

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hidup dan persoalannya menjadi hal yang selalu menyibukkan seseorang, bahkan sering menjadikan manusia putus asa. Persoalan-persoalan tersebut semakin menjadi sangat kompleks ketika berasal dari dalam diri seseorang maupun dari luar. Kadangkala, permasalahan yang muncul tersebut dapat berasal dari adanya perubahan-perubahan sosial di masyarakat.

Perubahan-perubahan sosial yang serba cepat sebagai konsekuensi modernisasi, industrialisasi, kemajuan ilmu pengetahuan, dan teknologi mempunyai dampak kehidupan pada masyarakat. Perubahan sosial tersebut telah mempengaruhi nilai kehidupan masyarakat sehingga tidak semua orang mampu menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan tersebut, yang pada gilirannya dapat menimbulkan ketegangan atau stress pada dirinya (Hawari, 1999: 2).

Dampak lain yang tampak jelas yakni adanya perubahan pola hidup atau gaya hidup yang menganggap asing nilai-nilai moral, etika, agama, dan meninggalkan tradisi lama yang telah berkembang kuat dalam masyarakat. Akan tetapi dalam kenyataannya kemakmuran materi yang diperoleh ternyata tidak selamanya membawa kesejahteraan (Hawari, 1999: 13).

Secara ideal, manusia modern merupakan manusia yang mampu berpikir logis, dan mampu menggunakan fasilitas teknologi yang telah ada. Namun seiring perkembangan zaman yang serba modern ini tidak diimbangi dengan pemahaman individu terhadap kemajuan zaman tersebut. Akibatnya menimbulkan gangguan kejiwaan, dan gejala ini pada akhirnya akan menimbulkan multi krisis, diantaranya krisis kepercayaan, ideologi, ekonomi, sosial dan politik yang mengakibatkan individu yang ada di dalamnya melakukan tindakan destruktif dan bertindak di luar aturan-aturan hukum ataupun norma yang ada di masyarakat (Maghfuron, 2008: 10).

Banyak manusia yang mengalami kegoncangan dalam hidupnya. Frustrasi, kecewa, bahkan karena putus asa, nekat melakukan tindakan bunuh diri. Itu tidak lain karena ajaran agama yang menjadi pegangan hidupnya tidak seimbang dengan kekuatan akal pikiran yang ada pada dirinya (Masruroh, 2012: 2).

Kasus bunuh diri di Indonesia belakangan ini dinilai cukup memprihatinkan karena angkanya cenderung meningkat sehingga perlu mendapat perhatian serius pemerintah. Ketua Lembaga Kajian dan Pencegahan Bunuh Diri (LKPBD) Kunang-kunang Al Qodir Cangkringan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta Wiranata Adi, di Sleman, Jumat. Ia mengatakan, WHO atau Organisasi Kesehatan Dunia pada 2010 melaporkan angka bunuh diri di Indonesia mencapai 1,6 hingga 1,8 per 100.000 jiwa.

Karena itu dalam menghadapi persoalan-persoalan sosial yang membelit, manusia membutuhkan kontrol dari dalam dirinya agar tidak sampai melakukan

hal-hal negatif ketika dihadapkan pada sebuah persoalan. Adanya kontrol ini kemudian menjadi salah satu cara agar manusia tetap memahami permasalahan, dan kemudian mendapatkan jalan keluar.

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (Ghufron & Risnawita, 2011: 22).

Dengan adanya kontrol diri, maka diharapkan kesenjangan-kesenjangan yang terjadi dapat diminimalisir. Individu akan siap menghadapi era modern dan mampu menyiapkan diri menghadapi persoalan-persoalan sosial yang ada di masyarakat. Karena dengan memiliki kontrol diri, manusia merasa lebih siap berhadapan dengan kondisi lingkungan, lebih bisa mengantisipasi kemungkinan-kemungkinan yang terjadi di sekitarnya.

Di samping itu, dengan melihat fenomena di atas, maka juga perlu adanya upaya untuk mengajak manusia berbuat *amar ma'ruf nahi munkar* agar manusia mendapatkan kebahagiaan, baik di dunia maupun di akhirat.

Secara umum, religiusitas merupakan faktor protektif dari berbagai perilaku disfungsional. Orang yang memiliki orientasi keberagamaan selalu meletakkan Tuhan di atas dirinya (menekankan keimanan). Tentunya hal ini akan

direfleksikan dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam konteks personal maupun interpersonal. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa orientasi keberagamaan berkorelasi secara positif dengan kesejahteraan psikologi. Dengan kata lain, keberagamaan akan mempengaruhi perilaku secara positif (Thobagus, 2011: 535).

Dari paparan di atas maka dapat dikatakan keberagamaan sangat mempengaruhi sikap seseorang, dalam menerima stimulus-stimulus yang ada di lingkungannya. Keberagamaan ini yang kemudian menjadi faktor penentu seseorang dapat berhasil atau tidak dalam menekan stimulus-stimulus negatif dari lingkungan, dan mengembangkannya menjadi respon positif.

Kontrol diri dan pengetahuan agama sepertinya akan menjadi faktor penentu seseorang menjadi lebih siap menghadapi fase-fase dalam kehidupan menuju kebahagiaan.

Berkaca pada latar belakang di atas, maka hal inilah yang kemudian membuat peneliti ingin melihat lebih jauh dan menggali lebih dalam lagi, tentang bagaimana konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu, dilihat berdasarkan teori Averil dan perbandingannya. Di mana nantinya akan diharapkan terdapat temuan tentang konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu terkait aspek-aspek dan upaya atau proses mendapatkan kontrol diri. Sehingga dengan diketahui konsep kontrol diri dalam agama Islam, Kristen, dan Hindu maka dapat diharapkan manfaatnya dalam menghadapi berbagai persoalan-persoalan sosial muncul. Untuk itu peneliti tertarik mengkaji permasalahan tersebut. Untuk memperoleh gambaran yang jelas, maka peneliti

tuangkan dalam rencana penelitian ini dengan judul *Analisa Konsep Kontrol Diri Umat Beragama (Studi Komparasi Penganut Agama Islam, Kristen, dan Hindu)*.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar konteks penelitian, maka fokus utama penelitian ini adalah “konsep kontrol diri umat beragama” studi komparasi penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu. Sedangkan sub fokus penelitian ini adalah:

1. Konsep kontrol diri berdasarkan perspektif penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu.
2. Konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu berdasarkan teori Averil.
3. Perbandingan kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu berdasarkan teori Averil.

C. Pertanyaan Penelitian

Sehubungan dengan latar belakang di atas, maka dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimanakah konsep kontrol diri berdasarkan perspektif penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu?
2. Bagaimana konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu berdasarkan teori Averil?

3. Bagaimana perbandingan konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu berdasarkan teori Averil?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui konsep kontrol diri berdasarkan perspektif penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu.
2. Mengetahui konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu berdasarkan teori Averil.
3. Mengetahui perbandingan konsep kontrol diri penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu berdasarkan teori Averil.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan keilmuan, baik dari aspek teoritis maupun praktis, diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Memberi pengetahuan terkait pandangan penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu tentang konsep kontrol diri berdasarkan teori Averil dalam psikologi, dan memberi pengetahuan tentang konsep kontrol diri berdasarkan perspektif penganut agama Islam, Kristen, dan Hindu, sehingga dapat diketahui konsep kontrol diri dalam agama Islam, Kristen, dan Hindu.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, proses dari hasil penelitian ini merupakan maksud menyalurkan ilmu pengetahuan yang diperoleh dalam perkuliahan melalui penulisan karya ilmiah berupa skripsi.
- b. Sebagai bahan untuk referensi bagi masyarakat luas, khususnya mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang untuk mendapatkan kontrol diri sesuai dengan apa yang telah diajarkan pada agama Islam, Kristen, dan Hindu.