

## Bab I Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Mahasiswa dapat diartikan sebagai peserta didik yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, Setelah banyak belajar dan mengambil mata kuliah yang sesuai dengan jurusannya, maka di akhir nanti mereka akan membuat tugas yang akan berdampak sekali pada kelulusan yaitu skripsi, penyusunan skripsi ini tentunya akan dibimbing terlebih dahulu oleh dosen pembimbing yang akan membimbing setiap tahap skripsi yang mahasiswa kerjakan. Namun tidak semua mahasiswa mampu menangani semua prosesnya dengan baik, banyak pula yang akhirnya lebih dari tenggang waktu yang seharusnya karena bingung, penat, stres mengerjakan skripsi tersebut, karena skripsi bukan hanya mengerjakan sendiri seperti tugas biasanya, tetapi perlu adanya koordinasi dengan beberapa dosen pembimbing yang tentunya akan menunjang kualitas dari skripsi tersebut nantinya.

Seperti yang dikatakan oleh Siswoyo (2007) mahasiswa adalah individu yang belajar di perguruan tinggi negeri dan swasta atau perguruan tinggi sederajat yang dianggap mampu bertindak dan berpikir kritis. Sebagai peserta didik, mahasiswa memiliki kewajiban untuk menuntut ilmu dan mengerjakan tugas, salah satu tugas mahasiswa terkhusus pada mahasiswa tingkat akhir ialah menyusun skripsi.

Rata-rata mahasiswa berada pada rentang usia 18-25 tahun yang termasuk ke dalam bagian dari masa dewasa awal. Menurut Santrock (2011) masa dewasa awal adalah transisi dari masa remaja ke masa dewasa dan berkisar antara usia 18 hingga 25 tahun. Masa dewasa awal ini ditandai dengan kegiatan eksplorasi dan percobaan. Maka dari itu banyak mahasiswa yang terkadang masih kesulitan untuk dapat menemukan jalan keluar dari permasalahan yang dialami hingga akhirnya menimbulkan keadaan mental yang tidak sehat, termasuk salah satunya stres.

Di Indonesia, tidak jarang kita temukan juga mahasiswa yang sudah menikah baik sejak semester awal maupun semester akhir, tentunya mahasiswa semester akhir yang juga mendapatkan tugas skripsi mendapatkan beban tambahan dengan menjadi istri atau menjadi suami. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik, terdapat 33,30% pemuda menikah di usia 19-

21 tahun, 26,38% menikah di rentang usia 22-24 tahun, dan 18,02% yang menikah pada usia 25-30 tahun (Bayu, 2020). Diantaranya adalah mahasiswa, namun tentunya, menjadi mahasiswa yang memiliki status menikah bukan perkara yang mudah untuk dilewati, hal tersebut dapat menimbulkan konflik karena adanya dua peran yang diambil secara bersamaan.

Pada tahun 2021 sekitar 37,69% pemuda Indonesia yang sudah menikah. 37,20% pemuda Jawa Barat di perkotaan yang sudah menikah sedangkan di pedesaan terdapat 47,32% pemuda yang sudah menikah, itu berarti pemuda di pedesaan lebih banyak yang sudah menikah daripada di perkotaan provinsi Jawa Barat (Direktorat Statistik Kesejahteraan Rakyat, 2021).

Mahasiswa yang memiliki kegiatan lainnya seperti bekerja atau memiliki peran sebagai istri atau sebagai suami yang tentunya memiliki banyak agenda dan waktu yang harus terbagi antara peran sebagai mahasiswa dan kesibukan lainnya. Terkadang dalam setiap kegiatan yang dilakukan selalu saja terdapat masalah kecil baik dari segi dukungan orang lain, perbedaan konsep aturan, ataupun kebingungan dalam membagi waktu antara kegiatan satu dengan lainnya, mengerjakan pekerjaan sebagai mahasiswa semester akhir saja membutuhkan banyak tenaga dan pikiran yang terkuras, apalagi jika ditambah dengan kewajiban lainnya di dalam keluarga, pastinya harus memiliki banyak strategi yang perlu diatur.

Berdasarkan studi awal kuesioner yang dilakukan pada mahasiswa yang sudah menikah, sudah memiliki anak ataupun belum memiliki anak, didapatkan bahwa 15 dari 20 orang memiliki hasil yang sesuai dengan asumsi peneliti, yakni individu dengan religiusitas tinggi tidak merasakan stres dan konflik peran ganda, sedangkan individu yang memiliki religiusitas rendah cenderung merasakan stres dan konflik peran ganda. Tujuh orang memiliki religiusitas tinggi tanpa stres dan konflik peran ganda, lalu delapan orang lainnya merasakan stres dan konflik peran ganda dan keadaan religiusitas mereka tergolong rendah.

Selain itu peneliti juga melakukan studi awal dengan wawancara, dan didapatkan hasil bahwa ada beberapa mahasiswa yang menunda mengerjakan tugas akhir dikarenakan sudah menikah dan terkendala kehamilan, sehingga terjadinya konflik antar peran, dari peran mahasiswa dan peran menjadi ibu. Mereka lebih fokus pada kehamilannya daripada mengerjakan tugas akhir, sehingga proses penyelesaian tugas akhir tersebut menjadi terhambat dan sedikit lebih lama daripada mahasiswa yang lain. Ketika menghadapi masa kehamilan juga tentunya

tidak mudah, karena ada beberapa kendala seperti *morning sickness* yang biasa ditemukan pada ibu hamil, dan rasa sakit lain yang tentunya menghambat setiap kegiatan lain.

Terdapat salah satu mahasiswi tingkat akhir yang mengikuti seminar proposal melalui *video conference*. Namun, ditengah-tengah sesi tanya jawab anaknya yang masih usia balita meminta untuk diantar ke toilet. Fenomena ini memberikan penjelasan bahwa saat menjadi mahasiswa tingkat akhir yang juga memiliki peran dalam pernikahan menimbulkan konflik peran ganda karena adanya penundaan dalam pengerjaan tugas akhir dikarenakan kewajiban dalam keluarga.

Konflik peran ganda menurut *American Psychological Association* (2021) yaitu ketika seseorang memiliki konflik antar peran, juga tidak konsistennya harapan dan perilaku terhadap peran satu dan peran lain. Seperti misalnya konflik peran antara keluarga dan pekerjaan dimana kedua peran tersebut saling bertentangan sehingga mengakibatkan ketidaktercapaian hasil yang baik antara kedua peran yang diemban. Konflik peran ganda memiliki beragam jenis yang dapat diteliti salah satunya yaitu *School-family conflict*. Rhijn (2009) *school - family conflict* adalah konflik antar peran yang mana waktu dan tanggung jawab perkuliahan, mengganggu tanggung jawab peran dalam keluarga atau sebaliknya. Dijelaskan pula bahwa konflik peran ganda merupakan kondisi dimana individu merasa bahwa peran satu mengganggu berjalannya peran lain (Carlson dkk., 2000). Maka, konflik peran ganda dapat didefinisikan sebagai adanya benturan yang tercipta karena tidak seimbang agenda waktu dan tekanan dari peran satu dan yang lain, sehingga menimbulkan konflik.

Seperti pada berita yang ditulis oleh Hafidha (2021) bahwa ada seorang gadis yang menangis dan mengeluhkan tugas skripsi ini setiap hari, karena skripsinya tak kunjung mendapatkan persetujuan dari dosen. Dijelaskan dari Kompas.com bahwa menurut tim dosen psikologi Universitas Indonesia, ditemukan dari 412 mahasiswa mengalami emosi negatif yang berdampak pada stres dan mengganggu kesehatan mentalnya (Ihsan, 2021). Pada penelitian Zakaria (2017) dari 200 responden yang menjadi subjek penelitiannya, ditemukan 8,5% mahasiswa mengalami stres ringan karena skripsi, 86,5% mengalami kategori sedang dan 5% dengan kategori berat. Hal itu menunjukkan bahwa banyaknya mahasiswa yang mengalami hal serupa, mahasiswa yang stres karena skripsi akan menunda menyelesaikan skripsi, melakukan

hal lain yang dapat membuatnya tenang, seperti melakukan hobi, dan melakukan pekerjaan lain yang lebih ia senangi.

Skripsi adalah karya tulis yang ditulis oleh seorang mahasiswa sarjana yang memuat suatu masalah atau fenomena berdasarkan penelitian di lapangan, skripsi ini dikerjakan oleh mahasiswa sebagai tugas akhir dari perguruan tinggi (Muslich, 2009). Mengerjakan skripsi membutuhkan usaha yang lebih banyak daripada mengerjakan tugas lainnya, karena skripsi memerlukan bimbingan dan konsultasi dengan dosen pembimbing yang akan mengarahkan para mahasiswa agar mendapatkan hasil yang terbaik. Untuk dapat menyelesaikan skripsi, mahasiswa juga perlu motivasi atau dorongan yang kuat, bahkan teman sebaya yang ada di sekitar lingkungan juga memengaruhi, jika teman sebayanya rajin mengerjakan skripsi, melakukan bimbingan, dan hal lain yang dapat membantu untuk segera lulus dari perguruan tinggi tersebut, maka individu akan termotivasi untuk melakukan hal yang sama. Namun, tidak sedikit mahasiswa yang merasa sulit mengerjakan skripsi sehingga menimbulkan stres.

Weinberg dan Gould (2003) mendefinisikan stres sebagai adanya ketidakseimbangan, baik dari psikis maupun fisik dan bagaimana cara memenuhinya, jika gagal dalam memenuhi kebutuhan tersebut maka akan membuat dampak yang lebih negatif. Namun, menurut Robbins dan Judge (2012) stres adalah keadaan seseorang ketika dihadapkan pada peluang, tuntutan, atau sumber daya yang berkaitan dengan keinginannya. Maka dapat disimpulkan, stres adalah ketidakseimbangan dari tekanan yang dihadapi individu yang akan menimbulkan dampak yang lebih negatif jika gagal dipenuhi.

Saat menghadapi tekanan yang ada, setiap individu memiliki cara tersendiri. Terdapat berbagai faktor yang mampu menurunkan stres seseorang, salah satunya yaitu religiusitas. Amalia dan Nashori (2021) menunjukkan bahwa tingkat religiusitas berhubungan negatif dengan tingkat stres akademik siswa. Oleh karena itu, semakin religius seorang siswa, semakin rendah tingkat stres mereka. Religiusitas yang lebih berkualitas juga dianggap dapat membuat mahasiswa bisa menjaga keadaan diri, menjaga stabilitas emosi, dan mendapatkan ketenangan jiwa dari kualitas ibadahnya tersebut. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Laili (2018) menjelaskan bahwa tingkat religiusitas seseorang mempengaruhi tingkat stres mereka, dengan tingkat religiusitas yang lebih tinggi menyebabkan tingkat stres yang lebih rendah dan sebaliknya.

Mahasiswa dengan religiusitas yang tinggi akan melakukan ikhtiar (berusaha, bersungguh-sungguh belajar) dan tawakal (berserah diri pada Tuhan, setelah melakukan ikhtiar) dalam mengerjakan skripsi, sehingga mereka meyakini bahwa Tuhan akan memberikan yang terbaik saat hambanya sudah berikhtiar dan berdo'a kepadaNya (Kusumawardani, 2015). Hal ini membuktikan bahwa tingkat religiusitas yang tinggi dapat memberikan ketenangan dan kedamaian, sedangkan tingkat religiusitas yang rendah dapat memengaruhi keadaan psikis individu, seperti menimbulkan rasa cemas, stres dan depresi pada saat menghadapi tekanan.

Religiusitas merupakan penghayatan individu terhadap keagamaan dan seberapa dalam kepercayaan terhadap agama tersebut yang diaplikasikan ke dalam ibadah, berdo'a dan membaca kitab suci (Hawari, 1997). Menurut Fetzer (2003) religiusitas merupakan seberapa kuat individu dalam memahami, mempraktikkan, mengekspresikan keadaan beragama, berkomitmen, dan menggunakan agama sebagai jalan keluar dalam masalah hidup. Maka religiusitas dapat disimpulkan sebagai pemahaman individu terhadap keagamaan dan seberapa jauh individu tersebut mempraktikkan pemahaman ilmu keagamaannya.

Akibat negatif jika religiusitas rendah, maka seseorang akan mudah merasakan emosi yang tidak stabil, tidak mendapatkan ketenangan jiwa, tidak bisa mengontrol emosi, tidak bisa mengontrol perilaku dan lain-lain. Seperti pada hasil penelitian Millatina dkk. (2012) bahwa terdapat hubungan antara tingkat religiusitas dan kenakalan remaja, semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, semakin rendah tingkat kenakalan remaja, dan sebaliknya. Studi lain menemukan bahwa keyakinan agama yang rendah membuat orang lebih cemas dan sebaliknya (Ukhtia dkk., 2016). Dijelaskan bahwa keadaan negatif selain stres seperti kecemasan dan kenakalan remaja tersebut tidak akan terjadi karena mereka akan paham bahwa dalam agama pun diperintahkan untuk menyayangi diri sendiri dan orang lain.

Terdapat beberapa kata lain yang berkaitan dengan religiusitas yaitu ibadah. Ibadah merupakan kepatuhan ketaatan yang dilakukan kepada Allah Subhanahu Wata'ala dan mematuhi segala yang diperintahkanNya melalui perkataan, perbuatan yang bersifat lahiriah maupun batiniah (Kastolani, 2016). Adapun keimanan merupakan pengakuan secara lisan dan membenaran dalam hati mengenai adanya Allah Subhanahu Wata'ala hingga mendatangkan keyakinan dan diimplementasikan dalam perbuatan (Kadir, 2015).

Maka dari keduanya, yang lebih berkaitan mengenai penelitian ini merupakan kata religiusitas. Karena religiusitas mencakup semua keadaan baik tingkat keimanan, bagaimana caranya berperilaku, cara bersikap, cara beribadah dan semua hal yang sudah diwajibkan untuk dilakukan juga semua hal yang harus di jauhi, kita akan bisa melihat semua rangkaian tersebut dari dalam diri seseorang. Seberapa kuat ia meyakini adanya Tuhan, seberapa paham ia mengenai agamanya sendiri, dan seberapa patuhnya ia dalam melaksanakan semua kewajiban berdasarkan agama yang dianutnya, sedangkan kata keimanan, dan ibadah hanya berfokus pada suatu kegiatan atau satu aspek saja.

Selain stres, terdapat faktor lain yang bisa berdampak jika memiliki tingkat religiusitas yang rendah, yaitu konflik peran ganda. Putra (2017) menjelaskan bahwa adanya hubungan antara religiusitas dan kenakalan remaja, semakin tinggi religiusitas seseorang, semakin rendah tingkat kenakalan remaja, dan sebaliknya. Studi lain menemukan bahwa tingkat religiusitas yang rendah membuat orang lebih cemas dan sebaliknya.

Konflik peran ganda juga dapat memengaruhi stres. Khairiyah dkk. (2017) menjelaskan bahwa adanya hubungan antara peran ganda mahasiswa dan stres, dan peserta penelitian yang disurvei adalah mahasiswa yang sudah menikah dan belum menikah yang membentuk tulang punggung keluarga. Konflik peran yang berat mempengaruhi stres, dan semakin besar tingkat konflik peran ganda, semakin besar stres yang dirasakan.

Penelitian mengenai religiusitas, stres dan konflik peran ganda ini masih jarang ditemukan, terdapat beberapa penelitian yang mendukung terkait religiusitas dengan stres, konflik peran ganda dengan stres juga banyak ditemukan penelitian terkait hal tersebut, namun penelitian yang membahas mengenai religiusitas terhadap konflik peran ganda masih jarang ditemukan. Berdasarkan uraian tersebut akhirnya peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian mengenai **“Religiusitas Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sudah Menikah Ditinjau dari Stres dan Konflik Peran Ganda”**.

### **Rumusan Masalah**

1. Apakah religiusitas berpengaruh terhadap stres?
2. Apakah religiusitas berpengaruh terhadap konflik peran ganda?

## Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh dari religiusitas terhadap stres
2. Untuk mengetahui pengaruh dari religiusitas terhadap konflik peran ganda

## Kegunaan Penelitian

**Kegunaan teoritis.** Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan dalam bidang psikologi sosial, psikologi perkembangan dan keagamaan mengenai religiusitas, stres dan konflik peran ganda.

**Kegunaan praktis.** Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi terkait fenomena tentang konflik peran ganda pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan sudah menikah.

