengaruh faktor fisik, kondisi kesehatan misalnya, diantaranya diungkap oleh penelitian Coelho, dkk (2003:312) meneliti tentang “*Coping Styles And Quality Of Life In Patients With Non-Insulin-Dependent Diabetes Mellitus*”. Salah satu dari temuan penelitiannya adalah bahwa dalam proporsi pasien diabetes lebih banyak yang menggunakan *avoidance coping style* daripada yang menggunakan *active confrontation coping styles*. Penelitian tersebut memberikan penguatan bahwa faktor fisik yang kurang mendukung pada kondisi seseorang (dalam hal ini pasien diabetes) membuatnya cenderung memilih *avoidance coping* (istilah lain dari *emotional-focused coping*).

Sedangkan dalam faktor psikologis, yang dimaksudkan disini adalah faktor-faktor psikologis yang dapat membantu seseorang dalam menghadapi masalah, misalnya kemampuan *problem solving*, efikasi diri dan kematangan emosi. Sebuah penelitian oleh Dubow dan Tisak (dalam Pergament, 1997:101) mengungkapkan bahwa anak-anak yang telah mengalami sejumlah peristiwa penting kehidupan dengan pengembangan kemampuan *problem solving* yang tinggi memiliki lebih sedikit masalah perilaku daripada anak lain yang memiliki kurang memiliki pengembangan kemampuan *problem solving*.

Selanjutnya, mengenai faktor spiritual, kedekatan seseorang terhadap Tuhannya dapat dilihat melalui religiusitas seseorang dalam berbagai dimensi kehidupan. Menurut Nashori dan Mucharam (2002:71), religiusitas adalah seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan ibadah dan akidah, dan seberapa dalam penghayatan atas agama yang dianutnya. Kemudian diungkap oleh Glock & Stark, bahwa dimensi-dimensi religiusitas dalam diri seseorang, yakni dimensi keyakinan, (*ideological*), praktik agama (*ritualistic*), pengalaman (*experiential*), pengetahuan agama (*intellectual*) dan konsekuensi (*consequential*).

Dimensi-dimensi religiusitas mencerminkan bahwa religiusitas seseorang termanifestasikan dalam setiap dimensi kehidupan yang dilewatinya setiap hari, termasuk ketika orang tersebut berada dalam situasi yang menekan atau berada dalam kondisi stress. Keyakinan akan kebenaran janji Allah bahwa Allah tidak akan memberi cobaan kepada hambaNya diluar batas kemampuannya akan memberinya rasa percaya diri akan kemampuannya

menghadapi masalah. Keyakinan tersebut akan dapat dimilikinya ketika dia memiliki pengetahuan akan janji Allah terhadap hambaNya, sehingga kemudian pada praktiknya, orang tersebut tidak akan lari dari masalah ataupun berpura-pura bahwa dia sedang tidak memiliki masalah. Begitu pula dalam bentuk coping yang dilakukan oleh orang tersebut menjadi suatu cerminan pengamalan nilai-nilai agama dalam sikap dan perilakunya menghadapi permasalahan. Sikap dan perilakunya tersebut disesuaikan dengan nilai-nilai agama, sehingga ia tidak akan merugikan orang lain, tidak membiarkan masalah terbengkalai dan berupaya untuk menyelesaikannya. Pengalaman-pengalaman semacam itu di sepanjang hidupnya akan memberikannya sensasi yang memberinya kemantapan hati akan keyakinannya terhadap agama dan begitu seterusnya.

Sebagaimana diungkapkan oleh Shihab (2007:248) ketika membicarakan manusia yang duduk termenung dalam harapan kosongnya ketika menghadapi kehidupan. Bahwa harapan tentang hadirnya hari esok merupakan akibat dari kelengahan oleh angan-angan. Harapan yang makin panjang dan diulur-ulur membuat manusia lalai. Oleh karenanya, manusia tidak perlu menunggu waktu, memulai hari ini dan saat ini, meski manusia tersebut berada pada situasi cerah maupun kelam. Bukan berarti mengabaikan hari esok atau masa depan. Terdapat perbedaan antara “berpikir untuk hari esok” dengan “cemas menghadapinya”, antara “bekerja hari ini untuk esok”, dengan “tenggelam hari ini demi esok”. Yang pertama adalah hal positif dan dianjurkan agama, dan itulah hakikat perencanaan, sedangkan yang kedua

adalah hal negatif dan dikecam keras oleh agama karena termasuk kelengahan. Agama mengarahkan manusia agar memperhatikan “saat ini”, agar manusia terhindar dari kecemasan yang bukan berada pada tempatnya dan menghambat kemajuannya.

Dimensi-dimensi dalam religiusitas menggambarkan sikap dan perilaku yang cenderung menghadapi permasalahan serta melakukan upaya dalam rangka mencapai penyelesaian permasalahan tersebut. Oleh karenanya, seseorang yang memiliki religiusitas yang tinggi yang tercermin dalam dimensi-dimensi religiusitas tersebut memberikan gambaran keselarasan dengan kecenderungannya untuk mengatasi tekanan masalah dengan berfokus pada masalah (*problem focused coping*).

Dalam konteks religiusitas, agama sendiri sesungguhnya merupakan salah satu anugerah yang Allah berikan kepada manusia berupa potensi semenjak manusia lahir ke dunia. Jalaluddin (1996:280) mengatakan bahwa pada diri manusia telah ada sejumlah potensi untuk memberi arah dalam kehidupan manusia. Potensi tersebut adalah: 1) *hidayat al-Ghariziyat* (naluriyah); 2) *hidayat al-Hissiyyat* (inderawi); 3) *hidayat al-Aqliyyat* (nalar); dan 4) *hidayat al-Diniyyat* . melalui pendekatan ini, maka agama merupakan potensi fitrah yang dibawa manusia sejak lahir.

Potensi fitrah diarahkan dan dikembangkan seiring dengan interaksi manusia dengan lingkungannya. Apabila lingkungan memberikan arahan yang sejalan, maka pengaruh lingkungan akan memberikan keselarasan pada diri manusia tersebut. Sebaliknya, jika lingkungan memberikan pengaruh yang

bertentangan, maka dalam dirinya akan terjadi ketidakselarasan. Padahal, dengan keselarasan, manusia mendapatkan kemantapan batin, kebahagiaan, kepuasan dan rasa aman serta terlindungi.

Mengenai hal ini pula telah disebutkan pula dalam Al Qur'an, Yunus:

57

يَتَأْتِيهِمْ ۖ النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

“ Wahai manusia, sesungguhnya sudah datang dari Tuhanmu Al Quran yang mengandung pengajaran, penawar bagi penyakit batin (jiwa), tuntunan serta rahmat bagi orang-orang yang beriman”

dan QS Al-Isra': 82. (Depag RI. Th 2005)

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۗ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا
خَسَارًا ﴿٨٢﴾

“ dan Kami turunkan Al Quran yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman” (Depag RI. Th 2005)

Hingga saat ini beberapa penelitian telah dilakukan dalam membahas hal serupa, diantaranya Dervic (dalam Fanani, 2009) mendapatkan bukti dalam penelitiannya, bahwa mereka yang memiliki skor religiusitas tinggi ternyata menunjukkan rasa tanggung jawab yang tinggi, dan sebaliknya skor agresivitas dan impulsivitasnya rendah.

Penelitian berikutnya oleh Dervic menghubungkan tingkat religiusitas dengan depresi. Setelah dilakukan penelitian, terbukti bahwa terdapat korelasi negatif antara tingkat religiusitas dengan skor depresi (dalam Fanani:2009).

Lingkungan religius menjadi pendukung penempatan religiusitas seseorang. Dalam konteks ini lingkungan religius sangat kental terasa dalam lingkungan pesantren. Sekelompok orang bersama-sama mendalami ilmu-ilmu agama di pesantren. Pesantren merupakan lembaga pendidikan yang membekali mereka dengan berbagai ilmu demi mendekatkan diri kepada Allah. Pesantren menjadi lembaga yang sarat dengan penempatan untuk mendekatkan individu dengan Tuhan.

Manfaat yang diperoleh dari kehidupan di pesantren telah pula banyak diteliti, diantaranya sebuah penelitian oleh Setyo Rini (2004) bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterbukaan diri dengan kemampuan problem solving pada santri pondok pesantren, kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara keterbukaan diri dengan kemampuan problem solving pada santri pondok pesantren.

Pesantren telah berkembang pesat mengikuti kekinian perkembangan zaman. Diantara perkembangan tersebut adalah selain membekali ilmu agama, beberapa pesantren memberikan kebebasan dan waktu kepada santrinya untuk mengembangkan potensinya di luar pesantren baik melalui sekolah, perkuliahan maupun pekerjaan. Perkembangan tersebutlah yang telah menjadi perhatian dan diterapkan di Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono, Malang sejak awal didirikannya.

Sejak awal, santri Pondok Pesantren Nurul Huda dituntut komitmennya untuk mendalami ilmu agama dan berbagai kegiatan di dalam pesantren, baik melalui sistem kelas (*diniyyah*), *bandongan* (seluruh santri mengikuti kajian yang disampaikan kyai), maupun kegiatan lainnya. Namun, di sisi lain diberikan pula kebebasan untuk beraktifitas di luar pesantren mengingat pentingnya pengembangan potensi diri santri demi kesiapan hidupnya di masa mendatang. Untuk itulah, sebagian besar diantara para santrinya adalah mahasiswa, sebagian masih sekolah dan sebagian yang lain sudah bekerja. (wawancara Ketua Pondok Pesantren Putri Nurul Huda, 10 Maret 2009)

Religiusitas santri terlihat berada pada kategori cukup tinggi berdasarkan beberapa hal meliputi dimensi-dimensi religiusitas. Misalnya dari dimensi pengetahuan agama, selama berada di pesantren mereka diharuskan belajar ilmu-ilmu agama sehingga pengetahuan agama mereka semakin bertambah dan dari dimensi ini akan memperkuat pula dimensi keyakinan mereka. Berikutnya dari dimensi praktik agama dan konsekuensi terlihat dari keseharian diantaranya mereka menjalankan sholat wajib berjamaah dan *wiridnya* serta cara mereka menghormati orang lain. (observasi 10 Maret 2009 di Pondok Pesantren Nurul Huda)

Dengan melihat kegiatan rutin yang setiap hari mereka jalani, mulai dari bangun tidur saat subuh, shalat subuh berjamaah dilanjutkan mengaji kitab kuning sampai lebih dari jam tujuh. Barulah kemudian para santri tersebut memulai aktifitas diluar pondok. Saat adzan maghrib berkumandang

mereka telah harus kembali ke pondok untuk melanjutkan kegiatan sampai sekitar jam sepuluh malam. *Stressor* bagi para santri tersebut dapat muncul dari bagian manapun, baik dari kegiatan pesantren, dari hubungan sosial santri, mapupun dari kegiatan luar yang dijalaninya.

Satu hal yang menarik adalah cara santri untuk mengurangi ketegangan saat menghadapi masalah. Beberapa santri mengaku sudah cukup dengan membaca shalawat sambil menangis saat bangun malam, sedangkan yang lain mengaku dapat meringankannya dengan berkumpul bercanda ria bersama teman (wawancara santri pondok pesantren Nurul Huda 10 dan 11 Maret 2009). Dalam pembahasan strategi coping, cara-cara tersebut merupakan strategi tipe *emotion-focused coping*, di mana seseorang berupaya mengatasi ketegangan melalui pengatasan terhadap reaksi emosional yang mereka rasakan. .

Di sisi lain, perlu dicermati bahwa para santri tersebut bertempat tinggal di pondok pesantren yang mendidik mereka dengan pengetahuan agama serta melibatkan mereka dalam kegiatan keagamaan demi mendekatkan diri kepada Ilahi. Lingkungan yang mereka tinggali merupakan lingkungan yang sangat mendukung religiusitas dengan berbagai kegiatan yang melibatkan para santri tersebut sehingga para santri tersebut dapat dikatakan memiliki religiusitas yang tinggi.

Pada fakta yang ditemukan di lapangan, bahwa ditemukan kecenderungan santri Pondok Pesantren Nurul Huda memilih *emotion-focused coping* dalam menghadapi masalahnya. Padahal, dengan mempertimbangkan

dimensi-dimensi religiusitas, karakteristik orang yang memiliki religiusitas yang tinggi semestinya cenderung pada *problem-focused coping*.

Dengan memperhatikan hal-hal tersebut peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut melalui penelitian mengenai hubungan antara tingkat religiusitas dengan pemilihan strategi *coping* santri Pondok Pesantren Nurul Huda, Mergosono Malang.

F. Rumusan Masalah

Rumusan yang masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah tingkat religiusitas santri Pondok Pesantren Nurul Huda, Mergosono, Malang ?
2. Bagaimanakah strategi *coping* santri Pondok Pesantren Nurul Huda, Mergosono, Malang?
3. Adakah hubungan antara religiusitas dengan strategi *coping* santri Pondok Pesantren Nurul Huda, Mergosono, Malang ?

G. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mencapai beberapa tujuan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui tingkat religiusitas santri Pondok Pesantren Nurul Huda, Mergosono, Malang.
2. Untuk mengetahui strategi *coping* santri Pondok Pesantren Nurul Huda, Mergosono, Malang.
3. Untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan strategi *coping* santri Pondok Pesantren Nurul Huda, Mergosono, Malang.

H. Manfaat penelitian

Beberapa manfaat yang diharapkan dapat diperoleh dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Peneliti berharap penelitian ini akan membawa manfaat pada pengembangan teori keilmuan psikologi pada umumnya, dan psikologi agama serta psikologi klinis pada khususnya yakni pada pembahasan religiusitas dan hubungannya dengan strategi *coping*.

2. Manfaat praktis

Secara praktis, peneliti berharap bahwa penelitian ini membawa manfaat pada para pembaca terkait dengan pengungkapan hubungan religiusitas dengan cara untuk bertahan pada tantangan kehidupan. Hal ini mengingat adanya sebagian orang yang memandang kehidupan religius sebagai ritual belaka, baik itu orang yang jauh dari kehidupan religius maupun yang justru dekat dengan lingkungan religius.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Religiusitas

1. Definisi Religiusitas

Religiusitas berasal dari kata *religi* (latin) atau *relegere* berarti mengumpulkan dan membaca. kemudian *religare* berarti mengikat (Nasution, dalam Jalaludin 2007:12). Sementara dalam bahasa Indonesia, *religi* yang berarti agama merupakan suatu konsep yang secara definitif diungkapkan pengertiannya oleh beberapa tokoh sebagai berikut :

a. Menurut Harun Nasution (dalam Jalaludin 2007:12), agama adalah:

- 1) pengakuan terhadap adanya hubungan manusia dengan kekuatan gaib yang harus dipatuhi.
- 2) pengakuan terhadap adanya kekuatan gaib yang menguasai manusia.
- 3) mengikat diri pada suatu bentuk hidup yang mengandung pengakuan pada suatu sumber yang berada di luar diri manusia dan yang mempengaruhi perbuatan-perbuatan manusia.
- 4) kepercayaan pada suatu kekuatan gaib yang menimbulkan cara hidup tertentu.
- 5) suatu sistem tingkah laku (*code of conduct*) yang berasal dari sesuatu kekuatan gaib.

- 6) pengakuan terhadap adanya kewajiban-kewajiban yang diyakini bersumber pada suatu kekuatan gaib.
 - 7) pemujaan terhadap kekuatan gaib yang timbul dari perasaan lemah dan perasaan takut terhadap kekuatan misterius yang terdapat dalam alam sekitar manusia.
 - 8) ajaran-ajaran yang diwahyukan Tuhan kepada manusia melalui seorang rasul.
- b. James (dalam Crapps, 1993:149) mendefinisikan agama sebagai perasaan, tindakan dan pengalaman manusia secara individual dalam keheningan mereka, sejauh mereka itu menangkap diri berada dalam hubungan dengan apapun yang mereka pandang sebagai Ilahi..
 - c. Thouless (2000:22) memberikan definisi agama sebagai sikap (atau cara penyesuaian diri) terhadap dunia yang mencakup acuan yang menunjukkan lingkungan lebih luas daripada lingkungan fisik yang terikat ruang dan waktu *-the spatio-temporal physical world-* (dalam hal ini, yang dimaksud adalah dunia spiritual).
 - d. Glock & Stark (dalam Nashori & Mucharam, 2002:70) menyatakan bahwa *religi* adalah sistem simbol, keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya berpusat pada persoalan-persoalan yang dihayati sebagai sesuatu yang paling maknawi.
 - e. Menurut Mayer (dalam Nashori & Mucharam, 2002:70) *religi* adalah seperangkat aturan dan kepercayaan yang pasti untuk membimbing

manusia dalam tindakannya terhadap Tuhan, orang lain dan diri sendiri.

- f. Menurut Shihab (dalam Nashori & Mucharam, 2002:70), agama adalah ketetapan Ilahi yang diwahyukan kepada Nabi-Nya untuk menjadi pedoman hidup manusia.

Berdasarkan definisi-definisi yang telah dikemukakan tersebut dapat disimpulkan bahwa *religi* adalah keyakinan, sistem nilai dan sistem perilaku yang membimbing tindakan seseorang terhadap Tuhan, orang lain dan dirinya sendiri.

Dari istilah *religi* kemudian didapatkan istilah religiusitas. Dister (dalam Rahayu, 2003:135) mengartikan religiusitas sebagai keberagamaan, yang artinya adanya internalisasi agama di dalam diri seseorang. Sedangkan menurut Nashori dan Mucharam (2002:71), religiusitas adalah seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan ibadah dan akidah, dan seberapa dalam penghayatan atas agama yang dianutnya.

Berdasarkan definisi-definisi yang telah dikemukakan tersebut disimpulkan bahwa religiusitas dapat diartikan sebagai internalisasi agama dalam diri seseorang yang terlihat melalui pengetahuan dan keyakinan seseorang akan agamanya serta dilaksanakan dalam kegiatan peribadatan dan perilaku kesehariannya.

2. Dimensi-dimensi Religiusitas

Karakteristik agama menurut Shihab (dalam Nashori dan Mucharam 2002:71) adalah hubungan makhluk dengan Sang Pencipta, yang terwujud dalam batinnya, tampak dalam ibadah yang dilakukannya, serta tercermin dalam perilaku kesehariannya. Oleh karenanya, keberagamaan seseorang terlihat dari berbagai dimensi yang mengarahkannya pada keutuhan dalam beragama. Glock & Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2004:77) mengemukakan beberapa dimensi religiusitas sebagai berikut:

a. Dimensi keyakinan

Dimensi ini berisikan pengharapan-pengharapan dimana orang yang religius berpegang teguh pada pandangan teologis tertentu, mengakui kebenaran-kebenaran doktrin tersebut. Setiap agama mempertahankan seperangkat kepercayaan dimana para penganut diharapkan akan taat. Walaupun demikian, isi dan ruang lingkup keyakinan itu bervariasi tidak hanya diantara agama-agama, tetapi seringkali juga diantara tradisi-tradisi dalam agama yang sama.

b. Dimensi praktek agama

Dimensi ini mencakup perilaku pemujaan, ketaatan, dan hal-hal yang dilakukan orang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Seperti sholat, puasa Ramadhan, zakat dan

sebagainya. Praktek-praktek agama ini terdiri dari dua kelas penting, yaitu:

- 1) Ritual; mengacu pada seperangkat ritus, tindakan keagamaan formal dan praktek-praktek suci yang semua agama mengharapkan para pemeluk melaksanakan.
- 2) Ketaatan; ketaatan dan ritual bagaikan ikan dengan air, meski ada perbedaan penting. Apabila aspek ritual dari komitmen sangat formal dan khas publik, semua agama yang dikenal juga mempunyai perangkat tindakan persembahan dan kontemplasi personal yang relatif spontan, informal dan khas pribadi.

c. Dimensi pengalaman

Dimensi ini berisikan dan memperhatikan fakta bahwa semua agama mengandung pengharapan-pengharapan tertentu. Dimensi ini berkaitan dengan pengalaman keagamaan, perasaan-perasaan, persepsi-persepsi dan sensasi-sensasi yang dialami seseorang atau didefinisikan oleh suatu kelompok keagamaan (atau suatu masyarakat) yang melihat komunikasi, walaupun kecil, dalam suatu esensi keTuhanan, yaitu dengan Tuhan, kenyataan terakhir, dengan otoritas transendental.

d. Dimensi pengetahuan agama

Dimensi ini mengacu kepada harapan bahwa orang-orang yang beragama paling tidak memiliki sejumlah minimal pengetahuan

mengenai dasar-dasar keyakinan, ritus-ritus, kitab suci dan tradisi-tradisi.

e. Dimensi konsekuensi

Konsekuensi komitmen agama berlainan dari keempat dimensi yang sudah dibicarakan diatas. Dimensi ini mengacu pada identifikasi akibat-akibat keyakinan bergama, praktek, pengalaman dan pengetahuan seseorang dari hari ke hari.

Berdasarkan uraian di atas diketahui bahwa religiusitas memiliki lima dimensi, yakni dimensi keyakinan, (*ideological*), praktik agama (*ritualistic*), pengalaman (*experiential*), pengetahuan agama (*intellectual*) dan konsekuensi (*consequential*).

Dengan memposisikan religiusitas pada kajian keislaman, Ancok dan Suroso (2004:80) mengatakan bahwa dimensi religiusitas dalam perspektif Islam terdapat dalam lima dimensi sebagai berikut :

- a. Dimensi keyakinan atau akidah Islam menunjuk pada seberapa tingkat keyakinan Muslim terhadap keyakinan kebenaran ajaran-ajaran agamanya, terutama terhadap ajaran-ajaran yang bersifat fundamental dan dogmatic. Di dalam keberislaman, isi dimensi keimanan menyangkut keyakinan tentang Allah, para malaikat, Nabi/Rasul, kitab-kitab Allah, surga dan neraka, serta qadha dan qadar.
- b. Dimensi peribadatan (atau praktik agama) atau syariah menunjuk pada seberapa tingkat kepatuhan Muslim dalam mengerjakan kegiatan-

kegiatan ritual sebagaimana disuruh dan dianjurkan oleh agamanya. Dalam keberislaman, dimensi peribadatan menyangkut pelaksanaan sholat, puasa, zakat, haji, membaca Al Qur'an, doa, zikir, ibadah kurban, iktikaf di masjid di bulan puasa, dan sebagainya.

- c. Dimensi pengalaman atau akhlak menunjuk pada seberapa tingkatan muslim berperilaku dimotivasi oleh ajaran-ajaran agamanya, yaitu bagaimana individu berelasi dengan dunianya, terutama dengan manusia lain. Dalam keberislaman, dimensi ini meliputi perilaku suka menolong, bekerjasama, berderma, menyahterakan dan menumbuhkembangkan orang lain, menegakkan keadilan dan kebenaran, berlaku jujur, memaafkan, menjaga lingkungan hidup, menjaga amanat, tidak mencuri, tidak korupsi, tidak menipu, tidak berjudi, tidak meminum minuman yang memabukkan, mematuhi norma-norma Islam dalam perilaku seksual, berjuang untuk hidup sukses menurut ukuran Islam, dan sebagainya,.
- d. Dimensi pengetahuan atau ilmu menunjuk pada seberapa tingkat pengetahuan dan pemahaman Muslim terhadap ajaran-ajaran agamanya, terutama mengenai ajaran-ajaran pokok dari agamanya, sebagaimana termuat dalam kitab sucinya.
- e. Dimensi penghayatan menunjuk pada seberapa jauh tingkat muslim dalam merasakan dan mengalami perasaan-perasaan dan pengalaman-pengalaman religius.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dimensi religiusitas dalam perspektif Islam meliputi dimensi keyakinan atau akidah Islam, peribadatan atau praktik agama, pengalaman atau akhlak, pengetahuan atau ilmu dan dimensi penghayatan.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Religiusitas

Religiusitas atau keagamaan memiliki beberapa faktor yang dapat membuatnya berkembang dan meningkat. Beberapa faktor yang mempengaruhi sikap keagamaan menurut Thouless (2000:34) adalah:

- a. Pengaruh pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial (faktor sosial).
- b. Berbagai pengalaman yang membantu sikap keagamaan, terutama pengalaman-pengalaman mengenai :
 - 1) keindahan, keselarasan, dan kebaikan di dunia lain (faktor alami),
 - 2) konflik moral (faktor moral),
 - 3) pengalaman emosional keagamaan (faktor afektif).
- c. Faktor-faktor yang seluruhnya atau sebagian timbul dari kebutuhan-kebutuhan yang tidak terpenuhi, terutama kebutuhan-kebutuhan terhadap keamanan, cinta kasih, harga diri dan ancaman kematian.
- d. Berbagai proses pemikiran verbal (faktor intelektual).

Secara singkat dapat dikatakan bahwa sikap keagamaan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pendidikan, tekanan sosial, pengalaman, kebutuhan-kebutuhan yang tidak terpenuhi dan proses pemikiran verbal (intelektual).

B. Strategi *Coping*

1. Definisi Strategi *Coping*

Beberapa tokoh yang mengemukakan definisi strategi *coping* diantaranya sebagai berikut :

- a. Dalam kamus psikologi (Chaplin:2006:112), *coping behavior* diartikan sebagai sembarang perbuatan, dalam mana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya, dengan tujuan menyelesaikan sesuatu (tugas atau masalah).
- b. Menurut Carlson (2007:536), strategi *coping* adalah rencana yang diikuti, sebagai antisipasi dari situasi yang menimbulkan stress atau sebagai respon terhadap stress yang sedang terjadi sehingga efektif dalam mengurangi level stress yang dialami tersebut.
- c. Menurut Mu'tadin (2002), strategi *coping* menunjuk pada berbagai upaya, baik mental maupun perilaku, untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau minimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan.
- d. Menurut Lazarus & Folkman (dalam Smet, 1994:143), *coping* merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal

dari individu maupun lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi penuh tekanan..

Berdasarkan definisi-definisi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* adalah sebuah cara yang digunakan untuk menghadapi masalah yang menimbulkan tekanan dengan menggabungkan usaha secara mental dan perilaku dengan sumber-sumber daya yang dimilikinya untuk dapat mengurangi tekanan tersebut.

2. Bentuk-bentuk *Coping*

Menurut Lazarus & Folkman (dalam Nevid:2003:144), dalam melakukan *coping*, ada dua strategi yang dibedakan menjadi :

a) *Problem-focused coping*

Problem-focused coping, yaitu usaha mengatasi stres dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan terjadinya tekanan.

Menurut Aldwin & Revenson (dalam Afandi, 2004:14), beberapa hal yang menunjukkan strategi coping tipe *Problem-focused* ini antara lain sebagai berikut:

1) *Instrumental Action* (tindakan secara langsung)

Seseorang melakukan usaha dan menetapkan langkah-langkah yang mengarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun rencana untuk bertindak dan melaksanakannya.

2) *Cautiousness* (kehati-hatian)

Seseorang berfikir, meninjau dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah, berhati-hati dalam memutuskan atau dengan meminta pendapat orang lain tentang pemecahan masalah tersebut dan mengevaluasi tentang strategi yang pernah diterapkan.

3) *Negotiation* (Negosiasi)

Seseorang membicarakan serta mencari penyelesaian dengan orang lain yang terlibat dalam permasalahan yang dihadapinya dengan harapan agar masalah dapat terselesaikan.

b) *Emotion-focused coping*.

Emotion-focused coping, yaitu usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan.

Menurut Aldwin & Revenson, beberapa hal yang menunjukkan strategi coping tipe *emotion-focused* ini antara lain sebagai berikut:

1) *Escapism* (pelarian diri dari masalah)

Cara individu mengatasi stress dengan berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi atau mengandaikan dirinya berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya saat ini.

2) *Minimization* (meringankan beban masalah)

Cara individu mengatasi stress dengan menolak memikirkan masalah dan menganggapnya seakan-akan masalah tersebut tidak ada dan membuat masalah menjadi ringan.

3) *Self Blame* (menyalahkan diri sendiri)

Cara individu mengatasi stress dengan memunculkan perasaan menyesal, menghukum dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi. Strategi ini bersifat pasif dan *intropunitive* yang ditunjukkan dalam diri sendiri.

4) *Seeking Meaning* (mencari arti)

Cara individu mengatasi stress dengan mencari makna atau hikmah dari kegagalan yang dialaminya dan melihat hal-hal lain yang penting dalam kehidupan.

Berawal dari pendapat yang dikemukakan Lazarus mengenai tipe strategi coping, suatu studi lanjutan dilakukan oleh Folkman, dkk (dalam Smet, 1994:145) mengenai variasi dari kedua strategi terdahulu, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion focused coping*. Hasil studi tersebut menunjukkan adanya delapan strategi *coping* yang muncul, yaitu :

1) *Problem-focused coping Confrontative coping*; usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang

agresif, tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan resiko.

- 2) *Seeking social support*; yaitu usaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan bantuan informasi dari orang lain.
- 3) *Planful problem solving*; usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap, dan analitis.
- 4) *Emotion focused coping Self-control*; usaha untuk mengatur perasaan ketika menghadapi situasi yang menekan.
- 5) *Distancing*; usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seperti menghindar dari permasalahan seakan tidak terjadi apa-apa atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif, seperti menganggap masalah sebagai lelucon.
- 6) *Positive reappraisal*; usaha mencari makna positif dari permasalahan dengan terfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius.
- 7) *Accepting responsibility*; usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya, dan mencoba menerimanya untuk membuat semuanya menjadi lebih baik. Strategi ini baik, terlebih bila masalah terjadi karena pikiran dan tindakannya sendiri. Namun strategi ini menjadi tidak baik bila individu tidak seharusnya bertanggung jawab atas masalah tersebut.

8) *Escape/avoidance*; usaha untuk mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

Dari uraian tersebut diatas secara garis besar dapat disimpulkan bahwa terdapat dua tipe strategi *coping* yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*.

3. Faktor -faktor yang Mempengaruhi Strategi *Coping*

Beberapa penelitian mengenai faktor-faktor yang menjadi sebab kecenderungan seseorang akan strategi coping yang dipilihnya telah dilakukan oleh beberapa tokoh. Diantaranya Bandura (dalam Pergament, 1997: 100) yang mengatakan bahwa optimisme yang muncul dari efikasi diri dalam hidup seseorang memiliki hubungan dengan banyak konsekuensi positif, termasuk dalam kemampuan menghadapi kondisi yang sulit sehingga menimbulkan ketenangan emosional dalam *copingnya*.

Sedangkan menurut Pergament (1997:101) beberapa hal yang menjadi sumber *coping*. Dalam hal ini, sumber *coping* meliputi hal-hal yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan seseorang atas strategi *coping* tertentu. Hal-hal tersebut antara lain sebagai berikut :

- a. materi (seperti makanan, uang);
- b. fisik (seperti vitalitas dan kesehatan);
- c. psikologis (seperti kemampuan *problem solving*);

- d. sosial (seperti kemampuan interpersonal, dukungan sistem sosial);
dan
- e. spiritual (seperti perasaan kedekatan dengan Tuhan).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hal-hal yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan seseorang atas strategi *coping*, antara lain : materi (seperti makanan, uang); fisik (seperti vitalitas dan kesehatan); psikologis (seperti kemampuan *problem solving*); sosial (seperti kemampuan interpersonal, dukungan sistem sosial); dan spiritual (seperti perasaan kedekatan dengan Tuhan).

4. Tugas-tugas *Coping*

Dalam upayanya mengatasi tekanan permasalahan, pada dasarnya *coping* memiliki tugas yang digambarkan oleh Lazarus dan Cohen (dalam Taylor, 2003: 243) sebagai berikut :

- a. Mengurangi kondisi lingkungan yang membahayakan dan meningkatkan kemungkinan keberhasilan untuk mengatasi kondisi tersebut.
- b. Mentoleransi atau menerima peristiwa-peristiwa dan kenyataan-kenyataan yang negatif
- c. Memelihara *self-image* yang positif
- d. Memelihara keseimbangan emosi
- e. Melestarikan hubungan baik dengan orang lain.


Terkait dengan tugas *coping*, selanjutnya *coping* yang dilakukan seseorang dikatakan efektif apabila tercapai tujuannya mengatasi tekanan

situasi dan masalah yang dihadapinya. Feldman (1990:526) mengungkap bahwa perilaku coping yang dapat dilakukan untuk mengatasi tekanan masalah sebagai berikut :

- a. Menjadikan ancaman sebagai tantangan
 - b. Mengurangi ancaman dari situasi yang mendatangkan stress
 - c. Merubah tujuan dengan tujuan yang mudah dicapai
 - d. Melakukan kegiatan fisik
 - e. Menyiapkan diri sebelum stress terjadi
5. Coping dalam Perspektif Islam

Coping dalam perspektif Islam disebutkan secara umum, dalam artian meskipun tidak ada penyebutan khusus sebagai “*coping*”. Sesungguhnya terdapat banyak ayat yang memberikan keterangan mengenai cara manusia mengatasi tekanan yang disebabkan oleh permasalahan hidupnya, diantaranya sebagai berikut :

QS Al-Baqarah: 45

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ... 

Artinya :

“Mintalah bantuan (kepada Allah) melalui ketabahan dan doa...” (Depag RI, 2005)

QS Al-Baqarah: 177

❦ لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ ءَامَنَ بِاللَّهِ
 وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَءَاتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي
 الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ
 الصَّلَاةَ وَءَاتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ
 وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ ﴿١٧٧﴾

Artinya:

“kebajikan itu bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan ke barat, tetapi kebajikan itu ialah (kebajikan) orang yang beriman kepada Allah, hari akhir, malaikat-malaikat, kitab-kitab dan nabi-nabi, dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabat, anak yatim, orang-orang miskin, orang-orang yang dalam perjalanan (musafir), peminta-minta dan untuk memerdekakan hamba sahaya, yang melaksanakan shalat dan menunaikan zakat, orang-orang yang menepati janji apabila berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kemelaratan, penderitaan, dan pada masa peperangan. Mereka itulah orang-orang yang benar, dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa.” (Depag RI, 2005)

QS Al-Hasyr: 9

وَيُؤْتُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ

Artinya :

“...mereka mengutamakan (orang lain) atas diri mereka sendiri, walaupun mereka dalam kesusahan...” (Depag RI, 2005)

QS Al-Furqan: 63

وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ

قَالُوا سَلَامًا ﴿١٦٣﴾

Artinya :

“Hamba-hamba Allah yang Maha Pengasih (yaitu) mereka yang berjalan di muka bumi dengan rendah hati, dan apabila ada orang-orang jahil menyapa mereka, mereka mengucapkan kata-kata (yang mengandung) keselamatan” (Depag RI, 2005).

Ayat-ayat tersebut di atas adalah ayat-ayat yang menerangkan mengenai cara-cara mengatasi kesulitan yang dibenarkan oleh Allah. Beberapa ayat lain yang menerangkan cara yang tidak dianjurkan antara lain sebagai berikut:

QS Ali Imran: 168

الَّذِينَ قَالُوا لِإِخْوَانِهِمْ وَقَعَدُوا لَوْ أَطَاعُونَا مَا قُتِلُوا قُلْ فَادْرَأُوا عَنْ أَنْفُسِكُمُ

الْمَوْتَ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴿١٦٨﴾

Artinya:

”orang-orang yang berkata kepada saudara-saudaranya dan mereka tidak turut pergi berperang: ”sekiranya mereka mengikuti kita, tentulah mereka tidak terbunuh”. Katakanlah: ”tolaklah kematian itu darimu, jika kamu orang-orang yang benar.” (Depag RI, 2005)

Orang-orang yang tidak bisa menerima kenyataan serta berlarut-larut dalam kesedihan adalah orang-orang yang tidak mendapat rahmat Allah sehingga menghadapi kesulitan hidup dengan kesedihan .

C. Hubungan antara Religiusitas dengan Strategi Coping

Agama merupakan sistem yang menyeluruh, yang mencakup kehidupan jasmani dan ruhani dan juga menyangkut kehidupan dunia dan akhirat. Dalam kehidupan keseharian manusia yang tidak luput dari permasalahan, agama juga memiliki peran dan fungsi tersendiri. Termasuk pula dalam upaya seseorang untuk mengatasi ketegangan yang dialaminya saat menghadapi tekanan permasalahan, yakni dalam *coping* stress yang dilakukannya.

Glock & Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2004:77) mengungkapkan bahwa religiusitas seseorang terlihat dalam lima dimensi yakni dimensi keyakinan, praktik agama, pengalaman, pengetahuan agama, dan pengamalan atau konsekuensi. Seirama dengan pendapat tersebut, Ancok dan Suroso (2004:80) mengungkapkan dimensi religiusitas dalam perspektif Islam meliputi dimensi keyakinan atau akidah Islam, peribadatan atau praktik agama atau syariah, pengamalan atau akhlak, penghayatan, dan ilmu.


Sebagaimana diungkapkan Shihab (2007:196) ketika membicarakan manusia yang sedang menghadapi kesulitan hidup. Manusia yang materialis seringkali mengalami keputusasaan dalam menghadapi masalah, itu merupakan ciri manusia yang jiwanya kosong dari tuntunan agama. Ciri manusia yang tergesa sehingga membuatnya cepat putus asa tanpa daya tuntunan agama diisyaratkan dalam QS Al-Isra: 11

وَيَدْعُ الْإِنْسَانُ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ وَكَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا ﴿١١﴾

“Manusia berdoa untuk kejahatan sebagaimana ia berdoa untuk kebaikan. Manusia bersifat tergesa-gesa” (Depag RI, 2005)

Sebagai contoh seseorang yang sakit gigi kemudian memukul-mukul kepalanya dan menghempaskan dagunya karena tidak tahan tenderita sakit. Hal tersebut terjadi karena sifat manusia yang tergesa-gesa sehingga menggunakan jalan pintas demikian dalam menanggulangi kesulitan. Namun, jalan yang demikian adalah jalan yang diarahkan oleh setan, yang selalu mengantar kepada kebinasaan. Keputusan diindikasikan oleh harapan penyelesaian problem secara cepat dan melalui jalan pintas berbahaya yang mengandung resiko.

Masih menurut Shihab (2007:197), Al-Qur'an mengingatkan lewat dua cara dalam menghadapi setiap kesulitan, bahkan untuk meraih semua harapan. Yang pertama sesuai dengan QS Al-Baqarah: 45

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ... 

Artinya :

“Mintalah bantuan (kepada Allah) melalui ketabahan dan doa...” (Depag RI, 2005)

Bantuan Allah, antara lain-menurut sebuah hadis panjang yang diriwayatkan oleh Imam Muslim-adalah melalui upaya memberi bantuan kepada sesama, yakni terlihat dalam kerja sama antar manusia dalam kehidupan kemasyarakatan. Hidup hanya mungkin dan nyaman bila dibagi

dengan orang lain, sehingga masing-masing berperan serta dalam menyediakan kebutuhan bersama. Jika hal ini telah terpenuhi, maka syarat kehadiran bantuan Allah telah terpenuhi.

Kemudian syarat kedua yang harus menyertai usaha diatas adalah doa. Doa merupakan manifestasi dari harapan kita kepada-Nya dan bukti optimisme kita terhadap Allah. Ketika malam menjelang, maka bukan berarti matahari akan berhenti terbit, sehingga ketika krisis melanda maka dunia tidak berarti telah kiamat.

Al Qarni (2007: 72) menegaskan bahwa kehidupan dunia tidak selayaknya membuat manusia bersedih hati karena kesulitan hidup yang dihadapinya. Kehidupan sudah seharusnya ditempatkan sesuai dengan porsi dan tempatnya karena terkadang memunculkan kepedihan dan bencana. Oleh karenanya, hanya manusia yang berilmulah yang dapat melewati kepedihan tersebut sehingga mencapai ketenangan hati serta dapat melanjutkan hidup dengan baik.

Dalam ajaran Islam, kesabaran menjadi kunci menghadapi kesulitan hidup. Melalui Al-Qur'an, manusia telah diajarkan sejak dini mengenai kesabaran, diantaranya disebutkan dalam QS Al-Baqarah:177:

﴿ لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ ءَامَنَ بِاللَّهِ
وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَءَاتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي
الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ

الصَّلَاةَ وَءَاتَى الزَّكَاةَ وَالْمُؤْفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ
وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ ﴿١٧٧﴾

Artinya:

“kebajikan itu bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan ke barat, tetapi kebajikan itu ialah (kebajikan) orang yang beriman kepada Allah, hari akhir, malaikat-malaikat, kitab-kitab dan nabi-nabi, dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabat, anak yatim, orang-orang miskin, orang-orang yang dalam perjalanan (musafir), peminta-minta dan untuk memerdekakan hamba sahaya, yang melaksanakan shalat dan menunaikan zakat, orang-orang yang menepati janji apabila berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kemelaratan, penderitaan, dan pada masa peperangan. Mereka itulah orang-orang yang benar, dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa.” (Depag RI, 2005)

Dipaparkan oleh Al-Raghib Al-Asfahani (dalam Shihab 2007:169)

bahwa dalam Al-Qur’an QS Al-Baqarah:177 telah menjelaskan berbagai bentuk kesabaran (ketabahan). Sabar dalam menghadapi kebutuhan yang mengakibatkan kesulitan dijelaskan tergambar dalam kata *al-ba’sa*, sedangkan *al-dharra’* menggambarkan sabar menghadapi kesulitan (malapetaka), kemudian *hina al-ba’s* menggambarkan sabar dalam peperangan (menghadapi musuh).

Dari kandungan QS Al-Baqarah:177 tersebut, Al-Raghib (dalam Shihab 2007:169) mendapatkan kesimpulan bahwa kesabaran yang diajarkan AL-Qur’an adalah kesabaran dalam usaha mencapai apa yang dibutuhkan, sehingga menuntut usaha yang tidak kenal lelah meskipun banyak rintangan sampai apa yang dibutuhkan tersebut tercapai. Selanjutnya, dalam menghadapi malapetaka adalah sabar sehingga dapat menerimanya dengan jiwa besar. Lalu sabar dalam peperangan (perjuangan) tercakup oleh pengertian-pengertian sabar sebelumnya.

Ditambahkan pula oleh Shihab (2007:193) bahwa ketenangan dan ketentruman yang menjadi ciri hamba Allah sesuai dengan QS Al-Furqan: 63

وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ

قَالُوا سَلَامًا ﴿٦٣﴾

Artinya :

“Hamba-hamba Allah yang Maha Pengasih (yaitu) mereka yang berjalan di muka bumi dengan rendah hati, dan apabila ada orang-orang jahil menyapa mereka, mereka mengucapkan kata-kata (yang mengandung) keselamatan” (Depag RI, 2005).

Maka hamba Allah yang telah memiliki ciri tersebutlah yang jiwanya telah dihiasi dengan sakinah yaitu memiliki sifat lemah lembut, jauh dari keributan dan selalu memberi maaf. Sederhana dalam hidup, juga sangat teliti dan baik dalam penampilan dan kerjanya, disertai kesungguhan, kebenaran serta kesetiaan dan moderat.

Ketenangan jiwa yang telah dihiasi oleh sakinah tersebut menjadikan seseorang bersedia mendahulukan kepentingan orang lain daripada kepentingan pribadinya, meskipun saat itu dirinya sedang mengalami kesulitan. Sebagaimana disebutkan dalam QS Al-Hasyr: 9

وَيُؤْتُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ

Artinya :

“...mereka mengutamakan (orang lain) atas diri mereka sendiri, walaupun mereka dalam kesusahan...” (Depag RI, 2005)

Salah satu bentuk kesulitan hidup yang lain adalah ketika seseorang sedang menghadapi orang lain yang memusuhinya sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman pada diri orang tersebut. Atas keadaan yang semacam ini, Shihab (2007:273) mengungkapkan bahwa seorang muslim hendaknya mampu untuk memperjuangkan kehendak tanpa kekerasan, tetapi dengan penuh simpatik dan kesejukan serta mengemukakan argumentasi yang logis walaupun ketika berbeda pikiran dan suasana memanas, hati tetap dingin dan bersahabat. Hal ini sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dalam QS Fushshilat: 34 seagai berikut:

وَلَا تَسْتَوِی الْحَسَنَةُ وَلَا السَّیِّئَةُ ۚ ادْفَعْ بِالَّتِی هِیَ اَحْسَنُ فَاِذَا الَّذِی بَیْنَكَ وَبَیْنَهُ

عَدَاوَةٌ كَاَنَّهُ وَلِیٌّ حَمِیْمٌ ﴿٣٤﴾

Artinya :

“Tidak sama kebaikan dan kejahatan. Tolaklah (kejahatan itu) dengan cara yang terbaik, maka (cara demikian akan menjadikan) orang yang antara kamu dan dia ada permusuhan, tiba-tiba menjadi teman yang sangat setia.” (Depag RI, 2005)

Perencanaan dan bersegera melakukan tindakan dalam menghadapi segala permasalahan dalam kehidupan disertai ketenangan hati merupakan

ajaran yang dianjurkan dalam agama, sehingga mestinya seseorang yang memiliki religiusitas yang tinggi cenderung untuk melakukan hal tersebut.

Sebagaimana telah disinggung sebelumnya, Glock & Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2004:77) dengan dimensi-dimensi religiusitasnya mengungkapkan bahwa religiusitas seseorang terlihat dari dimensi-dimensi tersebut dalam setiap sisi kehidupannya. Termasuk dalam salah satu sisi kehidupan adalah cara seseorang tersebut dalam menghadapi tekanan masalah. Menurut Lazarus & Folkman (dalam Nevid:2003:144) strategi *coping* terbagi menjadi dua yakni *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* terkait dengan itu pembagian tersebut, salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan *coping* seseorang menurut Pergament (1997:101) adalah faktor spiritual. Dalam hal ini, sisi spiritual dalam diri seseorang terlihat melalui religiusitasnya, sehingga tingkat religiusitas seseorang memberi pengaruh terhadap pemilihan strategi *coping* orang tersebut.

Dalam konteks seseorang yang menghadapi tekanan permasalahan yakni ketika seseorang mengalami stress, seperti yang telah digambarkan oleh Shihab (2002:197) *coping* seseorang yang memiliki religiusitas tinggi memperlihatkan adanya upaya yang dibarengi dengan doa. Upaya yang ditunjukkan dalam menghadapi kesulitan hidup melalui perencanaan dan tindakan pelaksanaan penyelesaian masalah dengan disertai ketenangan hati mengarah pada strategi *coping* tipe *problem-focused coping*, yaitu cara mengatasi tekanan permasalahan dengan berfokus pada masalah. Terkait dengan kajian tersebut, santri dengan religiusitasnya yang tinggi semestinya

cenderung pada penggunaan *problem-focused coping*. Oleh karenanya, dalam penelitian ini dikatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat religiusitas dengan strategi *coping* seseorang.

D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara tingkat religiusitas dengan strategi *coping* pada santri Pondok Pesantren Nurul Huda, Mergosono, Malang.

BAB III

METODE PENELITIAN

I. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang bekerja dengan angka, yang datanya berujud bilangan (skor atau nilai, peringkat atau frekuensi), yang dianalisis dengan menggunakan statistik untuk menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian yang sifatnya spesifik dan untuk melakukan prediksi bahwa suatu variabel tertentu mempengaruhi variabel yang lain (dalam Alsa, 2007:13). Lebih lanjut penelitian ini menggunakan rancangan korelasional, yaitu rancangan yang digunakan untuk menguraikan dan mengukur seberapa besar tingkat hubungan antar variabel atau antara perangkat data (dalam Alsa, 2007:20).

J. Identifikasi Variabel

Variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang atau obyek yang mempunyai "variasi" antara satu dengan yang lain atau satu obyek dengan obyek yang lain (Hatch dan Farhady dalam Sugiyono, 2008:3). Dalam penelitian terdapat dua variabel sebagai berikut :

1. Variabel bebas

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen/terikat (Sugiyono,

2008:4). Dalam penelitian ini, yang menjadi variabel bebas adalah religiusitas.

2. Variabel terikat

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2008:4). Dalam penelitian ini, yang menjadi variabel terikat adalah strategi *coping*.

K. Definisi Operasional

1. Religiusitas

religiusitas dapat diartikan sebagai internalisasi agama dalam diri seseorang yang terlihat melalui pengetahuan dan keyakinan seseorang akan agamanya serta dilaksanakan dalam kegiatan peribadatan dan perilaku kesehariannya meliputi dimensi keyakinan, (*ideological*), praktik agama (*ritualistic*), pengalaman (*experiential*), pengetahuan agama (*intellectual*), dan konsekuensi (*consequential*).

2. Strategi *Coping*

Strategi *coping* adalah sebuah cara yang digunakan untuk menghadapi situasi penuh tekanan dengan menggabungkan usaha secara mental dan tingkah laku, baik itu dengan mengatur atau mengubah masalah ataupun respon emosional dalam rangka penyesuaian diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan.

L. Populasi dan Sampel

Menurut Arikunto (2006:130) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Jumlah populasi dalam penelitian ini, yakni keseluruhan jumlah santri Pondok Pesantren Nurul Huda sejumlah 154 orang, yakni 84 santri putri dan 70 santri putra.

Sedangkan sampel menurut Arikunto (2006:131) adalah sebagian dari populasi atau wakil populasi yang diteliti. Adapun cara pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik random dengan cara undian, sehingga setiap subyek memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi sampel. Dalam penelitian ini, sampel ditentukan sebesar 50% dari populasi yaitu sejumlah 77 orang (42 santri putri dan 35 santri putra).

M. Metode Pengumpulan Data

Metode penelitian menurut Arikunto (2006:160) adalah cara yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala.

Skala merupakan salah satu alat ukur psikologis yang dikembangkan demi mencapai validitas, reliabilitas dan objektivitas yang tinggi dalam mengukur atribut psikologis. (Azwar, 2008:2)

N. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menurut Arikunto (2006:160) adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen yang

digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Terdapat dua skala yang dipergunakan dalam penelitian ini, yaitu skala religiusitas dan skala strategi *coping*.

Jenis penskalaan yang digunakan pada penelitian ini adalah penskalaan Likert. Menurut Azwar (2007a:97) skala sikap model Likert berisi pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statement*), yaitu suatu pernyataan mengenai obyek sikap. Pernyataan sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan yang *favourable* (mendukung atau memihak pada objek sikap) dan pernyataan yang *tidak-favourable* (tidak mendukung objek sikap).

Subyek diminta untuk menyatakan kesetujuan atau ketidaksetujuan terhadap isi pernyataan. Setiap item akan diberikan empat pilihan respon, yakni sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Untuk pernyataan *favourable* penilaian bergerak dari angka 4 sampai 1, dan untuk pernyataan *unfavourable* penilaian bergerak dari angka 1 sampai 4.

Tabel 1 Skor untuk Jawaban Pernyataan

No	Respon	Skor	
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Skala religiusitas dibuat berdasarkan *blue print* religiusitas yang disusun berdasarkan indikator-indikator lima dimensi religiusitas yang diungkapkan

oleh Glock & Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2004:77) yakni dimensi keyakinan, praktik agama, pengalaman, pengetahuan agama dan konsekuensi.

Tabel 2 *Blue Print* Religiusitas

Blue print religiusitas sesuai dengan dimensi-dimensi religiusitas menurut Glock & Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2004:77)

Dimensi	Indikator	Sebaran aitem	Jumlah aitem
Dimensi keyakinan	<ul style="list-style-type: none"> • iman kepada Allah • iman kepada malaikat • iman kepada kitab-kitab • iman kepada rasul • iman kepada hari akhir • iman kepada qadha dan qadar 	4, 5, 6, 13, 15, 27	6
Dimensi praktik agama	<ul style="list-style-type: none"> • menjalankan perintahNya • menjauhi laranganNya 	2, 17, 19, 25, 26, 28	6
Dimensi pengalaman	<ul style="list-style-type: none"> • pengalaman seseorang atas hal-hal yang berhubungan dengan agama 	3, 10, 18, 22, 29, 30	6
Dimensi pengetahuan agama	<ul style="list-style-type: none"> • Pengetahuan seseorang akan ajaran agama • Pengetahuan seseorang akan ilmu-ilmu agama 	1, 8, 12, 16, 21, 24	6
Dimensi konsekuensi	<ul style="list-style-type: none"> • penerapan nilai-nilai agama dalam perilaku keseharian 	7, 9, 11, 14, 20, 23	6
	Total aitem		30

Sedangkan skala strategi *coping* dibuat berdasarkan pendapat Lazarus & Folkman (1984; Nevid:2003:144) mengenai pembagian strategi *coping*, sehingga *blue print* skala strategi *coping* disusun berdasarkan indikator-indikator *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*.

Tabel 3 Blue Print Strategi Coping

Blue print strategi *coping* sesuai dengan pembagian strategi coping menurut Lazarus & Folkman (1984; Nevid:2003:144)

Jenis	Indikator	Sebaran aitem	Jumlah aitem
<i>Problem-focused coping</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Penyelesaian masalah secara langsung • Penyusunan rencana pemecahan masalah • memikirkan dan mempertimbangkan alternatif pemecahan masalah • berhati-hati dalam memutuskan strategi pemecahan masalah. • Meminta pendapat orang lain dalam mengevaluasi strategi pemecahan masalah yang pernah dilakukan. • membicarakan strategi pemecahan masalah dengan orang lain yang turut terlibat. 	4, 5, 8, 10, 13, 14, 15, 16, 22, 26, 27, 29, 30	13
<i>Emotion-focused coping</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Berkhayal telah menyelesaikan permasalahan • mengandaikan sedang berada pada situasi lain yang lebih baik • Tidak mau memikirkan masalah • Menganggap seolah masalah tersebut tidak pernah terjadi . • Menyalahkan diri akan terjadinya masalah. • Mencari makna dibalik permasalahan yang terjadi • Melihat hal penting lain dalam kehidupan dirinya 	1, 2, 3, 6, 7, 9, 11, 12, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 28	17
Jumlah			30

O. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji validitas

Validitas menurut Arikunto (2006:168) adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Untuk menguji validitas, digunakan tehnik korelasi *product moment* dari Pearson, yaitu dengan cara mengkorelasikan tiap butir dengan skor totalnya. Rumus yang digunakan adalah, (Winarsunu, 2002:74)

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[(N \cdot \sum x^2) - (\sum x)^2][(N \cdot \sum y^2) - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi *product moment*

N = jumlah subyek

$\sum x$ = jumlah nilai tiap item (religiusitas)

$\sum y$ = jumlah nilai tiap item (strategi *coping*)

$\sum x^2$ = jumlah kuadrat nilai tiap item (religiusitas)

$\sum y^2$ = jumlah kuadrat nilai tiap item (strategi *coping*).

$\sum xy$ = jumlah perkalian antara kedua variabel.

Pedoman untuk menentukan validitas item adalah dengan menggunakan standar 0.2, sehingga aitem-aitem yang memiliki $r \leq 0.2$ dinyatakan gugur (Azwar: 158). Uji validitas ini dilakukan dengan bantuan komputer SPSS (*statistical program for social science*) versi 15.0 *for windows*.

Berdasarkan uji validitas, maka aitem-aitem yang dinyatakan valid dan gugur dari skala religiusitas adalah sebagai berikut :

Tabel 4 Hasil Uji Validitas Skala Religiusitas

No	Dimensi	Aitem valid	Jumlah	Aitem Gugur	jumlah
1	Keyakinan	4, 5, 13, 27, 15	5	6,	1
2	Praktik Agama	17, 25, 26, 28	4	2, 19	2
3	Pengalaman	3, 10, 18, 22, 29, 30,	6	-	-
4	Pengetahuan agama	16, 21, 24,	3	1, 8, 12	3
5	Pengamalan	7, 23,	2	9, 11, 14, 20	4
	Jumlah		20		10

Sedangkan uji validitas skala *coping* mendapatkan aitem-aitem valid dan gugur sebagai berikut :

Tabel 5 Hasil Uji Validitas Skala *Coping*

No	Jenis	Aitem valid	Jumlah	Aitem Gugur	jumlah
1	<i>Problem-focused coping</i>	4, 5, 8, 14, 15, 22, 26, 27, 30	9	10, 13, 16, 29	4
2	<i>emotion-focused coping</i>	1, 3, 6, 7, 9, 11, 12, 17, 18, 20, 23, 24, 25	14	2, 21, 28	3
	Jumlah		23		7

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Reliabilitas akan diuji dengan menggunakan analisis *Alpha* (Arikunto, 2006:165) dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen

k = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma b^2$ = jumlah varians butir

σt^2 = varians total

Pada umumnya, reliabilitas telah dianggap memuaskan bila koefisiennya mencapai 0.900 (Azwar, 2008:96). Untuk melaksanakan uji reliabilitas instrumen dikerjakan dengan menggunakan program komputer SPSS (*Statistical Program for Social Science*) versi 15.0 for windows..

Koefisien reliabilitas (α) skala religiusitas diperoleh sebesar 0.643 sedangkan koefisien reliabilitas skala strategi coping diperoleh sebesar 0.769

Tabel 6 koefisien reliabilitas skala religiusitas dan coping

Skala	Koefisien reliabilitas (α)	Kategori
Religiusitas	0.643	Reliabel
Strategi coping	0.769	Reliabel

P. Analisis Data

- 1) Untuk mengkategorikan religiusitas, maka digunakan kategorisasi untuk variable berjenjang dengan mengacu pada skor standar deviasi dengan rumus sebagai berikut :

$$M = \frac{\sum Xi}{N}$$

$$SD = \sqrt{\frac{\sum (Xi - M)^2}{N}}$$

Keterangan :

M : Mean

K : Nilai masing-masing respon

F : Frekuensi

N : Jumlah respon

Kemudian dilakukan kategorisasi dengan rumus sebagai berikut (Azwar, 2008: 109) :

$(M + 1SD) < x$	kategori tinggi
$(M - 1SD) \leq x < (M + 1SD)$	kategori sedang
$x < (M - 1SD)$	kategori rendah

- 2) Untuk mengkategorikan variabel strategi *coping* maka digunakan rumus sebagai berikut (Azwar, 2008: 112) :

$zPF \geq 0.5$ dan $zEF < 0$	<i>problem focused coping</i>
$zEF \geq 0.5$ dan $zPF < 0$	<i>emotion focused coping</i>

- 3) Untuk mengetahui adanya hubungan antara religiusitas dengan strategi *coping*, maka digunakan rumus korelasi produk momen sebagai berikut (Winarsunu, 2002:74).:

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[(N \cdot \sum x^2) - (\sum x)^2][(N \cdot \sum y^2) - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

R_{xy} = koefisien korelasi *product moment*

N = jumlah subyek

$\sum x$ = jumlah nilai tiap item (religiusitas)

$\sum y$ = jumlah nilai tiap item (strategi *coping*)

$\sum x^2$ = jumlah kuadrat nilai tiap item (religiusitas)

$\sum y^2$ = jumlah kuadrat nilai tiap item (strategi *coping*).

$\sum xy$ = jumlah perkalian antara kedua variabel.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Profil Pondok Pesantren Nurul Huda

1. Sejarah Singkat Pondok Pesantren

Pondok Pesantren Nurul Huda dirintis oleh pengasuh, Drs. KH. A. Masduqi Mahfudz melalui musholla kecil yang berada di Mergosono gang 3B. Musholla yang sebelumnya sepi oleh aktivitas ibadah mulai diramaikan oleh beliau semenjak beliau berdomisili di daerah tersebut. Walaupun pada awalnya lingkungan sekitar kurang merespon aktivitas ini, dengan ajakan yang santun, perlahan lingkungan sekitar mulai terpengaruh. Semakin lama, musholla mulai ramai dengan shalat fardlu berjama'ah. Aktivitas syiar Islam pun ditingkatkan dengan pengajian rutin, baik yang dilaksanakan di musholla maupun di sekeliling pelosok kota Malang.

Pondok Pesantren Nurul Huda mulai berdiri dan berjalan terhitung sejak tanggal 28 April 1997. Maksud dan tujuan didirikannya adalah sebagai berikut :

- a. Meningkatkan mutu pendidikan islam dalam rangka menyiapkan kader muslim yang tangguh dan mandiri.
- b. Membangkitkan semangat berbuat kebajikan, beramal soleh, shodaqoh jariyyah, infaq dan sebagainya .

- c. Mengamalkan pelayanan kemanusiaan bagi masyarakat, baik di bidang pendidikan maupun di bidang sosial, ekonomi, kesehatan dan seni budaya.
- d. Menyelenggarakan kajian–kajian Islam dan dakwah, khususnya melalui penerbitan buku keagamaan dan penerbitan dakwah lain.
- e. Mengadakan kerjasama dengan instansi pemerintah maupun swasta, baik di dalam / di luar negeri di bidang pendidikan, dakwah, ekonomi, sosial budaya dan lain–lain.

2. Lokasi Pondok Pesantren

Adapun lokasi Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono-Malang ini tepatnya berada di Jalan Kolonel Sugiono IIIB/103-Mergosono-Malang, (0341) 369187-364811. Fax. (0341) 364811. Website Pondok Pesantren Nurul Huda adalah www.mergosono.com

3. Visi, Misi dan Tujuan Pondok Pesantren

a. Visi

Menyiapkan santri yang berkualitas, beriman, bertaqwa, berakhlak mulia dan berorientasi pada pengembangan potensi diri

b. Misi

- 1) Membudayakan pola kehidupan yang Islami
- 2) Menggali potensi diri dari masing-masing santri dan mengembangkannya sesuai bakat dan potensi.

- 3) Menjadi sumber dibentuknya manusia yang berkualitas dalam berilmu pengetahuan, berkepribadian Islami yang sehat jasmani dan rohani.
- 4) Melaksanakan pendidikan berorientasi kecakapan hidup bagi seluruh santri yang sesuai dengan potensi yang ada.

c. Tujuan Pondok Pesantren

- 1) Mengantarkan santri memiliki kekuatan iman, kemanfaatan ilmu, amal sholeh dan akhlak yang mulia.
- 2) Memberikan pelayanan dan penghargaan terhadap santri - santri.
Memberikan pelayanan dan penghargaan terhadap santri.
- 3) Mengembangkan ilmu agama islam melalui pengkajian yang ilmiah.
- 4) Menjunjung tinggi, mengamalkan dan memberikan keteladanan dalam kehidupan atas dasar nilai-nilai islam.

4. Kegiatan Pondok Pesantren

a. Kegiatan Rutin Harian

- 1) Sholat Jama'ah Lima Waktu
- 2) Kegiatan Belajar Mengajar Santri (*lihat dilampir*)

b. Kegiatan Rutin Mingguan

Kegiatan rutin mingguan yang ada di Pondok Pesantren biasa dilakukan tiap malam jum'at. Diantaranya adalah;

- 1) Pembacaan Shalawat Nariyah ba'da Shalat Magrib
- 2) Pembacaan Shalawat Barzanji

- 3) Pembacaan Sholawat Diba'iyah
- 4) Pembacaan Sholawat Burdah
- 5) Pembacaan Lembaga Bahtsul Masail
- 6) Khitobah

c. Kegiatan Rutin Bulanan

Kegiatan rutin bulanan yang ada di Pondok Pesantren biasa dilakukan tiap hari-hari besar agama Islam. Diantaranya adalah;

- 1) Peringatan 1 Muharrom
- 2) Peringatan Maulid Nabi Besar Muhammad SAW
- 3) Peringatan Isro' wal Mi'roj
- 4) Haflah Akhiris Sanah

d. Kegiatan Pengembangan Minat dan Bakat

Kegiatan pengembangan minat dan bakat yang ada di Pondok Pesantren Nurul Huda ini bertujuan untuk menyalurkan minat dan bakat para santri. Kegiatan ini berada dibawah pengembangan wadah yang telah disediakan oleh pengurus Pondok Pesantren Nurul Huda, diantaranya adalah;

- 1) ULIN NUHA (Wadah Minat & Bakat Terbang)
- 2) BIAS NH (Bingkai Inspirasi & Apresiasi Santri)-(Wadah Minat & Bakat Jurnalis)
- 3) Web Siter NUHA (komunitas santri programmer & designer web site www.mergosono.com)

4) English Club NH (Wadah Minat & Bakat berbahasa asing)

5) NUHA FC (Wadah Minat & Bakat Olah Raga)

5. Unit Usaha Pondok Pesantren

Unit usaha Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono-Malang ini bertujuan untuk meningkatkan ekonomi pesantren dan sebagai ajang penyaluran kreatifitas bisnis para santri, diantaranya adalah;

a. KOPONTREN NUHA

b. WARNET NUHA

c. KANTIN NUHA

d. RENTAL NUHA

6. Struktur Kepengurusan Pondok Pesantren (*terlampir*)

7. Fasilitas dan Kondisi Pondok Pesantren

Pondok Pesantren Nurul Huda berada di kelurahan Mergosono – pemukiman padat – Kecamatan Kedungkandang, RT.05 RW.05. Malang, Berjarak ± 1,5 KM dari jantung kota Malang ke arah selatan.

Santri Pondok Pesantren Nurul Huda disamping belajar ilmu agama di pondok pesantren, juga menuntut ilmu diberbagai Universitas yang terdapat dikota Malang (mahasiswa)

Adapun fasilitas yang dimiliki:

a. Musholla

Dalam hitungan waktu keberadaan Musholla waqaf Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang merupakan musholla tertua

di lingkungan wilayah Mergosono yang digunakan untuk berbagai kegiatan masyarakat dan pesantren.

b. Asrama Putra / Putri

Santri yang tinggal di Pondok Pesantren Nurul Huda bertempat di asrama yang antara putra dan santri putri terpisah dalam asrama masing-masing.

c. Asrama Putri Tahfidzul Qur'an

Sementara khusus bagi santri putri yang menghafalkan Al-qur'an dipisahkan dalam asrama tersendiri dengan maksud untuk memaksimalkan konsentrasi belajar dan hafalanya. Sementara santri putra yang menghafalkan Al-Qur'an belum dapat dipisahkan karena keterbatasan dana dan tempat.

d. Gedung Klinik (POSKESTREN)

Gedung Klinik (POSKESTREN) merupakan sarana dan prasarana santri yang sangat penting demi pelayanan kesehatan masyarakat Pondok Pesantren Nurul Huda. Sementara tenaga medisnya diambilkan santri-santri atau masyarakat Pondok Pesantren Nurul Huda yang berkompeten dan kompatibel dibidangnya yakni santri yang juga menuntut ilmu dibidang kesehatan dan kedokteran.

e. Madrasah TPQ Binaan

Saat ini Pondok Pesantren Nurul Huda membawahi beberapa TPQ binaan, sebagai bentuk perwujudan peran serta Pondok Pesantren Nurul Huda dalam masyarakat sekitar, selain itu juga sebagai wadah

praktek para santri dalam mengamalkan dan menyebarkan ilmu yang telah diperoleh. Beberapa TPQ binaan tersebut antara lain sebagai berikut:

- 1) TPQ Hidayatul Mubtadiin Kota Lama
- 2) TPQ Nurul Huda Cipto Mulyo
- 3) TPQ Nurul Ulum Mergosono
- 4) TPQ Al-Ikhlash Mergosono
- 5) TPQ Muslimat 07 Mergosono

f. Warnet NUHA

Warung internet yang baru terealisasi bulan april 2008 ini dimaksudkan untuk membantu para santri dalam menggali informasi yang ada dan memfasilitasi para santri dalam mengerjakan serta menyelesaikan tugas-tugas kampus. Warnet ini terdiri dari 6 unit komputer dan 1 server

g. Kopontren NUHA

Koperasi Pondok pesantren yang ada mempunyai tujuan untuk memenuhi kebutuhan para santri. Adapun bidang usaha kopontren ini meliputi penyediaan alat tulis, kitab, dan lain-lain.

h. Irigasi

Untuk memenuhi kebutuhan air bersih di Pondok Pesantren Nurul Huda diambilkan dari PDAM, dan sumur artesis.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis pengujian tingkat religiusitas

Religiusitas santri pondok pesantren Nurul Huda dikategorikan menjadi tiga, yaitu : tinggi (T), sedang (S) dan rendah (R). pengkategorian tersebut diperoleh berdasarkan mean dan standar deviasi sebagai berikut :

$$M = \frac{\sum Xi}{N}$$

$$SD = \sqrt{\frac{\sum (Xi - M)^2}{N}}$$

Tabel 7 kriteria tingkat religiusitas

No.	Kriteria	Kategori
1.	$(M + 1SD) < x$	Tinggi (T)
2.	$(M - 1SD) \leq x < (M + 1SD)$	Sedang (S)
3.	$x < (M - 1SD)$	Rendah (R)

Hasil penghitungan menunjukkan nilai mean dan standar deviasi yang diperoleh dari pengisian skala religiusitas sebagai berikut:

Tabel 8 deskriptif statistik religiusitas santri

	Mean	SD	N
Xi	62.14286	6.365438	77

Kemudian kriteria pengkategorian didapatkan sebagai berikut :

Tabel 9 kategori tingkat religiusitas santri

No.	Kriteria	Kategori
1.	$68.46683 < x$	Tinggi (T)
2.	$55.81889 \leq x < 68.46683$	Sedang (S)
3.	$X < 55.81889$	Rendah (R)

Berdasarkan pengkategorian tersebut, maka dengan melihat skor religiusitas santri dapat diketahui tingkat religiusitas santri. Banyaknya santri pada tiap kategori ditampilkan dalam prosentase sebagai berikut :

Tabel 10 jumlah dan prosentase tingkat religiusitas

Tinggi		Sedang		Rendah		Total	
f	%	F	%	f	%	F	%
12	15.58%	55	71.43%	10	12.99%	77	100%

2. Analisis pengujian strategi *coping*

Strategi *coping* dibagi menjadi dua, yakni *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Oleh karena merupakan kategorisasi bukan jenjang, maka untuk memperoleh kategori yang dikehendaki diperlukan skor z yang nantinya dipergunakan dalam kriteria pengkategorian sebagai berikut :

Tabel 11 kriteria strategi coping

No.	Kriteria	Kategori
1.	$zPF \geq 0.5$ dan $zEF < 0$	<i>problem focused coping</i> (PF)
2.	$zEF \geq 0.5$ dan $zPF < 0$	<i>emotion focused coping</i> (EF)

Hasil penghitungan menunjukkan nilai mean dan standar deviasi sebagai berikut:

Tabel 12 deskriptif statistik strategi coping santri

	Mean	SD	N
PF	26.25974	3.326143	36
EF	38.7013	5.099187	41

Dari perolehan mean dan standar deviasi tersebut di atas, didapatkan skor z yang digunakan untuk mengkategorikan strategi coping. Setelah proses penghitungan diperoleh jumlah dan prosentase pada masing-masing kategori sebagai berikut :

Tabel 13 jumlah dan prosentase strategi coping

PF		EF		Total	
f	%	F	%	f	%
36	46.75%	41	53.25%	77	100%

Dari kedua analisis, yaitu analisis pengujian tingkat religiusitas dan strategi coping santri kemudian diperoleh skor dan kategori tingkat religiusitas dan strategi coping masing-masing santri sebagai berikut:

**Tabel 14 skor dan kategori tingkat religiusitas
dan strategi coping santri**

subyek	Religi usitas	Kategori	Coping				Kategori
			PF	EF	z PF	z EF	
1	65	Sedang	22	34	-1.28068	-0.92197	EF
2	74	Tinggi	35	45	2.627746	1.235236	PF
3	58	Sedang	26	39	-0.07809	0.058578	EF
4	56	Sedang	23	39	-0.98004	0.058578	EF
5	68	Sedang	24	38	-0.67939	-0.13753	EF
6	71	Tinggi	30	43	1.124504	0.843017	PF
7	61	Sedang	28	39	0.523207	0.058578	PF
8	67	Sedang	32	41	1.725801	0.450797	PF
9	65	Sedang	27	46	0.222558	1.431346	EF
10	60	Sedang	29	44	0.823855	1.039126	EF
11	66	Sedang	24	39	-0.67939	0.058578	EF
12	66	Sedang	28	39	0.523207	0.058578	PF
13	52	Rendah	22	43	-1.28068	0.843017	EF
14	48	Sedang	23	36	-0.98004	-0.52975	EF
15	56	Sedang	27	43	0.222558	0.843017	EF
16	62	Sedang	29	39	0.823855	0.058578	PF
17	72	Tinggi	29	44	0.823855	1.039126	EF
18	62	Sedang	31	32	1.425152	-1.31419	PF
19	53	Rendah	29	42	0.823855	0.646907	PF
20	72	Tinggi	21	38	-1.58133	-0.13753	EF
21	53	Rendah	26	39	-0.07809	0.058578	EF
22	75	Tinggi	29	46	0.823855	1.431346	EF
23	72	Tinggi	29	41	0.823855	0.450797	PF
24	76	Tinggi	26	26	-0.07809	-2.49085	PF
25	64	Sedang	24	39	-0.67939	0.058578	EF
26	62	Sedang	29	38	0.823855	-0.13753	PF
27	55	Rendah	34	41	2.327098	0.450797	PF
28	68	Sedang	28	37	0.523207	-0.33364	PF
29	67	Sedang	29	42	0.823855	0.646907	PF
30	58	Sedang	27	39	0.222558	0.058578	PF
31	59	Sedang	27	36	0.222558	-0.52975	PF
32	57	Sedang	24	35	-0.67939	-0.72586	PF
33	56	Sedang	26	40	-0.07809	0.254688	EF
34	62	Sedang	23	33	-0.98004	-1.11808	PF
35	65	Sedang	27	36	0.222558	-0.52975	PF
36	58	Sedang	26	36	-0.07809	-0.52975	PF
37	56	Sedang	27	40	0.222558	0.254688	EF
38	60	Sedang	29	49	0.823855	2.019675	EF
39	60	Sedang	25	42	-0.37874	0.646907	EF
40	68	Sedang	30	42	1.124504	0.646907	PF

41	68	Sedang	29	39	0.823855	0.058578	PF
42	69	Tinggi	28	45	0.523207	1.235236	EF
43	63	Sedang	25	41	-0.37874	0.450797	EF
44	66	Sedang	27	46	0.222558	1.431346	EF
45	63	Sedang	27	36	0.222558	-0.52975	PF
46	64	Sedang	29	35	0.823855	-0.72586	PF
47	70	Tinggi	26	35	-0.07809	-0.72586	PF
48	70	Tinggi	26	35	-0.07809	-0.72586	PF
49	64	Sedang	29	35	0.823855	-0.72586	PF
50	74	Tinggi	30	45	1.124504	1.235236	EF
51	58	Sedang	29	41	0.823855	0.450797	PF
52	63	Sedang	24	42	-0.67939	0.646907	EF
53	59	Sedang	25	40	-0.37874	0.254688	EF
54	64	Sedang	27	41	0.222558	0.450797	EF
55	62	Sedang	25	37	-0.37874	-0.33364	EF
56	60	Sedang	26	42	-0.07809	0.646907	EF
57	60	Sedang	28	44	0.523207	1.039126	EF
58	62	Sedang	23	28	-0.98004	-2.09863	PF
59	60	Sedang	26	44	-0.07809	1.039126	EF
60	64	Sedang	28	46	0.523207	1.431346	EF
61	68	Sedang	36	54	2.928395	3.000223	EF
62	70	Tinggi	25	40	-0.37874	0.254688	EF
63	50	Rendah	22	36	-1.28068	-0.52975	EF
64	53	Rendah	22	37	-1.28068	-0.33364	EF
65	51	Rendah	23	37	-0.98004	-0.33364	EF
66	53	Rendah	21	38	-1.58133	-0.13753	EF
67	67	Sedang	21	31	-1.58133	-1.5103	EF
68	58	Sedang	25	31	-0.37874	-1.5103	PF
69	61	Sedang	24	34	-0.67939	-0.92197	PF
70	58	Sedang	26	34	-0.07809	-0.92197	PF
71	57	Sedang	24	29	-0.67939	-1.90252	PF
72	54	Rendah	24	30	-0.67939	-1.70641	PF
73	54	Rendah	25	28	-0.37874	-2.09863	PF
74	58	Sedang	19	41	-2.18263	0.450797	EF
75	57	Sedang	20	32	-1.88198	-1.31419	EF
76	66	Sedang	21	38	-1.58133	-0.13753	EF
77	62	Sedang	23	33	-0.98004	-1.11808	PF

3. Analisis pengujian hipotesis

Terkait dengan pembagian strategi *coping* menjadi *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*, maka pengujian hipotesis hubungan antara tingkat religiusitas dengan strategi *coping* dilakukan dua

kali, yang pertama yaitu hubungan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping* dan yang kedua adalah hubungan antara tingkat religiusitas dengan *emotion-focused coping*. Dengan bantuan program SPSS (*Statistical Program for Social Science*) 15.0 for windows, pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi product moment diperoleh hasil sebagai berikut :

a. Hubungan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping*

Berdasarkan analisis dengan menggunakan teknik korelasi product moment untuk menguji adanya hubungan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping*, dengan bantuan teknik komputasi menggunakan SPSS 15.0 diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 15

Hubungan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping*

		religiusitas	PFcoping
religiusitas	Pearson Correlation	1	.372**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	77	77
PFcoping	Pearson Correlation	.372**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	77	77

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari tabel tersebut diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping* dengan koefisien korelasi sebesar 0.372, artinya tingkat religiusitas memiliki pengaruh sebesar 37.2% terhadap *problem-focused coping*.

Nilai korelasi sebesar 0.372 menurut Young (dalam Trihendradi, 2005: 78) menunjukkan derajat hubungan yang rendah.

b. Hubungan antara tingkat religiusitas dengan *emotion-focused coping*

Berdasarkan analisis dengan menggunakan teknik korelasi product moment untuk menguji adanya hubungan antara tingkat religiusitas dengan *emotion -focused coping*, dengan bantuan teknik komputasi menggunakan SPSS 15.0 diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 16

Hubungan antara tingkat religiusitas dengan *emotion -focused coping*

		religiusitas	EFcoping
religiusitas	Pearson Correlation	1	.207
	Sig. (2-tailed)		.071
	N	77	77
EFcoping	Pearson Correlation	.207	1
	Sig. (2-tailed)	.071	
	N	77	77

Dari tabel tersebut diperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan *emotion-focused coping*.

Hal tersebut terlihat dari $p > \alpha$, yakni $0.07 > 0.05$.

C. Pembahasan

1. Deskripsi Tingkat Religiusitas Santri

Religiusitas seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, dalam konteks kehidupan di pondok pesantren sesungguhnya faktor-faktor tersebut terlihat dalam kehidupan keseharian di pondok pesantren tersebut. Sebagaimana dikatakan Thouless (2000:34) mengenai beberapa faktor

yang mempengaruhi religiusitas, maka religiusitas santri dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain:

- e. Pengaruh pendidikan atau pengajaran dan berbagai tekanan sosial (faktor sosial). Faktor ini tergambarkan dengan jelas melalui kegiatan pengajaran yang ada di pesantren dimana pengajaran tersebut selalu mengedepankan pendidikan keislaman yang akan membawa pengaruh terhadap religiusitas santri.
- f. Berbagai pengalaman yang membantu sikap keagamaan. Faktor pengalaman keagamaan dapat diperoleh melalui kegiatan-kegiatan yang diadakan pesantren, misalnya sholat fardlu berjamaah, pembacaan shalawat serta peringatan hari-hari besar Islam.
- g. Faktor-faktor yang seluruhnya atau sebagian timbul dari kebutuhan-kebutuhan yang tidak terpenuhi, terutama kebutuhan-kebutuhan terhadap keamanan, cinta kasih, harga diri dan ancaman kematian. Terkadang tidak semua kebutuhan dapat sekaligus terpenuhi, misalnya kondisi santri yang jauh dari keluarga selama menuntut ilmu membuat santri tersebut semakin mendekatkan dirinya pada Allah, sehingga justru dari kebutuhan-kebutuhan yang tidak terpenuhi maka santri menjadi bertambah kedekatannya dengan Sang Pencipta.
- h. Berbagai proses pemikiran verbal (faktor intelektual). Faktor ini didukung oleh keberadaan santri-santri senior yang dapat dimanfaatkan melalui media *sharing* antar santri.

Melihat adanya faktor-faktor yang sangat mendukung religiusitas santri dalam kehidupan kesehariannya di pondok pesantren, maka sudah semestinya tingkat religiusitas santri kebanyakan berada pada kategori sedang sampai tinggi. Hal tersebut mengingat bahwa secara kualitas pondok pesantren memiliki banyak porsi dalam menyediakan faktor-faktor pendukung religiusitas.

Berdasarkan hasil analisa tingkat religiusitas, diperoleh data bahwa tingkat religiusitas santri terbagi menjadi tiga dengan masing-masing tingkat memiliki jumlah prosentase yang berbeda. Santri yang memiliki tingkat religiusitas pada kategori tinggi sejumlah 15.58%, sedangkan kategori sedang memiliki porsi terbesar yakni sebanyak 71,43%, lalu sisanya pada kategori rendah sebanyak 12.99%.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas santri termasuk kategori sedang, sedangkan kategori tinggi dan rendah memiliki prosentase yang hampir sama.

2. Deskripsi Strategi *Coping* Santri

Secara singkat, *coping* dapat dikatakan sebagai cara individu untuk mengatasi tekanan masalah. Kecenderungan individu dalam perilaku *coping*nya berbeda-beda, sebagian cenderung *problem-focused coping* (berfokus pada masalah) dan sebagian yang lain memilih *emotion-focused coping* (berfokus pada emosi). Beberapa indikator perilaku yang disesuaikan dengan indikator *coping* menurut Aldwin & Revenson (Afandi: 2004) dipergunakan dalam penyusunan skala *coping* ini.

Permasalahan yang dihadapi santri tidak terbatas pada permasalahan di pondok pesantren saja, melainkan segala masalah yang mungkin muncul dalam kehidupan santri sebagai individu yang memiliki banyak aspek dan dimensi serta melibatkan latar lain selain latar pesantren, semisal kampus atau pekerjaan. Melalui pertimbangan akan variasi kecenderungan-kecenderungan santri dalam menghadapi sebuah permasalahan yang menekan, maka didapatkanlah kelompok santri yang termasuk ke dalam kelompok *problem-focused coping* maupun kelompok lain santri dalam kelompok *emotion-focused coping*.

Setelah dilakukan analisis pengujian strategi coping santri diketahui bahwa terdapat 53.25% santri yang termasuk ke dalam kelompok yang menggunakan *emotion-focused coping* dalam menghadapi tekanan permasalahan yang dihadapinya, sehingga sisanya sejumlah 46.75% diketahui cenderung menggunakan *problem-focused coping*.

Lebih dari separuh santri menggunakan *emotion-focused coping*, artinya ketika menghadapi tekanan permasalahan, mereka cenderung berfokus pada emosi yang mereka rasakan. Dalam hal ini misalnya menyalahkan diri atas permasalahan yang terjadi dan atau dengan mengalihkan perhatian pada hal lain diluar permasalahan tersebut agar dirinya merasa terhibur dan mendapatkan perasaan yang lebih baik.

Sebaliknya, kurang dari separuh santri cenderung menggunakan *problem-focused coping*, artinya ketika menghadapi tekanan permasalahan mereka cenderung berfokus pada masalah yang sedang dihadapi. Hal ini

ditandai dengan kehati-hatian dalam mengambil keputusan penyelesaian masalah dan atau perencanaan akan sebuah strategi yang akan dijalankan dalam memecahkan masalah tersebut atau juga dengan melibatkan orang lain yang pada dasarnya juga terlibat akan munculnya permasalahan tersebut.

3. Deskripsi Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Strategi *Coping* Santri

Religiusitas merupakan salah satu faktor yang menjadi sumber coping menurut Pergament (1997:101) di samping faktor-faktor lain sebagai berikut :

- f. materi (seperti makanan, uang);
- g. fisik (seperti vitalitas dan kesehatan);
- h. psikologis (seperti kemampuan *problem solving*);
- i. sosial (seperti kemampuan interpersonal, dukungan sistem sosial);
dan
- j. spiritual (seperti perasaan kedekatan dengan Tuhan).

Salah satu dari sisi spiritual seseorang terlihat melalui religiusitasnya. Sementara itu, menurut Glock & Stark (Robertson, 1988; Ancok dan Suroso, 2004:77) religiusitas tercermin dalam berbagai dimensi, yakni dimensi keyakinan (*ideological*), praktik agama (*ritualistic*), pengalaman (*experiential*), pengetahuan agama (*intellectual*) dan konsekuensi (*consequential*). Dimensi-dimensi tersebut menggambarkan bahwa religiusitas melibatkan setiap sisi kehidupan

manusia hingga konskuensi keseharian hidupnya. Oleh karenanya, ketika menghadapi permasalahan pun agama memiliki pengaruh dan keterlibatan.

Dalam redaksi yang berbeda, Islam telah memberikan tuntunan agar manusia menghadapi masalah dengan cara yang benar. Diantaranya disebutkan dalam Al-Quran, bahwa dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan manusia hendaknya bersabar, yakni sesuai dengan Al-Baqarah:177

﴿ لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ ءَامَنَ بِاللَّهِ
وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَءَاتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي
الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَأَبْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ
الصَّلَاةَ وَءَاتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ
وَالصَّرَآءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ ﴿١٧٧﴾

Artinya:

“kebajikan itu bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan ke barat, tetapi kebajikan itu ialah (kebajikan) orang yang beriman kepada Allah, hari akhir, malaikat-malaikat, kitab-kitab dan nabi-nabi, dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabat, anak yatim, orang-orang miskin, orang-orang yang dalam perjalanan (musafir), peminta-minta dan untuk memerdekakan hamba sahaya, yang melaksanakan shalat dan menunaikan zakat, orang-orang yang menepati janji apabila berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kemelaratan, penderitaan, dan pada masa peperangan. Mereka itulah orang-orang yang benar, dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa.” (Depag RI, 2005)

Sebagaimana telah diungkap oleh Al-Raghib Al-Asfahani (dalam Shihab 2007:169), bahwa sabar yang diungkap dalam Al-Qur'an bukan berarti diam tidak melakukan apa-apa tapi justru bergerak dan menghadapi permasalahan dengan memantapkan hati serta iman kepada Allah sehingga bisa mencapai apa yang diinginkan. Dalam konteks *coping*, hal tersebut berarti bahwa dalam menghadapi tekanan permasalahan maka hendaknya permasalahan tersebut dihadapi hingga benar-benar selesai. Menghadapi permasalahan ini dalam indikator *problem-focused coping* disebut dengan "*instrumental action*".

Analisis pengujian hubungan antara tingkat religiusitas dengan *coping* dilakukan dua kali, yakni yang pertama pengujian hubungan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping*. Diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping*. Koefisien korelasi yang positif menandakan adanya hubungan yang searah antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping*, artinya semakin tinggi religiusitas seseorang maka orang tersebut semakin cenderung pada *problem-focused coping*. Nilai koefisien korelasi sebesar 0.372 memiliki arti bahwa hubungan tersebut merupakan hubungan yang lemah.

Terbuktinya hubungan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping* menunjukkan bahwa pada sebagian santri pondok pesantren Nurul Huda telah mampu menginternalisasikan nilai-nilai

agamanya hingga pada cara mereka mengatasi tekanan masalah yaitu pada kecenderungan *coping* mereka.

Santri dididik untuk menerapkan nilai-nilai agama dalam diri mereka melalui berbagai media pembelajaran dalam pesantren. Mereka dipersiapkan untuk menjadi seorang mukmin sejati sehingga bisa memperoleh kebahagiaan sejati di dunia dan di akhirat. Disebutkan dalam Al-Qur'an bahwa selain manusia yang beriman akan mudah menjadi putus asa untuk menggapai keinginan ketika mereka dihadapkan pada kesulitan.

Hal ini sesuai dengan QS Hud: 9-11 sebagai berikut :

وَلَيْنَ أَذَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ إِنَّهُ لَيَكْفُرُ ۖ وَلَيْنَ

أَذَقْنَاهُ نِعْمَاءَ بَعْدَ ضِرَاءٍ مَسَّتَهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي ۚ إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ ۖ

إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَٰئِكَ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ۖ

artinya:

“dan, jika kami rasakan kepada manusia suatu rahmat (nikmat) dari Kami, kemudian rahmat itu Kami cabut daripadanya, pastilah dia menjadi putus asa lagi tidak berterima kasih. 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 beroleh ampunan dan pahala yang besar” (Depag RI, 2005)

Mengenai ayat ini, seorang ulama tafsir kenamaan, Al-Hafidz Ibnu

Katsir (dalam Al-Qarni, 2007: 166) mengungkapkan bahwa manusia

memiliki sifat-sifat tercela dalam dirinya, kecuali orang-orang beriman yang telah diberi rahmat oleh Allah. Manusia menjadi putus asa dan patah semangat untuk mencapai kebaikan ketika dia mendapat kesulitan. Saat itu juga orang tersebut mengingkari kebaikan-kebaikan yang pernah didupatkannya sebelumnya serta tidak mengharapkan jalan keluar.

Ungkapan tersebut memberikan pengetahuan bahwa ketika seseorang beriman dan mendapat rahmat dari Allah, maka dia akan mampu menghadapi kesulitan dan tetap bersabar, sedangkan ketika manusia yang tidak beriman (atau sedang tidak beriman) akan menjadi mudah berputus asa ketika mendapatkan kesulitan.

Diceritakan lebih lanjut oleh Al-Qarni (2007: 209) bahwa Umar mengatakan , ”Ketika pagi tiba, saya tidak punya target apapun, kecuali saya akan menikmati semua qadha’ Ilahi”. Maksud dari kalimat tersebut adalah bahwa seorang mukmin sejati telah siap dengan kenyataan apapun yang akan dihadapinya sehingga kemudian apapun yang dihadapinya mukmin tersebut akan sanggup melalui dan menyelesaikannya. Sesulit apapun permasalahan itu, maka ketegaran dan kesabaran menjadi kunci yang tidak dimiliki oleh manusia lain yang tidan memiliki iman kepada Allah.

Melalui ayat-ayatNya pula Allah memberi tuntunan bahwa kesibukan pada hal-hal yang sepele dengan berlarut-larut dalam kesedihan adalah hal yang sia-sia. Disebutkan dalam QS Ali Imran: 168

الَّذِينَ قَالُوا لِإِخْوَانِهِمْ وَقَعَدُوا لَوْ أَطَاعُونَا مَا قُتِلُوا قُلْ فَادْرَأُوا عَنْ أَنْفُسِكُمُ

الْمَوْتَ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴿٦٨﴾

Artinya:

”orang-orang yang berkata kepada saudara-saudaranya dan mereka tidak turut pergi berperang: ”sekiranya merekamengikuti kita, tentulah mereka tidak terbunuh”. Katakanlah: ”tolaklah kematian itu darimu, jika kamu orang-orang yang benar.”

Ayat tersebut memberika pemahaman bahwa terkadang memang ada kenyataan yang tidak bisa dirubah, akan tetapi bukan untuk ditangisi dan diratapi melainkan untuk diambil pelajaran sehingga manusia bisa lebih mencintai Allah. Selanjutnya diterangkan pula dalam QS Al-Insyiqaq:6

يَتَأْتِيهَا إِلَّا نَسْنُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدًّا حَا فَمُلْقِيهِ ﴿٦٩﴾

Artinya:

”sesungguhnya kamu telah bekerja sungguh-sungguh menuju Rabbmu, maka kamu pasti akan menemuinya”

Sedangkan pada analisis pengujian hubungan antara tingkat religiusitas dengan *emotion-focused coping*, memberikan hasil p sebesar 0.071, nilai p tersebut lebih besar dari α yaitu 0.05 sehingga diperoleh kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan *emotion-focused coping*. Terkait dengan hasil temuan yang didapatkan di lapangan bahwa lebih dari separuh santri cenderung

menggunakan *emotion-focused coping* dalam menghadapi tekanan permasalahan yang dirasakannya, hal tersebut bukan berarti religiusitas santri berada pada tingkat yang rendah sebagaimana hubungan searah religiusitas dengan *problem-focused coping* karena hasil pengujian berikutnya justru mendapatkan temuan bahwa tingkat religiusitas dengan *emotion-focused coping* tidak memiliki hubungan yang signifikan.

Tidak adanya hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan *emotion-focused coping* ini menandakan adanya faktor lain yang berperan dalam kecenderungan lebih dari sebagian santri Pondok Pesantren Nurul Huda menggunakan *emotion-focused coping* sebagai strategi *coping* para santri tersebut. Faktor lain inilah yang berada di luar kemampuan peneliti untuk digali lebih lanjut. Sebagaimana telah diungkapkan oleh Pergament (1997:101) bahwa selain faktor spiritual, terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi pemilihan strategi *coping* seseorang yakni faktor materi, fisik, psikologis dan sosial.

Sebagian waktu santri memang dihabiskan untuk kegiatan di dalam pondok pesantren. Namun begitu, perlu dicermati pula bahwa santri menghabiskan sebagian waktunya yang lain dengan kegiatan-kegiatan diluar pondok, sehingga hal tersebut memungkinkan adanya faktor lain dalam pemilihan strategi *coping* para santri tersebut.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Beberapa poin yang dapat dijadikan kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tingkat religiusitas santri berikut persentasenya terbagi menjadi tiga, yaitu tingkat tinggi sebesar 15.58%, sedang sebesar 71.43% dan rendah sebesar 12.99%.
2. Strategi *coping* santri terbagi menjadi dua yakni sebesar 46.75% santri termasuk kategori *problem-focused coping* dan 53.25% termasuk kategori *emotion-focused coping*.
3. Analisis hubungan antara tingkat religiusitas dengan strategi coping dilakukan dua kali, dari analisis pertama diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan *problem-focused coping* dengan $r_{xy} = 0.372$ dan $p = 0.001$, dari analisis berikutnya diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan *emotion-focused coping* dengan $r_{xy} = 0.207$ dan $p = 0.071$.

B. Saran

1. Bagi penelitian lain untuk mempertimbangkan beberapa kelemahan dalam penelitian ini agar dijadikan perhatian, yakni beberapa kelemahan antara lain dalam keterbatasan kemampuan peneliti dalam

menyampaikan serta keterbatasan kemampuan dalam menciptakan instrument yang memiliki validitas dan reliabilitas yang lebih handal.

2. Bagi penelitian lain yang mengkaji variabel terikat yang sama untuk mempertimbangkan faktor lain sebagai variabel bebas yang mungkin berpengaruh terhadap pemilihan strategi *coping*. Sebagaimana diungkapkan Pergament, terdapat faktor-faktor selain religiusitas yang mempengaruhi pemilihan strategi *coping*, yaitu faktor materi, fisik, psikologis, dan sosial.
3. Bagi pengasuh pondok disarankan agar memberikan pembekalan mengenai pemilihan strategi *coping* yang efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. A. 2004. *Coping Behavior Al-Ghazali pada Mahasiswa Psikologi Semester VII UIN Malang*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang.
- Al-Qarni, 'Aidh. 2007. *La tahzan Jangan Bersedih*. Cet.41. Qisthi Press: Jakarta.
- Al Quran dan Terjemahnya. 2005. Departemen Agama RI.
- Alsa, Asmadi. 2007. *Pendekatan Kuantitatif & Kualitatif serta Kombinasinya dalam Penelitian Psikologi*. Cet.III. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Ancok, Djamaludin, Suroso, F. N. 2004. *Psikologi Islami, Solusi atas Problem-Problem Psikologi*. Cet. V. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Arikunto, Suharsimi. 1993. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Ed:2. Rineka Cipta. Jakarta.
- Azwar, Saifuddin. 2007. *Metode Penelitian*. Cet.VII. Pustaka Pelajar : Yogyakarta.
- _____. 2008. *Reliabilitas dan Validitas*. Cet.VIII. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- _____. 2008. *Penyusunan Skala Psikologi*. Cet.X. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Chaplin, JP. 1999. *Kamus Lengkap Psikologi*. Cet.V. Terj: Kartono. Rajawali Press. Jakarta.
- Coelho, R., Amorim, I., Prata, J. 2003. Coping Styles and Quality of Life in Patiens with Non-insulin-dependent Diabetes Melitus. *Psychosomatics*. 44, 312-318.
- Crapps, Robert W. 1993. *Dialog Psikologi dan Agama sejak William James hingga Gordon W. Allport*. Kanisius : Yogyakarta.
- Christensen, U., Schmidt, L., Kriegbaum, M., Hougaard, C.O., Holstein, B. E. 2006. Coping With Unemployment: Does Educational Attainment Make Any Difference ?. *Scandinavian Journal Of Public Health*. 34, 36-370. On-line: www.sagepublications.com. Akses: 29 April 2009.

- Fanani, Mohammad. 2009. *Agama sebagai Salah Satu Modalitas Terapi dalam Psikiatri*. <http://pustaka.uns.ac.id/>; akses 12 Maret 2009.
- Feldman, Robert S. 1990. *Understanding Psychology*. Mc Graw-Hill: New York.
- Frisancho, Susana. 1997. *The Relationship Between The Primary Appraisal Of Stress, Dialectical Thinking And Moral Dilemmas That Threaten The Self*. <http://wzus.ask.reference.com>. Akses : 31 Oktober 2008
- Jalaluddin. 2007. *Psikologi Agama*. Ed. Revisi 10. Rajawali Press. Jakarta.
- Mu'tadin, Zainal. 2002. *Strategi Coping*. www.e-psikologi.com Akses 31 Oktober 2008.
- Nashori, F., Mucharam, R. D. 2002. *Mengembangkan Kreativitas dalam Perspektif Psikologi Islami..* Menara Kudus Jogjakarta : Jogjakarta.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., Greene, B. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta : Erlangga.
- Pergament, Kenneth I. 1997. *The Psychology of Religion and Coping Theory Research, Practice*. Guilford Press: New York.
- Rahayu, Iin Tri. 2003. *Tingkat Religiusitas antara Mahasiswa yang Berlatarbelakang SMU dan MAN di STAIN Malang*. Psikodinamik. Vol.5. No. 2 Juli 2003
- Rini, Setyo. 2004. Hubungan antara Keterbukaan Diri dengan Kemampuan Problem Solving pada Santri Pondok Pesantren. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhamadiyah Surakarta. Abstrak on-line: <http://etd.library.ums.ac.id>. Akses : 12 Maret 2009.
- Shihab, Quraish. 2007. *Secercah Cahaya Ilahi*. Mizan: Bandung.
- Sugiyono. 2008. *Statistika untuk Penelitian*. cet.13. Bandung : Alfabeta.
- Taylor, Shelley E. 2003. *Health Psychology*. ed.5. McGraw-Hill: New York.
- Thouless, Robert H. 2000. *Pengantar Psikologi Agama*. cet.3. Rajawali Press: Jakarta.
- Trihendradi, Cornelius. 2005. *SPSS 12 Statistik Inferen Teori Dasar dan Aplikasinya*. Andi: Yogyakarta

Winarsunu, Tulus. 2002. *Statistika dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. UMM Press: Malang.