



uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi dituntut agar dapat menyelesaikan pendidikan dalam waktu yang telah ditentukan. Berbagai tuntutan juga datang baik dari orang tua, pihak akademik, teman ataupun dari dirinya sendiri. Tidak sedikit yang dalam proses menyelesaikannya, mahasiswa harus dihadapkan dengan berbagai rintangan, kendala dan hambatan yang dianggap sebagai suatu kesulitan. Akibatnya kesulitan-kesulitan ini berkembang menjadi perasaan-perasaan negatif dalam diri mahasiswa.

Manusia mengalami tahap perkembangan yang kompleks dan memiliki kekhasannya masing – masing, mulai dari tahap anak – anak sampai tahap lansia. Salah satunya pada tahap dewasa awal (*Early Adulthood*), masa dewasa awal ini memiliki rentang usia mulai dari 20-30 an. Pada masa ini individu memiliki peranan yang sangat krusial, sebab pada masa dewasa awal individu memasuki masa dimana ia harus siap berperan serta bertanggung jawab dan menerima posisinya dalam masyarakat, pemilihan karir, menjalin hubungan dengan lawan jenis dan membangun keluarga (Putri, 2018). Individu dituntut agar dapat memutuskan pilihan yang sesuai dengan kebutuhannya untuk menjamin kehidupan di masa depan. Berbagai macam masalah pun muncul pada individu dewasa awal mulai dari harus membuat keputusan mengenai karir, pernikahan, stres pendidikan, pekerjaan dan keluarga (Ambarwati dkk., 2017)

Stres merupakan hal yang sangat sering ditemukan dan tidak dipungkiri juga bahwa ia sulit dihindari dalam kehidupan sehari-hari. Sarafino dan Smith (2012) menjelaskan bahwa stres merupakan suatu kondisi yang timbul karena adanya interaksi individu dengan lingkungannya, yang menimbulkan ketidaksesuaian antara tuntutan fisik maupun keadaan psikologis individu dengan tuntutan sosial yang ada dilingkungan. Pengertian lain dari stres itu sendiri merupakan respon dari individu terhadap adanya *stressor*. *Stressor* merupakan suatu stimulus yang berasal dari internal maupun eksternal, yang berkemungkinan dapat menjadi penyebab terjadinya stres. Dalam lingkungan mahasiswa, terdapat beberapa *stressor* yaitu: interpersonal, intrapersonal, akademik dan lingkungan (Musabiq & Karimah, 2018). Akademik ini menjadi *stressor* yang berhubungan langsung dengan kegiatan perkuliahan, seperti tugas perkuliahan, beban pelajaran, kompetensi perkuliahan dan meningkatnya kompleksitas materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit serta tuntutan lain di masa perkuliahan (Sutjiato & Tucunan, 2015).

Secara umum, di Indonesia, mahasiswa rata-rata berada di rentang usia 18- 25 tahun yang tepatnya berada di tahap dewasa awal (Hulukati & Djibran, 2018). Mahasiswa akan dihadapkan dengan peran dan tuntutan baru, dengan harapan dapat menampilkan perilaku yang baik serta dapat beradaptasi dengan berbagai gaya hidup, nilai-nilai dan harapan yang ada pada lingkungannya yang baru. Dalam memenuhi tugas perkembangan tersebut, tak jarang ditemukan masalah-masalah yang memicu timbulnya stres (Musabiq & Karimah, 2018). Mahasiswa juga dituntut agar lebih dewasa baik dalam pemikiran, tindakan, serta perilaku. Karena semakin tinggi pendidikan yang ditempuh maka semakin tinggi pula tekanan – tekanan yang dihadapi dalam segala aspeknya (Sitompul dkk., 2018).

Pada mahasiswa tingkat akhir pun, tingkat stres menjadi lebih tinggi karena tidak hanya tugas-tugas mata kuliah saja melainkan harus menyelesaikan tugas akhir juga (Ambarwati dkk., 2017). Tidak hanya itu, mahasiswa tingkat akhir akan dihadapkan dengan banyak sekali tuntutan yang mereka emban baik eksternal maupun internal seperti: mengalami kesulitan dalam tulis menulis, kemampuan di bidang akademik yang tidak mendukung, kurangnya ketertarikan pada penelitian, kegagalan dalam mencari judul skripsi serta kesulitan dalam literatur dan bahan bacaan (Indarwati, 2018). Serta persyaratan kelulusan yang telah ditentukan oleh perguruan tinggi masing-masing, seperti halnya yang dilansir dari web UIN Sunan Gunung Djati Bandung terdapat beberapa syarat kelulusan selain penyusunan skripsi, melainkan harus lulus TOEFL dan TOEFA , wajib hafalan juz 30, ujian komprehensif serta syarat-syarat lain sesuai kebijakan setiap fakultas.

Selain dari itu, berbagai tuntutan eksternal seperti kurang baiknya hubungan dengan teman atau dosen, rata-rata mahasiswa tidak tahu prospek karir dari jurusan mereka, tugas – tugas kuliah, beban pelajaran, tuntutan orangtua untuk mendapat hasil yang terbaik selama masa perkuliahan, perkuliahan yang meningkat kompleksitasnya serta materi perkuliahan yang semakin lama semakin sulit. Tuntutan – tuntutan tersebut menjadi *stressor* tersendiri bagi mahasiswa, yang mengakibatkan hal – hal yang dianggap menyulitkan berkembang menjadi perasan negatif serta dapat menimbulkan berbagai ketegangan, kekhawatiran, stres, rendah diri, frustrasi, dan kehilangan motivasi (Indarwati, 2018) yang dapat menyebabkan mahasiswa menunda, dan tidak sedikit pula berujung pada keputusan atau *hopelessness* dalam menghadapi rintangan dan cobaan sebagai mahasiswa tingkat akhir (Made, 2017).

Terdapat data di lapangan mengenai fenomena *hopelessness* ini di Universitas Sunan Gunung Djati Bandung, ditemukan bahwa beberapa mahasiswa tingkat akhir mengalami

kesulitan untuk menghadapi rintangan-rintangan yang perlu dihadapi. Timbulnya perasaan ingin menyerah, hilangnya motivasi, adanya perasaan *useless* yang diyakinkan oleh pikiran bahwa kesulitan-kesulitan tersebut tidak dapat mereka hadapi. Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018), lebih dari 19 juta penduduk berusia di atas 15 tahun menderita gangguan mental dan emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia di atas 15 tahun menderita depresi. Selain itu, dari data sistem registrasi sampel yang dilakukan oleh Badan Litbang pada tahun 2016 diperoleh 1.800 kasus bunuh diri per tahun atau lima kasus bunuh diri per hari dan 47,7% korban bunuh diri berusia antara 10-39 tahun. Kresna (2019) menuliskan berita dalam media berita online tirto.id bahwa ada 20 kasus bunuh diri mahasiswa yang diduga terkait dengan tugas akhir. Berdasarkan Lima dkk. (2021) menunjukkan bahwa di lembaga pendidikan tinggi federal Brasil, 79,8% mahasiswa mengatakan bahwa mereka telah mengalami beberapa kesulitan emosional dalam dua belas tahun bulan sebelum survei, di antaranya 32,5% melaporkan keputusan atau *hopelessness*.

Penelitian-penelitian terdahulu sudah banyak mengidentifikasi variabel *hopelessness*, terutama yang dikaitkan dengan *suicidal ideation* dan *depression*. Seperti dalam Ribeiro dkk. (2018) yang menunjukkan bahwa *hopelessness* merupakan salah satu faktor terkuat yang memprediksi kematian. Terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan *hopelessness* yaitu: sosio demografi (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan pekerjaan), kemampuan aktivitas, fungsi kognitif, emosional, dukungan sosial, budaya dan spiritual. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gliozzi dan Caracciolo (2007) yang menyatakan bahwa keyakinan spiritual dapat berfungsi sebagai proteksi terhadap distress emosional dan seseorang yang memiliki dukungan sosial yang baik akan menjalankan perilaku sehat yang positif dan kurangnya dukungan sosial mengakibatkan adanya peningkatan emosi yang negatif (Davison & Kring, 2006).

Beck dkk. (1974) mendefinisikan *hopelessness* sebagai sebutan umum pada harapan negatif tentang masa depan dengan keyakinan bahwa masa depan itu menakutkan dan permasalahan yang sedang dihadapi tidak akan terselesaikan. Keputusan merupakan keadaan dimana seorang individu merasa pesimis mengenai masa depannya (O'Connor dkk., 2000). Keputusan terdiri dari pengelompokan skema kognitif dimana memiliki harapan negatif tentang masa depannya, adanya perasaan tidak percaya, putus asa dan hilangnya harapan pada individu. Orang yang tidak memiliki harapan untuk masa depan percaya kesuksesan tidak akan terjadi, mereka juga tidak akan pernah berhasil dalam hal apapun yang

mereka lakukan, serta mereka tidak akan mampu mencapai tujuan mereka, dan masalah tidak akan pernah terpecahkan (Lima dkk., 2021).

Keputusan mewakili konstruksi sementara yang melibatkan perasaan, pikiran, dan motivasi negatif yang terkait dengan masa depan yang gelap (Beck dkk., 1974). *Hopelessness* ini dialami ketika individu mengaitkan hasil negatif dengan penyebab stabil dan percaya bahwa hasil di masa depan tidak akan lebih baik daripada yang lalu (Weiner, 1985). *Hopelessness* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya faktor predisposisi yang mempengaruhi rentang respon keputusan seperti faktor genetik, kesehatan jasmani, kesehatan mental dan kepribadian (Stuart, 2007). Kurangnya dukungan dalam hidup juga dapat membuat individu kelelahan dan menyerah dalam menghadapi suatu permasalahan ataupun terjadi karena adanya sesuatu tidak diinginkan yang berkembang menjadi ketegangan, lalu timbul kekesalan dan keputusan dari dalam diri.

Individu yang mengalami *hopelessness* biasanya menunjukkan perilaku *hopelessness* seperti : tidak mampu berpikir jernih mengenai tentang cita-cita dan harapannya, memiliki keyakinan bahwa setiap tekanan yang ia alami sangatlah besar dan tidak ada yang dapat membantunya, muncul perasaan hampa dalam dirinya, hilang semangat dalam beraktivitas, timbul perasaan sedih, merasa bersalah, lambat berpikir, menurunnya daya tahan tubuh, bahkan mudah jatuh sakit karena yang ada hanyalah pandangan kosong seolah terhimpit oleh beban yang sangat berat (Davison dkk., 2013). *Hopelessness* atau keputusan ini memberikan berbagai dampak seperti stres, depresi, pola hidup yang tidak teratur, trauma serta parahnya dapat berakibat pada kematian jika terjadi berkepanjangan. Untuk menanggulangi dampak yang ada atas *hopelessness*, berbaik sangka kepada Tuhan bahwa setiap cobaan pasti akan ada hikmahnya dan berusaha berpikir positif dengan meyakini bahwa tidak ada kegagalan yang abadi dan menetapkan tindakan kita agar dapat mengatasi masalah yang tengah dialami (Sarfika, 2019).

Menurut Shek dan Li (2016) pada beberapa penelitian telah menemukan bahwa siswa yang merasa memiliki sedikit kendali atas kinerja ujian mereka rentan memiliki tingkat keputusan dan ketidakbahagiaan yang tinggi. Dapat dikatakan bahwa ketika siswa merasa tidak kompeten di sekolah, mereka dapat dengan mudah kehilangan kepercayaan diri dan merasa putus asa untuk melangkah maju ke masa depan. Seperti dalam Sarfika (2019) ditemukan bahwa semua pasien diabetes melitus mengalami *hopelessness*, dengan macam-macam keluhan seperti tidak memiliki harapan, ingin menyerah, berpikiran negatif terhadap

Kesehatan mereka di masa mendatang, merasa tidak punya masa depan yang cerah atau masa depan yang gelap, merasa selalu gagal, sedih dan tidak antusias untuk meningkatkan kesehatan. Penelitian yang dilakukan Gil dan Gilbar (2001) juga menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan keputusan pada pasien kanker.

Untuk menguatkan asumsi yang dibuat oleh peneliti pada paparan sebelumnya, maka dilakukan studi awal kepada 40 orang mahasiswa tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung. Dari studi awal tersebut menunjukkan bahwa 88 % subjek sebagai mahasiswa tingkat akhir pernah mengalami *hopelessness*, dengan 75% subjek dari angkatan 2018 dan 13% merupakan subjek angkatan 2017. Dari jawaban subjek, ditemukan bahwa *hopelessness* yang mereka alami disebabkan karena beban tugas yang semakin meningkat, bingung terhadap masa depan, motivasi yang menurun, kurangnya pengetahuan untuk menunjang pengerjaan tugas akhir, beberapa masalah keluarga yang datang bersamaan dengan perkuliahan, nilai yang semakin menurun, merasa *useless*, kurangnya dukungan dari keluarga maupun teman – teman, merasa tidak memiliki tujuan dan sedang berada dalam keadaan tertekan dan lain-lain. Lalu, hasil studi awal juga menunjukkan bahwa berpasrah kepada Allah akan masalah yang mereka hadapi, berdoa dan support dari lingkungan sekitar, mengingat lagi tujuan awal subjek kuliah dan mencoba untuk mengelola emosi dapat menjadi alasan kebangkitan subjek dari kondisi *hopelessness*. Serta, berbagai bentuk dukungan, seperti nasihat, kata – kata semangat, mengobrol, yang didapatkan dari orang-orang terdekat seperti keluarga, teman maupun sahabat dan kekasih. Berdasarkan hasil studi awal didapatkan bahwa 33% subjek mencoba untuk berusaha dan pasrahkan hasilnya kepada Allah dan 52% subjek mendapatkan dukungan dari teman dan 15% dengan cara lain seperti mengingat kembali tujuan awal dan *refreshing* agar dapat bangkit dari kondisi *hopelessness*, maka dari studi awal ini dapat memperkuat paparan yang dijelaskan oleh peneliti.

Tawakal kepada tuhan merupakan bagian dari religiusitas yang diprediksi dapat menurunkan tingkat stres, sejalan dengan penelitian yang mengatakan bahwa individu yang religius ternyata lebih sehat secara keseluruhan (George dkk., 2000). Dalam Masters (2008), terdapat penjelasan bahwa para pemeluk agama yaitu orang-orang yang melihat Tuhan sebagai maha penyayang dan memegang kuasa akan menemukan ketenangan bahkan dalam menghadapi peristiwa yang membawa kerugian/kesengsaraan karena mereka yakin bahwa Tuhan akan memberi jalan untuk menghadapi peristiwa tersebut dan akan memberikan penghargaan pada kehidupan setelahnya.

Sebagai mahasiswa yang berada di kampus islam sudah semestinya penerapan perilaku muslim melekat pada diri mahasiswanya, yakni ketika menghadapi kesulitan dan permasalahan yang ada harus mencoba untuk seoptimal mungkin dalam menyelesaikannya dan bertawakal untuk mendapat hasil yang terbaik sesuai dengan kehendak yang maha kuasa (Mulyana, 2016). Bertawakal kepada Allah dianggap dapat mengurangi *hopelessness* pada individu, dimana setiap individu pasti pernah mengalami kesulitan dan permasalahan dalam setiap fase hidupnya dengan penyelesaian masalah yang berbeda pada setiap individu. Ketika individu merasa putus asa atas kesulitan yang dihadapi, ia akan kembali pada Tuhan dan agamanya karena dalam diri manusia terdapat kecenderungan bawaan yang selalu condong pada agama, kecenderungan bawaan ini dalam islam disebut fitrah. Sebab tanpa agama, jiwa manusia tidak bisa merasakan ketenangan dan kedamaian dalam hidup. Maka agama dan kepercayaan kepada Tuhan merupakan kebutuhan dasar manusia yang dapat membantunya mengisi kekosongan dan memberi harapan dalam jiwanya. Percaya bahwa Tuhan itu ada dan bahwa semua aspek kehidupan manusia berada dibawah kendali Tuhan akan mengurangi depresi atau perasaan tertekan dalam jiwa manusia (Ningsih, 2013).

Islam menggunakan tawakal untuk menggambarkan bahwa manusia dapat kembali dan mengandalkan Allah SWT saat ia menyadari ketika dirinya tidak berdaya. Dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, tawakal berarti berserah (kepada kehendak Tuhan), percaya dengan segenap hati kepada Tuhan terhadap penderitaan, percobaan dan lain-lain. Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, tawakal adalah pasrah diri kepada kehendak Allah dan percaya sepenuh hati kepada Allah. Tawakal merupakan suatu kondisi dimana hati sepenuhnya mengimani segala perkara baik maupun buruk dan yang sudah terjadi maupun belum, semuanya berada dalam ketetapan Allah. Ibnu Qayyim (2013) bahwa tawakal adalah suatu amalan dan pengabdian dengan menyandarkan segala sesuatunya hanya kepada Allah, berlindung dan ridha atas sesuatu yang menimpa dirinya dengan keyakinan bahwa Allah akan selalu memberikan segala kecukupan bagi dirinya, dimana dengan tetap berusaha keras untuk mendapatkannya.

Tawakkal wazan-nya *tafa'ul* yang asal kata dari *Wikalah*, artinya perwakilan. Tawakal berarti mempercayakan (mewakilkkan/menyerahkan) serta menyandarkan sesuatu kepada Allah (*Minhâj al-'Abidin*, 1995). Tawakal ini membuat individu untuk memiliki tindakan dan pikiran yang positif, dikarenakan bertawakal atau menyerahkan segala urusan yang ada kepada yang Maha Kuasa akan melahirkan ketenangan hati bagi individu (Utama, 2019). Selain itu, menurut Abdullah bin Baz bahwa tawakal merupakan suatu gabungan dari

upaya yang menjadi sebab atas keberhasilan dan berserah diri kepada Allah (Rusdi, 2016).

Dalam kitab Minhâj al-‘Abidin (1995), menurut Imam Al-Ghazali tawakal adalah sikap pasrah diri seorang hamba atas segala urusannya yang ia serahkan kepada Allah SWT. Terdapat dua poin penting yaitu: (a) tawakal dapat teratur dengan ilmu yang menjadi dasar pokok (b) pintu-pintu tawakal adalah imam dan utamanya yaitu tauhid. Dengan menyandarkan segalanya hanya kepada Allah, serta memutuskan harapannya kepada orang lain, berarti ia telah benar-benar bertawakal kepada Allah. Menurut At-Tuwaijiri (2014) menyatakan bahwa tawakal adalah memberikan usaha terhadap segala sesuatu yang ingin dicapai, kemudian menyerahkannya kepada Allah.

Surrender to god merupakan sebutan dalam konsep psikologi yang juga membahas bahwa menyerahkan diri kepada Tuhan dianggap sebagai faktor pelindung. Penyerahan kepada Tuhan, atau "menyerah," dikonseptualisasikan sebagai "pilihan aktif untuk melepaskan" kendali pribadi kepada Tuhan atau dewa, dan mempercayakan hidup seseorang untuk tujuan Tuhan (Wong -McDonald & Gorsuch, 2000). Namun, seperti dicatat oleh Safran (2016), pelepasan kendali ini juga dapat dilihat sebagai koping, terutama dalam keadaan yang tidak terkendali atau memicu kecemasan. Dalam sebuah studi komunitas, orang Kristen menyerah pada pemeliharaan ilahi yang dikaitkan dengan berkurangnya kekhawatiran, sebuah temuan yang sebagian dijelaskan oleh "kemampuan untuk mentolerir ketidakpastian", yang merupakan dasar dari konsep penyerahan (Knabb dkk., 2017). Ermakova dkk (2012) berserah diri kepada Tuhan (*surrender*) adalah tindakan menyerahkan segala kehendak kepada yang murah hati dan diyakini dapat mengurangi persepsi stres. Efek menenangkan dari *surrender* ini sangat terlihat dalam psikopatologi, termasuk stres, kecemasan, dan depresi (Pugh, 2019)

Surrender to God dengan tawakal memiliki istilah yang sama, yaitu “berserah” kepada tuhan. Namun, dalam konsep *surrender to God*. Menetapkan berserah diri ini secara absolute dan utuh kepada kehendak tuhan. Sedangkan tawakal, menetapkan keberserahan diri dengan seimbang antara berserah dan berusaha. Penelitian Rosyik (2019) menunjukkan terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara tawakal dan adversity quotient secara simultan (bersama- sama) dengan stres akademik pada mahasiswa, dalam penelitian yang dilakukan oleh Bataineh (2013) menyimpulkan bahwa keterampilan menangani stres yang berasal dari sumber religius (nilai agama, do’a, dan membaca al Qur’an) berhubungan secara

signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa. Namun, dalam Refri dkk. (2021) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara tawakal dengan stres akademik pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia.

Selain itu, Mahasiswa tingkat akhir yang tidak dapat memenuhi tuntutan akademik memiliki peluang yang sangat besar mengalami *hopelessness*, dukungan dari teman menjadi peranan penting bagi mahasiswa akhir dalam mengurangi kemungkinan perasaan *hopelessness* itu terjadi. Menurut teori *attachment* Bucci dkk. (2014), individu yang mengalami pengalaman keterikatan yang aman lebih cenderung memiliki orientasi tujuan, dan termotivasi untuk menggunakan mekanisme koping yang efektif untuk memecahkan tantangan. Sebaliknya, individu yang tidak memiliki basis yang cukup aman dalam pertemanan lebih cenderung menganggap situasi yang menantang sebagai stres dan menggunakan metode yang tidak efektif, seperti penundaan (Krause dan Freund, 2014; Yildiz dan Iskender, 2019). Dengan demikian, banyak dari siswa ini menemukan diri mereka menghadapi tantangan pribadi dan akademik secara mandiri untuk pertama kalinya dalam hidup mereka (Geng dkk., 2018).

Selain itu, selama periode ini, individu memperluas jaringan mereka dan membangun hubungan yang matang dengan teman sebaya, dan terutama dengan pasangan romantis, karena hubungan ini menjadi semakin lumrah dalam kehidupan sehari-hari mereka (Guarnieri dkk., 2015). Baru-baru ini, literatur yang berkembang menunjukkan bahwa teman sebaya sebagai figur keterikatan adalah sumber dukungan sosial dan emosional yang berpengaruh (Lan dkk., 2019). Dalam perspektif ini, keterikatan teman sebaya, sebagai arena pusat hubungan keterikatan orang dewasa, dapat menjadi sumber daya sosial yang efektif untuk memperbaiki penundaan akademik. Keterikatan teman sebaya mengacu pada ikatan kasih sayang pada teman sebaya, termasuk kepercayaan, ketergantungan, serta berbagi pikiran dan emosi pribadi (Armsden & Greenberg, 1987).

Hazan and Zeifman (1994) mencatat bahwa memiliki hubungan yang dekat dengan teman sebaya itu penting untuk orang dewasa yang sedang berkembang karena mereka cenderung memberikan lebih banyak timbal balik dalam hal rasa memberi-dan-menerima dalam hubungan berbeda dengan hubungan orang tua-anak. Pertemanan dengan keterikatan juga memberikan peluang dari masa praremaja dan seterusnya untuk pengungkapan diri yang luas dan validasi perspektif dan nilai seseorang (Markiewicz dkk. 2006). Individu dengan kelekatan teman sebaya yang baik akan mampu mengkomunikasikan secara terbuka

mengenai emosi negatif yang dirasanya (Rasyid, 2012). Individu yang dapat mengungkapkan emosinya secara terbuka kepada orang lain dapat menurunkan tingkat stres yang sedang ia alami (Purwati&Rahmandani, 2018). Begitupun mahasiswa, mahasiswa tidak lepas dengan kegiatan yang berhubungan dengan teman sebayanya, yang dimana dianggap sebagai sumber kasih sayang, simpati, pengertian, panduan moral, tempat untuk melakukan eksperimen dan sarana untuk mencapai otonomi serta kemandirian dari orang tua (Rasyid, 2012) yang merupakan suatu kondisi dari *peer attachment*.

Sebuah hubungan kelekatan yang terjadi pada seorang individu dengan teman sebayanya, baik perorangan maupun kelompok, akan membuat seorang individu melihat serta mencontoh segala tindakan yang dilakukan oleh teman sebayanya dan dapat mempengaruhi persepsi mengenai dirinya sendiri. Dalam Arsmnden dan Greenberg (1987) *Peer attachment* merupakan suatu ikatan seseorang dengan teman sebayanya yang dinilai melalui sejauh mana komunikasi dan kepercayaan saling terjalin dengan baik dalam hubungan tersebut, sehingga menimbulkan saling rasa bergantung, rasa aman dan nyaman. *Peer attachment* adalah persepsi individu mengenai sejauh hubungannya dengan teman sebaya yang dapat saling memahami, berkomunikasi dengan baik, dan mendapatkan rasa aman dan nyaman dari relasinya (Kartika & Qadariyah, 2012).

Individu yang memiliki kelekatan dengan teman sebayanya dinilai jauh berkemungkinan terbuka dalam mengekspresikan perasaan dan pikirannya, dalam Wardhani (2017) menyebutkan individu yang tidak memiliki kelekatan dengan teman sebayanya seperti diabaikan, ditolak dapat memunculkan perasaan – perasaan negatif dapat memicu terjadinya bunuh diri. Berbeda dengan mahasiswa yang dapat berbagi mengenai yang ia rasakan dengan orang lain dan mendapat dukungan akan lebih mampu untuk meringankan tekanan yang dirasakannya., seperti penelitian oleh Pinakesti (2016) menunjukkan semakin tingginya pengungkapan diri individu maka stres mahasiswa menjadi rendah, salah satu penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan pada teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa (Purnamawati & Rahmandani, 2020)

Ditinjau dari hasil penelitian sebelumnya, di Indonesia masih sedikit penelitian yang membahas mengenai *hopelessness* ini dan lebih banyak dikaitkan dengan beberapa penyakit seperti kanker yang dapat menimbulkan masalah kecemasan dan keputusasaan (Andini dkk., 2019), lalu dikaitkan juga dengan penyakit *stroke* yang menjelaskan bahwa penderita stroke memiliki ketidakmampuan fisik atau kecacatan yang menimbulkan perasaan tidak berguna,

tidak ada gairah dan putus asa (Ningsih, 2019). Selain itu dalam penelitian Sarfika (2019) diabetes mellitus dikaitkan dengan *hopelessness* yang menunjukkan bahwa pasien diabetes melitus yang mengalami *hopelessness* beresiko 7,03 kali mengalami depresi. Serta di Indonesia ini belum ada penelitian mengenai *hopelessness* yang secara spesifik dikaitkan dengan mahasiswa tingkat akhir sebagai subjek yang akan dilibatkan.

Tawakal dan *peer attachment* ini dianggap dapat menjadi prediktor bagi *hopelessness* pada mahasiswa akhir, dengan adanya tawakal di dalam diri mahasiswa tingkat akhir yang memiliki banyak beban, kesulitan sebesar apapun jika ia bertawakal kepada Allah SWT maka ia akan tetap merasakan ketenangan, kebahagiaan dan tidak akan terbesit di dalam hatinya keputusasaan atau hilang harapan. Sedangkan, *peer attachment* membantu individu dapat menerima keadaan dirinya, dikarenakan individu dapat menceritakan emosi-emosi positif baik negatif yang mereka rasakan serta rasa saling mengerti satu sama lain., kelekatan ini dianggap mampu membantu mahasiswa dalam memecahkan masalah dengan baik ketika mereka merasa bingung dan frustrasi dalam proses penyelesaian masalah. Maka dilihat dari pemaparan diatas penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran tawakal dan *peer attachment* sebagai prediktor *hopelessness* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat peran tawakal terhadap *hopelessness* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Apakah terdapat peran *peer attachment* terhadap *hopelessness* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
3. Apakah terdapat peran tawakal dan *peer attachment* secara bersamaan terhadap *hopelessness* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui peran tawakal terhadap *hopelessness* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Sunan Gunung Djati Bandung
2. Untuk mengetahui peran *peer attachment* terhadap *hopelessness* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Sunan Gunung Djati Bandung
3. Untuk mengetahui peran tawakal dan *peer attachment* secara bersamaan terhadap *hopelessness* pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Sunan Gunung Djati Bandung

Kegunaan Penelitian

Manfaat Teoritis

- Berguna bagi peneliti untuk memperluas pemahaman dan pengetahuan peneliti, dan sebagai data penelitian selanjutnya serta tambahan literatur bagi mahasiswa
- Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan perbandingan untuk teori psikologi lainnya yang berhubungan dengan *hopelessness*

Manfaat Praktis

- Diharapkan dapat memberikan edukasi dan manfaat untuk mahasiswa lainnya agar dapat saling mendukung, serta membantu pengaplikasian nilai islam tawakal dalam diri mahasiswa di UIN Sunan Gunung Djati Bandung
- Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam pencegahan *hopelessness* pada mahasiswa tingkat akhir
- Diharapkan dapat menjadi masukan bagi lembaga pendidikan untuk mengembangkan program manajemen emosi khususnya bagi mahasiswa, sehingga dapat membantu dalam menanggulangi *hopelessness* pada mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir.

